

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

INDICE GENERAL

1. Competencias específicas y criterios de evaluación asociados a ellas.....	2
2. Concreción, agrupamiento y secuenciación de los saberes básicos y de los criterios de evaluación en unidades didácticas	5
3. Procedimientos e instrumentos de evaluación, con especial atención al carácter formativo de la evaluación y a su vinculación con los criterios de evaluación.....	11
4. Criterios de calificación.....	16
5. Características de la evaluación inicial, criterios para su valoración, así como consecuencias de sus resultados en la programación didáctica y, en su caso, el diseño de los instrumentos de evaluación	19
6. Actuaciones generales de atención a las diferencias individuales y adaptaciones curriculares para el alumnado que las precise.....	21
7. Plan de seguimiento personal para el alumnado que no promociona.....	22
8. Plan de refuerzo personalizado para materias o ámbitos no superados	22
9. Estrategias didácticas y metodológicas: Organización, recursos, agrupamientos, enfoques de enseñanza, criterios para la elaboración de situaciones de aprendizaje y otros elementos que se consideren necesarios	22
10. Plan Lector.....	27
11. Plan de implementación de elementos transversales	30
12. Plan de utilización de las tecnologías digitales	32
13. Medidas complementarias para el tratamiento de las materias dentro del Programa BRIT-Aragón.....	33
14. Mecanismos de revisión, evaluación y modificación de las programaciones didácticas en relación con los resultados académicos y procesos de mejora	35
15. Actividades complementarias y extraescolares.....	37

Instrucciones:

1º En el encabezado colocar PD- CURSO (p.e. PD- 2ESO) y MATERIA (TECNOLOGÍA) 2º

Completar todos los apartados de la programación

3º Una vez completada la programación: con el botón derecho sobre cualquier espacio del Índice General > Opción Actualizar campos > Opción Actualizar sólo números de página

4º Guardar como: PD_CURSO_MATERIA (p.e PD_2ESO_MATEMATICAS)

1. Competencias específicas y criterios de evaluación asociados a ellas.

A) Competencias específicas de Educación física

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

Competencia específica 1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.

Competencia específica 2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo- motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Competencia específica 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto entre participantes y las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.

Competencia específica 4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Competencia específica 5. Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable aplicando medidas de seguridad en la práctica físico-deportiva según el entorno, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano

B) Criterios de evaluación

- **Competencia específica 1**

1.1. Establecer secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.

1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices.

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física y deportiva, aplicando medidas rudimentarias de primeros auxilios.

1.5. Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.

1.6. Conocer y explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

- Competencia específica 2

2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

2.2. Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.

2.3. Demostrar interés por la adquisición de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

- Competencia específica 3

3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes anti- deportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

- Competencia específica 4

4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

4.2. Diferenciar objetivamente las distintas actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos.

4.3. Participar activamente en la representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.

- Competencia específica 5

5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.

5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, identificando las normas de seguridad individuales y colectivas necesarias para disfrutar de una práctica segura.

2. Concreción, agrupamiento y secuenciación de los saberes básicos y de los criterios de evaluación en unidades didácticas

Contenido del libro	Saberes	Competencias	Criterios de evaluación	Temporización
1. La resistencia	<p>A. Vida activa y saludable. Salud física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tasa mínima y recomendaciones de actividad física diaria y semanal. Adecuación del tipo, volumen y la intensidad de la actividad a las características personales. - Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Pautas básicas de consumo. Tipos de 	C1, C2	<p>1.1 Establecer secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.</p> <p>1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo,</p>	5 h

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

<p>2. La flexibilidad</p>	<p>alimentos, frecuencia recomendada y variedad de la ingesta.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. – Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. – Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. <p>Salud social.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales (tabaquismo, consumo de alcohol, etc.). <p>Salud mental.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. – La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. – Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. 		<p>alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices.</p> <p>1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p>	<p>5 h</p>
<p>3. Hábitos saludables e higiénicos</p>	<p>Salud mental.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. – La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. – Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. 		<p>1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física y deportiva, aplicando medidas rudimentarias de primeros auxilios. 1.5 Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p>	<p>5 h</p>
<p>4. Coordinación, agilidad y equilibrio</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Capacidades condicionales. <p>Desarrollo de las capacidades físicas básicas. Componentes elementales de la carga para el acondicionamiento físico. – Creatividad motriz.</p> <p>Resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.</p>		<p>1.6 Conocer y explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y deporte.</p> <p>2.2 Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>2.3 Demostrar interés por la adquisición de control y dominio corporal al emplear los componentes</p>	<p>5h</p>

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

			<p>cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendofrente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p>	
--	--	--	--	--

Contenido del libro	Saberes	Competencias	Criterios de evaluación	Temporización
La sesión	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <p>Elección de la práctica física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. <p>Preparación de la práctica motriz.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. <p>Planificación y autorregulación de proyectos motores.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. <p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Medidas de seguridad en las actividades físicas practicadas dentro y fuera del centro escolar. <p>Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). - Protocolo 112. - Soporte vital básico (SVB). 	C3, C5	<p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p> <p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.</p> <p>5.1 Participar en actividades físico deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.</p> <p>5.2 Practicar actividades físico deportivas en el medio natural y urbano, identificando las normas de seguridad individuales y colectivas necesarias para disfrutar de una práctica segura.</p>	3 h

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

Contenido del libro	Saberes	Competencias	Criterios de evaluación	Temporización
Los juegos (Alternativos y tradicionales).	E. Manifestaciones de la cultura motriz. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. – Los Juegos y las danzas. Deporte y género. – Presencia y relevancia de figuras masculinas y femeninas. – Análisis crítico. Influencia del deporte en la cultura actual. – El deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.	C2, C3, C4	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. 2.2 Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación	7 h
El atletismo (Vallas y relevos).	C. Resolución de problemas en situaciones motrices. Toma de decisiones. – Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en los que se desarrolla en situaciones motrices individuales. – Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. – Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.		2.3 Demostrar Interés por la adquisición de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución	5 h

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

<p>Iniciación deportes colectivos. (Fútbol-sala, baloncesto, balonmano y voleibol).</p>	<p>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica. – Integración del esquema corporal. – Integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. Capacidades condicionales. – Desarrollo de las capacidades físicas básicas. Componentes elementales de la carga para el acondicionamiento físico. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: – Deportes y actividades individuales: atletismo, carreras de velocidad, salto de longitud, lanzamiento de jabalina, combas o malabares, entre otros. –</p>		<p>de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. 3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. 3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. 3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.</p>	<p>12 h</p>
<p>Deportes de raqueta.</p>	<p>Deportes de red y muro: bádminton o minitenis. – Deportes de invasión: baloncesto, colpbol, hockey o hockey. Creatividad motriz. – Resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.</p>		<p>4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.</p>	<p>5 h</p>

Contenido del libro	Saberes	Competencias	Criterios de evaluación	Temporalización
	<p>D. Emociones y relaciones sociales. Gestión emocional. – Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. – Reconocimiento del estrés asociado a situaciones motrices. Habilidades sociales.</p>			

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

	<ul style="list-style-type: none"> - Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad. - Las Reglas del juego - Las reglas de juego como elemento de integración social. <p>Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).</p>		<p>4.2 Diferenciar objetivamente las distintas actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos.</p> <p>4.3 Participar activamente en la representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>	
--	--	--	--	--

Contenido del libro	Saberes	Competencias	Criterios de evaluación	Temporización
<p>La expresión Corporal. (Mimo).</p>	<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los juegos y las danzas. <p>Usos comunicativos de la corporalidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación: mimo y juego dramático. <p>Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Danza aeróbica: variantes, pasos y coreografías básicas. <p>Deporte y género.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Presencia y relevancia de figuras masculinas y femeninas. - Análisis crítico. <p>Influencia del deporte en la cultura actual.</p> <ul style="list-style-type: none"> - El deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos. 	<p>C4</p>	<p>4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.</p> <p>4.2 Diferenciar objetivamente las distintas actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos.</p> <p>4.3 Participar activamente en la representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>	<p>5 h</p>

Contenido del libro	Saberes	Competencias	Criterios de evaluación	Temporización
---------------------	---------	--------------	-------------------------	---------------

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

<p>Actividad física en la naturaleza. (Orientación dentro del centro).</p>	<p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p> <p>Normas de uso.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Conocimiento y respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. – Nuevos espacios y prácticas deportivas: características, requisitos, condicionantes, medidas de seguridad, de cuidado y de conservación del entorno de práctica. – Utilización de espacios naturales desde la motricidad. Senderismo. – Utilización de espacios urbanos desde la motricidad. Ciclismo urbano. <p>Análisis del riesgo en las prácticas físico deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.</p> <p>Consumo responsable.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Autoconstrucción de materiales para la práctica motriz. <p>Cuidado del entorno durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.</p>	<p>C1, C5</p>	<p>1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p> <p>1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física y deportiva, aplicando medidas rudimentarias de primeros auxilios.</p> <p>1.5 Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>1.6 Conocer y explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p> <p>5.1 Participar en actividades físico deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.</p> <p>5.2 Practicar actividades físico deportivas en el medio natural y urbano, identificando las normas de seguridad individuales y colectivas necesarias para disfrutar de una práctica segura.</p>	<p>3 h</p>
--	--	---------------	---	------------

Criterios de evaluación añadidos por el departamento:

Manifiestar actitudes de cooperación, tolerancia, consideración y deportividad en la práctica de la actividad, con una participación activa, demostrando interés y esfuerzo, respetando a los compañeros, material e instalaciones.

Se valora el grado de motivación del alumnado para participar en las distintas actividades que se realicen, así como el respeto por las reglas establecidas, tanto las propias de los juegos y deportes como las que rigen el desarrollo de la clase. Se valorará también el cuidado de los materiales e

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

instalaciones utilizadas y la participación del alumnado en las tareas de preparación y recogida del material utilizado en clase.

Cumplir con diligencia las normas y reglas establecidas mostrando actitudes de responsabilidad y acatamiento de las indicaciones del profesorado con atención, orden y disciplina, progresando en el dominio de los estados de frustración u hostilidad y aprendiendo a posponer la satisfacción inmediata con el objeto de planear metas a más largo plazo.

Conoce, comprende y domina los conceptos básicos y terminología de la asignatura con relación al Cuerpo, la salud, La actividad física, la expresión corporal, las Actividades en la naturaleza, el entrenamiento, las habilidades motrices y de deportes.

Entiende y sabe aplicar los sistemas y métodos de entrenamiento o las técnicas de aprendizaje motor a las diferentes demandas de las sesiones adaptándose a las exigencias de las distintas tareas motrices o juegos.

(En el caso de tener la asignatura en francés ver el punto 13 de la programación, sobre la evaluación bilingüe)

3. Procedimientos e instrumentos de evaluación, con especial atención al carácter formativo de la evaluación y a su vinculación con los criterios de evaluación.

La evaluación es el instrumento que debe servir tanto al profesorado como al alumnado para comprobar si el proceso de aprendizaje es eficaz: a partir de mecanismos de retroalimentación se pueden establecer las correcciones que sean necesarias. Todos los elementos de este proceso pueden ser evaluados (objetivos, contenidos, materiales y recursos didácticos, metodología y sistemas de evaluación). El departamento didáctico deberá establecer los mecanismos de evaluación previa que considere oportunos con el fin de delimitar las necesidades educativas de todo el alumnado y, en base a ello, preparar las estrategias didácticas necesarias, teniendo en cuenta el máximo nivel posible de atención a la diversidad.

A la hora de evaluar, el profesorado tendrá como principal referencia el nivel inicial de cada alumno y valorará sobre todo el progreso individual, su esfuerzo y participación en clase. Como esta materia es fundamentalmente práctica, se considera que la asistencia a clase y la actitud participativa serán factores indispensables para alcanzar los objetivos propuestos. Se valorarán los aspectos de tipo cognitivo mediante trabajos y pruebas tanto prácticas como escritas. Los aspectos

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

actitudinales, como el interés, la cooperación, los hábitos higiénicos, se evaluarán mediante hojas de registro y planillas de observación del profesor. La valoración de la mejora de sus capacidades

físicas se realizará mediante test o pruebas objetivas. En Educación Física debido a que los contenidos a desarrollar tienen características muy dispares, es necesario utilizar técnicas variadas que se ajusten a cada necesidad. En líneas generales se van a combinar dos tipos de evaluación, la referida a la norma, que corresponde a la intención de comparar el resultado del individuo con los resultados de una población o grupo al que pertenece, es el caso de la batería de test de condición física o la de habilidades deportivas. Sus funciones serán las de asignar un lugar de orden a cada alumno dentro del grupo, certificar el nivel conseguido y predecir futuros resultados.

También se usará la evaluación referida al criterio, donde el resultado obtenido por el alumno/a se compara con otros resultados realizados por él mismo en las mismas pruebas o respecto a un criterio fijado de antemano. En el primer caso se valora el progreso realizado por el alumno/a independientemente del lugar que ocupa en el grupo. En el segundo caso se valora el proceso realizado por el alumno/a hacia el objetivo propuesto. Estaría más cerca de la pedagogía por objetivos, donde el profesor/a debe determinar el nivel mínimo que desea que logren los alumnos/as y tendrá en cuenta, en función de la situación inicial, el progreso y la participación de cada uno de ellos. Así pues, en algunos casos será necesaria una evaluación cualitativa, que depende prioritariamente del juicio del profesor y donde se utilizarán procedimientos de observación. Pero hay también momentos en los que resulta más adecuado una evaluación cuantitativa u objetiva, que trata de medir y cuantificar una característica particular. Para ello se usan procedimientos de experimentación o rendimiento.

Tras esta introducción podemos concretar estos procedimientos e instrumentos por el tipo de prueba:

Pruebas orales

- Actividades de puesta en común donde los alumnos/as explican las actividades realizadas aplicando los conceptos y terminología de la asignatura.
- Exámenes teórico-prácticos donde aplican estas nociones. Se utilizan al efecto plantillas diseñadas según las necesidades de la unidad especificando a priori el baremo la prueba.
- Preguntas en las explicaciones que valoran el grado de atención a las mismas y que recogen en el cuaderno del profesor como positivos o negativos cognitivos e inciden en la nota actitudinal en más/menos 0.25, que puede oscilar según su importancia.

Pruebas escritas

- Exámenes sobre el libro o material proporcionado especificando baremos de puntuación.
- Trabajos/Exámenes en los cuales realizan un esquema/resumen en base a un texto elaborando un comentario personal, un cuestionario y ampliándolo con otros materiales. Para su desarrollo tiene una hoja diseñada al efecto donde se recoge cómo se evalúa.

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

- Solicitud de trabajos obligatorios para conocer, ampliar o profundizar en un tema dirigidos a alumnado con problemas médicos, conflictivos o para recuperar faltas. Trabajos voluntarios para subir nota sobre los

contenidos trabajados en clase, que, si siguen instrucciones del profesor referentes a forma de confección, tamaño, bibliografía ... suben un punto la nota del examen Teórico o examen del trabajo.

- Las fichas sobre los aspectos teóricos relacionados con los contenidos que se desarrollan de forma práctica. Se valoran de 0 a 10 puntos cada una.

- Trabajos de investigación sobre diferentes temas como: ejercicios de calentamiento, juegos tradicionales, expresión corporal o deportes. Tienen una calificación de 0 a 10 puntos.

Test Físicos

- Para medir el grado de desarrollo de las cualidades físicas sobre las que se ha estado trabajando a lo largo de las diferentes unidades didácticas. Se valora en una etapa inicial su nivel en comparación con su grupo de sexo / edad y posteriormente su evolución respecto a su nivel inicial. Se emplean las hojas de registro específicas y las tablas confeccionadas al efecto que se procura actualizar cada año con los nuevos datos aportados por los alumnos.

- Observación y registro sistemático a través de hojas de control, anotaciones de sesión, plantillas de observación, que recogen los aspectos técnicos, tácticos, actitudinales... que sean objeto de nuestro estudio incluidas pruebas de campo en los entrenamientos.

Pruebas motrices

- Para valorar las habilidades específicas que han alcanzado los alumnos/as en los diferentes deportes. Se valora en una etapa inicial su nivel en comparación con su grupo de sexo y edad y posteriormente su evolución respecto a su nivel inicial. Se emplean las hojas de registro específicas y las tablas confeccionadas al efecto que se van actualizando cada año con los nuevos datos aportados por los alumnos.

Procedimientos de apreciación

- Pruebas de observación indirecta, para incrementar la posibilidad de que realicen las prácticas, normalmente realizadas por lesionados o exentos.

- Pruebas de ejecución en las que se exige la realización de una tarea poniendo de manifiesto la eficacia del aprendizaje. Por ejemplo, la ejecución de una danza, una carrera de relevos, etc.

- Las hojas de registro utilizadas para las técnicas deportivas, gimnásticas o expresivas. En las que se establecen una serie de secuencias, acciones, etc. y se observa su presencia o ausencia. También se incluyen aquí las observaciones correspondientes a la evaluación inicial de cada unidad didáctica.

- Escalas de clasificación o puntuación que también sirven para valorar la técnica y otros elementos del aprendizaje. Aquí además de valorar la presencia o no de determinado comportamiento, se valora esa

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

conducta emitiendo un juicio que puede ser asignar una escala numérica o cualitativa (mal, regular, bien).

- Procedimientos de verificación en los que se establecen a priori unas categorías en una planilla y permite ir registrando los comportamientos a evaluar, generalmente en forma cuantitativa, es decir, por el número

de comportamientos.

- Registro de acontecimientos en los que se anotan el número de veces que ocurre un comportamiento como, lanzamientos, rebotes, pases, asistencias, etc.

- Cronometraje en el que se observa la duración del comportamiento. Por ejemplo, la duración de un montaje de expresión o ritmo, el mantenimiento de unos determinados ejercicios gimnásticos, el tiempo de duración de un recorrido de orientación o un circuito de habilidad o de acondicionamiento físico.

Otros Procedimientos para valorar el trabajo diario

Están relacionados con cumplir las normas de la asignatura:

Asistencia: Puntualidad, acudir a clase debidamente equipado, buena actitud, seguir las normas.

Trabajo diario en clase: Recuperar las faltas, realizar los test, entregar los trabajos diligentemente, organizarse con celeridad acudiendo al lugar previsto con el material adecuado, responsabilizarse del material, presentarse a las entrevistas con el profesor/a cuando sea necesario, Prepararse y presentarse a las superaciones obligatorias y voluntarias. Colaborar con los compañeros. Desarrollar las actividades previstas con talante deportivo. Saber organizarse en grupo. Colaborar como encargado de material o de clase, presentar acreditación de actividades físico-deportivas extraescolares, comentar con el profesor/a las ausencias, esforzarse en clase... Los positivos y negativos se ponen en cada sesión y pueden ser, según su importancia, de una décima, cuarto de punto, medio punto y un punto que suman o restan del 5 inicial que tiene el alumno en actitud al empezar la evaluación.

Recuperación de las faltas: Para recuperar las faltas habrá que superar el test correspondiente o realizar un trabajo complementario. En caso de acumulación de faltas o una mala actitud por la cual no se aprovechen las clases, éstas se recuperarán mediante exámenes y trabajos, además de superar los test físicos y motores correspondientes.

Test: Presentarse a las superaciones voluntarias y obligatorias mejorando significativamente respecto al nivel inicial y acercarse o superar la media correspondiente a su serie y edad.

Trabajos: Los alumnos/as que necesiten algún tipo de actividad complementaria deberán de realizar los trabajos que tiene preparados el Departamento (diversidad, exenciones,); también existen trabajos voluntarios para subir nota en función de las necesidades e intereses del alumnado (planes de entrenamiento, aspectos concretos de deportes específicos...).

Autoevaluación: Es una forma de participación activa del alumnado y posibilita conocer su

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

punto de partida, sus progresos y dificultades además de facilitar la toma de conciencia, la interiorización y crear una base para el aprendizaje autónomo. El poder acceder a unos baremos que le comparan con su grupo de sexo y edad contribuye a su autoconocimiento, aceptación y motivación para superarse.

También se podrá valorar la **autonomía** e independencia de los grupos en aspecto como el calentamiento, deportes de Equipo, deporte libre u otras actividades en las que se manifieste esa competencia.

4. Criterios de calificación

A pesar de la realizar una calificación interdisciplinar, tratando al alumno como un todo, es operativo, con los mecanismos e instrumentos de evaluación establecidos, establecer los siguientes porcentajes orientativos:

- 30% Parte Teórica.
- 40% Parte Práctica.
- 30% Trabajo diario en clase.

El mínimo para aprobar es de un 3 en cada uno de los apartados, si se saca una nota inferior, en cualquiera de las tres partes, se considerará una nota indicativa de dejadez manifiesta, y no podrá aprobar la asignatura o la evaluación.

Por otro lado es imprescindible para conseguir o superar el **5 haberse presentado** a todas las pruebas prácticas y teóricas, realizar los trabajos encomendados y tener todos los registros en orden, independientemente de que exista alguno suspenso, aceptablemente ejecutados, con el objeto de que el profesor tenga **todos** los datos para aplicar los procedimientos de evaluación establecidos.

La parte teórica, en los aspectos relacionados con el tiempo de trabajo y estudio, presentación, respeto de normas y fechas... **repercutirá en la nota de actitud.**

Estos porcentajes podrán sufrir modificaciones en los siguientes casos:

En el caso de **grupos especialmente conflictivos** (repetidores, PAI, DIVER), se primará el componente actitudinal (participar activamente, obedecer, trabajar mecanismos de autocontrol...) sobre el conceptual pudiendo llegar a eliminar, adecuar significativamente o sustituir los exámenes por otros procedimientos de los establecidos con el objeto de mantener la motivación del grupo y poder dar clase en un ambiente que favorezca los aprendizajes. El alumnado que de estos grupos problemáticos no mantenga una buena actitud será examinado de la forma ordinaria según los porcentajes habituales.

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

Por otro lado en relación al **alumnado aventajado física y técnicamente pero con mala actitud** y que se aproveche de sus buenos resultados (en las diferentes pruebas y test físicos o deportivos) para perturbar el normal desarrollo de la clase, dar mal ejemplo respecto a las normas del área a sus compañeros/as o/y tenga comportamientos irrespetuosos podrá ser suspendido por “mala actitud” que deberá de recuperar con trabajos o exámenes independientemente de que se le guarden los resultados obtenidos en la confianza de que mejore suficientemente su comportamiento. En esta línea obviamente se primará la actitud en los casos de **alumnado con dificultades manifiestas** en los conceptos o en la práctica (integración, menos dotados, asperger...) tanto en la parte teórica como en la práctica y que tras realizar las adaptaciones curriculares no significativas no haya podido alcanzar la calificación necesaria para aprobar pero se haya presentado a todas las pruebas, trabajos (voluntarios y obligatorios) realizado todos contenidos de forma activa y participado individual y colectivamente en la consecución de los objetivos de la asignatura para en su caso poder aprobarlo/a.

Para obtener la nota final, se tendrán en cuenta los procedimientos e instrumentos de evaluación establecidos a lo largo de todo el curso escolar realizando un promedio de las tres evaluaciones teniendo en consideración los criterios de calificación anteriores, en especial los relativos a conceptos y actitud.

Respecto al alumnado que tenga **problemas médicos** por los cuales esté exento de toda la parte práctica de la asignatura (Exentos totales) deberá de presentar el correspondiente Certificado Médico Oficial y será evaluado de acuerdo con los siguientes porcentajes:

- Un 50% los Conceptos (exámenes y trabajos). Deberá presentar los trabajos de exención en los plazos indicados. Será necesario superar esta parte para aprobar.
- Otro 50% el trabajo diario en clase, donde deberá de realizar positivamente los roles y tareas que le asigne el profesor (observador, encargado de material o de clase, colaboraciones específicas, organización de eventos...)

En las sesiones iniciales de presentación de la asignatura se informará de los procedimientos de recuperación de la asignatura del curso anterior así como se establecerán los mecanismos informativos necesarios (Tablón, notificaciones individuales, tutor, web...)

Los alumnos con la Educación Física **pendiente** podrán recuperar si se aprueban las dos primeras evaluaciones del curso actual con una nota mínima de 6 y en caso contrario se recupera con un examen teórico durante el tercer trimestre.

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

5. Características de la evaluación inicial, criterios para su valoración, así como consecuencias de sus resultados en la programación didáctica y, en su caso, el diseño de los instrumentos de evaluación.

En un marco general la Evaluación Inicial es la que nos permite conocer niveles, diagnosticar y predecir. Establecer distintos niveles de enseñanza, agrupar por niveles, diagnosticar donde puede llegar el proceso de enseñanza aprendizaje. Punto de partida de los objetivos propuestos. Nos marcamos unos objetivos y una evaluación inicial, determinando el nivel de los objetivos.

Además, la Evaluación Progresiva que se realiza a lo largo del proceso, proporciona información sobre el proceso de enseñanza, se basará en la retroalimentación continua, se enfatizan gestos o conductas explícitamente definidos, permite adaptar mejor a la evaluación por criterio, realizándose pruebas objetivas, de observación y habilidades específicas.

En el ámbito de la Educación física procuraremos que tenga unos fines, que serán los objetos perceptibles para evaluar:

***Alumnos:**

- Conocimiento general.
- Características psicomotrices.
- Desarrollo y conocimiento que posee.
- Adaptación al ritmo de enseñanza.
- Nivel alcanzado en la consecución de los objetivos.
- El grado de desarrollo personal.

***Docentes:**

- Reconsideración y readaptación continua de la acción docente.
- Determina la eficacia final del planteamiento docente.
- Eficacia y capacidad didáctica docente.
- Autoevaluación del docente.

CURSO

2024-2025 PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA Pg. 1 de 39

*Proceso educativo:

- Objetivos planteados.
- Eficacia del material.
- Eficacia del programa.

- Influencias de circunstancias atenuantes.

*Centro:

- Necesidades materiales, espacios, horarios y desdobles.
- Calificación final.
- Promoción de los alumnos.
- Adecuación de los proyectos docentes del centro.
- Organización en general del centro.

Para todo ello utilizaremos los instrumentos y procedimientos de evaluación señalados en el apartado correspondiente de la evaluación

6. Actuaciones generales de atención a las diferencias individuales y adaptaciones curriculares para el alumnado que las precise.

La propuesta de atención a la diversidad en el Departamento de Educación Física del I.E.S. “Tiempos Modernos” parte ya desde el curso 98-99 en que se empezó a perfilar, hasta la actualidad en que seguimos apostando por esta línea de trabajo.

Nuestro primer objetivo es determinar el alumnado con necesidades educativas especiales en nuestra área, y en este sentido consideramos que se distribuye en 5 grupos:

- Alumnado con problemas médicos.
- Alumnado de integración.
- Alumnado con problemas actitudinales.

- Alumnado menos habilidoso.

CURSO

2024-2025 PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA Pg. 1 de 39

- Alumnado con altas capacidades.

Una vez detectados los casos, el Plan de actuación del Departamento pretende unos objetivos en cada caso y plantea una metodología que, para su desarrollo exige disponer de unos materiales y recursos en cuyo desarrollo nos encontramos.

En referencia a determinados grupos de alumnado en los que se puede prever que es beneficioso un mayor número de horas de actividad física como medida de atención especial, pensamos que el Dpto. de Ed. Física puede aportar su colaboración utilizando los materiales y espacios propios de la asignatura.

Se pretende realizar un trabajo por niveles, tras un test inicial y con un seguimiento a través de toda la etapa educativa del alumno.

Se elaborarán programas básicos en función de las características del alumnado, siempre tendiendo a la individualización, para profundizar más serían grupos más pequeños y heterogéneos o contar con algún profesor de apoyo.

7. Plan de seguimiento personal para el alumnado que no promociona.

De acuerdo con lo establecido en el artículo 19.4 de la Orden por la que se aprueba el currículo y las características de la evaluación de la Educación Secundaria Obligatoria se ha establecido un Plan de Seguimiento Personal que se aplica a todo el alumnado que no promociona y que se encuentra en la Agenda IESTM que es un espacio de trabajo común para todo el claustro de profesores del instituto.

8. Plan de refuerzo personalizado para materias o ámbitos no superados

De acuerdo con lo establecido en el artículo 20 de la Orden por la que se aprueba el currículo y las características de la evaluación de la Educación Secundaria Obligatoria se ha establecido un

Plan de Refuerzo Personalizado que se aplica a todo el alumnado que promociona sin haber superado todas las materias o ámbitos de cursos anteriores y que se encuentra en la Agenda IESTM que es un espacio de trabajo común para todo el claustro de profesores del instituto.

CURSO

2024-2025 PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA Pg. 1 de 39

9. *Estrategias didácticas y metodológicas: Organización, recursos, agrupamientos, enfoques de enseñanza, criterios para la elaboración de situaciones de aprendizaje y otros elementos que se consideren necesarios.*

a) Principios generales.

En el bloque de **Condición física** se utilizarán métodos que minimicen la posibilidad de error del alumno, con una estrategia global pues se tratan de tareas simples y de baja organización. En cuanto al estilo de enseñanza será de asignación de tareas en los inicios y derivará a la programación individual.

En el bloque de **habilidad motriz y deportes** básicamente el método de asignación de tareas en los aprendizajes técnicos y resolución de problemas en la táctica. Se desarrollará una hoja de registro individual de desarrollo motor, continuando con la dinámica de test inicial y superaciones. Aparte se desarrollará un programa gradual de dificultad motivando primero las habilidades básicas y manipulativas por medio de juegos y actividades recreativas con un estilo menos directivo comenzando con una metodología más global en el primer ciclo, introduciendo juegos predeportivos y minijuegos. Posteriormente se considerarán los aprendizajes motores y las técnicas básicas por medio de un trabajo de automatización, repetición y rendimiento con asignación de tareas. Al concluir se buscarán la adopción y adecuación de estos aprendizajes en situaciones deportivas reales potenciando la toma de decisión con situaciones más activas...

Respecto al **bloque de expresión corporal** el papel del profesor será orientar y no dirigir el proceso educativo, haciéndose catalizador de las experiencias útiles para el grupo, analizando en especial las situaciones de transferencia, facilitar vivencias que desarrollen la sensibilidad para disfrutar del propio yo, y conectar con esa sensibilidad.

Respecto al bloque de **Actividades en la naturaleza** deberán de ser dirigidas valorando prioritariamente el control de los riesgos y la seguridad del alumnado al igual que las actividades que conlleven salidas del IES para su desarrollo.

Si es preciso realizar adaptaciones curriculares por niveles, se podrá contemplar la realización de actividades diferentes en un mismo grupo.

Se procurará incidir de forma progresiva durante toda la Etapa en, al menos, estos aspectos concretos:

- Asistencia y hábitos de recuperación de faltas
- Actitud hacia la asignatura, el material o equipamiento del centro, y hacia los compañeros.
- Conocer y respetar las normas básicas de funcionamiento sobre todo en los aspectos de organización del grupo, distribución por niveles y trabajo en equipo. - Adaptación progresiva a la

dinámica del trabajo de los conceptos en Educación Física: cuaderno, trabajos escritos,

CURSO

2024-2025 PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA Pg. 1 de 39

exposiciones orales y exámenes.

- Conocimiento y adaptación a los test físicos y motores del segundo ciclo. - Saber diferenciar un objetivo de un método y de una prueba en Educación Física.

- Facilitar la comprensión de la lógica del proceso del trabajo a realizar durante su paso por toda el área (desde su iniciación general hasta la maestría específica).

b) Materiales y recursos didácticos. Libros de texto.

Hasta ahora hemos utilizado como libro de texto obligatorio el correspondiente de la Editorial Edelvives, pero entre jubilaciones del profesorado y cambios legislativos, nos tomaremos un tiempo, para valorar la sustitución por otro nuevo o dar el material teórico desde el departamento.

En la página Web del IES existe una buena cantidad de recursos, enlaces y demás (programaciones, pendientes, salidas profesionales, entrenar en casa, juegos...) para el uso y disfrute de la comunidad educativa.

En trabajos o como complemento al libro y los apuntes dados en clase, se remite en ocasiones a los alumnos/as a la bibliografía de la sección de Educación Física de la biblioteca del instituto.

Este departamento procura estar actualizado en nuevas tecnologías y usa habitualmente material audiovisual, bibliográfico, así como redes sociales sin menoscabo de otras fuentes de información (prensa, TV...) así como la utilización de nuevas tecnologías como Internet y programas específicos potenciando el uso de Web, foros, correo electrónico, Chat, YouTube...

El proyector inalámbrico del gimnasio y el uso de la Tablet también es un medio indiscutible para ciertas actividades como Yoga, relajación, aeróbic, escenificación, masajes, educación postural, danza, coreografías, iniciación deportiva, fitness... este recurso nos permite estrategias metodológicas específicas y motivantes en estas áreas como el trabajo de la condición física, los modelos técnicos de aprendizaje motor, la retroalimentación de las ejecuciones del alumnado, métodos de evaluación alternativos como el vídeo...

Por otro lado, respecto a las instalaciones fundamentalmente emplearemos las pistas deportivas, el gimnasio, el medio natural y aquellos recursos que nos ofrezca el entorno.

También utilizaremos el material convencional del área junto al no convencional que sea necesario.

En coordinación con los otros centros se usa el Pabellón deportivo del Actur para las actividades más propias de gimnasio, o por condiciones meteorológicas adversas o cuando coincidimos simultáneamente varios grupos. De forma puntual las pistas del CDMA aunque menos por las dificultades de acceso con el nuevo encargado.

Se utilizarán diversos recursos que permitan a los alumnos asimilar mejor los conceptos de

la asignatura:

CURSO

2024-2025 PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA Pg. 1 de 39

- PowerPoint, prezi, edición de video
- Gráficos, excel, correo electrónico...
- Videos técnicos deportivos.
- Grabaciones en vídeo.
- Aulas, sala de usos múltiples, Tablones, Cartelería, fotos para los grupos de clase, recordatorios...

- Plataformas como aeducar, classroom... - Altavoces inalámbricos para relajación, expresión corporal y como elemento motivador para algunas clases de acondicionamiento físico.

- portátiles, móviles, tabletas: Imprescindibles para el uso de plataformas digitales de comunicación global y poner en contacto a un gran número de usuarios y ofrecer al alumnado gran cantidad de recurso relacionados con la asignatura. Dado la rapidez de los cambios en las nuevas tecnologías, el departamento intenta estar al día, según sus posibilidades, preparando material didáctico para el alumnado más actual y adaptado a sus intereses, además de facilitar la comunicación entre el profesorado y con las familias.

10. Plan Lector .

Introducción:

La Educación Física ofrece una gran variedad de intercambios comunicativos, desde la comunicación oral a los trabajos escritos que realiza el alumno, y a través del vocabulario específico que aporta, el desarrollo del lenguaje no verbal como refuerzo del verbal a través de las actividades de expresión corporal o la utilización de técnicas expresivas como la dramatización y la improvisación, contribuirán a la mejora de esta capacidad tan importante en el ser humano.

Como en otras materias, se debe hacer referencia a la valoración de la coherencia en la expresión de ideas, la corrección ortográfica o cualquier otro elemento de esta competencia que no se circunscribe a una sola materia.

A su vez puede ser una materia por medio de la cual se puede reforzar el aprendizaje de otras lenguas participando en programas de bilingüismo.

Con el objeto de estimular la presencia de las destrezas comunicativas el departamento llevará a cabo una serie de iniciativas para favorecer la lectura, comprensión y expresión, así como las habilidades lingüísticas, creativas y artísticas, potenciando el espíritu crítico y el afán de investigación.

Estrategias de animación a la lectura y el desarrollo de la expresión y comprensión oral y escrita en la materia.

Con esta finalidad se podrán realizar las siguientes actuaciones (siempre dentro de las posibilidades del departamento):

- ✓ libro de texto mediante exámenes, trabajo y actividades.

CURSO

2024-2025 PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA Pg. 1 de 39

- ✓ Materiales diversos elaborados por el profesorado o los alumnos individualmente o en grupo
- ✓ Actividades de las diferentes unidades didácticas, elaborando nuevos materiales si se considera oportuno
- ✓ Favorecer el uso de la biblioteca, revisar su dotación, actualización especialmente en lo referentes revistas, artículos y fichas para el uso del alumnado
- ✓ Hacer la página web del departamento atractiva con enlaces que motivan su uso.
- ✓ Uso de las redes sociales para difundir los materiales y actividades propias del departamento

A fin de promover el hábito de la lectura, a pesar de ser un área eminentemente práctica

- ✓ Se dedicará un tiempo a la misma en la práctica docente, especialmente en las clases teóricas y en los trabajos, presentaciones, y exposiciones. ✓ Daremos importancia a la adquisición de un vocabulario más específico y propio de la asignatura.
- ✓ Las tareas de lectura serán imprescindibles en las tareas de preparación de las clases adaptándose a sus necesidades y a las características del grupo.
- ✓ Utilización de las tecnologías de la información y la comunicación en la materia promoviendo las habilidades para buscar, obtener, procesar y comunicar información, y para transformarla en conocimiento.
- ✓ Uso de medios audiovisuales
- ✓ Otras tareas voluntarias

Todo esto sin menoscabar el desarrollar la Expresión y comprensión oral, además de lo expuesto anteriormente

- En los minutos iniciales que se explica el objeto de la clase y su organización se preguntará oralmente.

- Se dedicará tiempo para que el alumnado comparta sus actividades deportivas, comentar actualidad en los medios, interpretar diferentes situaciones de clase y comentarios personales guiados.

Por otro lado, se dará especial relevancia a los aspectos relacionados con la comunicación no verbal y el comportamiento manifiesto.

11. Plan de implementación de elementos transversales.

La LOMLOE establece los siguientes ejes transversales:

- Comprensión lectora.
- Expresión oral y escrita.

- Comunicación audiovisual y TIC.
- Educación emocional y valores.
- Fomento de la creatividad y del espíritu científico.

CURSO

2024-2025 PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA Pg. 1 de 39

- Educación para la salud (incluida la salud sexual).

Introducción y beneficios de los contenidos transversales:

La transversalidad es **compatible** con el enfoque competencial, los cambios metodológicos (TIC, trabajo cooperativo, trabajo por proyectos, flexibilización, agrupamientos flexibles) y organizativos.

Tratan **temáticas sociales relevantes**, que se recogen de forma fragmentada en el currículo.

Establecen un marco interdisciplinar para la transmisión de **valores** relacionados con una **convivencia pacífica e inclusiva** asociados a otros saberes técnicos. Permiten interrelacionar el sector educativo con los **ámbitos familiar y social**. Desarrollan la **capacidad adaptativa**, el trabajo en equipo, la toma de decisiones y la competencia de **aprender a aprender**. Construyen **dinámicas de colaboración** más estrechas. Buscan el mejor clima de relación y comunicación.

Fomentan la participación, la **iniciativa** y la autoevaluación por parte del alumnado.

El área de Educación Física continuará implementando medidas que favorezcan la **igualdad de oportunidades** entre mujeres y hombres, basándose en la **igualdad de derechos y deberes**.

También, se fomentará el aprendizaje respecto a la **prevención y resolución pacífica de conflictos** en todos los ámbitos de la vida, así como la transmisión de valores basados en los **derechos humanos**: libertad, justicia, igualdad y la no discriminación, paz, democracia, respeto e inclusión.

En esta misma línea, se fomentará el **respeto**, la **deportividad** y el **trabajo en equipo** en todas las actividades deportivas que se desarrollen, con el objetivo de prevenir actitudes y conductas antideportivas.

Por otro lado, se seguirá introduciendo contenidos de carácter transversal relacionados con la **salud** y los **estilos de vida saludables**, el **cuidado del medio ambiente** y las situaciones de riesgos derivados de la utilización de las **TIC**, así como la protección ante emergencias y catástrofes.

12. Plan de utilización de las tecnologías digitales.

El Área de Educación Física promoverán el uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en el aula como medio didáctico apropiado y valioso para llevar a cabo las tareas de enseñanza y aprendizaje.

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas.

Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

Se procurará el alcanzar los siguientes objetivos, según las posibilidades del departamento:

- * Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y

CURSO

2024-2025 PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA Pg. 1 de 39

fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.

* Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.

* Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

* Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

* Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

13. Medidas complementarias para el tratamiento de las materias dentro del Programa BRIT-Aragón.

Desde el curso escolar 2013-14 el Departamento de Educación física participa en el programa de plurilingüismo en 1º.

La Educación física se adaptará en vocabulario y en planteamiento didáctico a las directrices establecidas en la programación general.

Una vez iniciado el curso se valorará cuál es el nivel de conocimiento de la lengua francesa del alumnado. En este sentido se establece una relación directa con el Departamento de Francés del IES con el que se colaborará en todo momento.

1. OBJETIVOS

Son los mismos que aparecen en la programación general.

2. CONTENIDOS

Por parte de este Departamento se van a trabajar los contenidos teóricos que aparecen en la programación general, traducándose al francés y compaginando apuntes elaborados en lengua francesa con temas que aparecen en el libro. Se hará hincapié en el vocabulario específico de una manera general en 1º. La

La introducción de este nuevo vocabulario se realizará de manera progresiva a lo largo del curso. De cada tema se escogen varios apartados, siempre en porcentaje creciente para que los alumnos lo

CURSO
2024-2025 PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA Pg. 1 de 39

trabajen en francés.

Hay que señalar que existirá una coordinación con el Departamento de Francés para reforzar estos contenidos en la clase de idioma.

El idioma utilizado durante las clases será el francés, facilitando a los alumnos la traducción de este cuando así lo requieran el momento o las circunstancias.

PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE
<ul style="list-style-type: none"> • Consignes dans la classe d'EPS. • Aspects préventifs à la pratique de l'EPS • Tests physiques • L'échauffement • Activité physique et santé parmi les jeux. • L'athlétisme: courses et sauts. 	<ul style="list-style-type: none"> • La condition physique: L'endurance, la souplesse et la force générale • Les habilités gymnastiques. • Les sports collectifs: les basketball. • Le recyclage et le sport. 	<ul style="list-style-type: none"> • Les jeux traditionnels • Les jeux de pistes • Les jongleries • Le floorball et les raquettes. • Tests finals
<ul style="list-style-type: none"> * Le corps humain * L'échauffement. * Las lesiones /el desayuno 	<ul style="list-style-type: none"> *Le basket et son règlement. *La gymnastique artistique. *La colonne vertebrale. * Les positions corporelles 	<ul style="list-style-type: none"> *Les qualités physiques. *La pyramide alimentaire. *L'eau.

1º ESO FRANCÉS
3. EVALUACIÓN.

Se añaden a los criterios de programación general otros dos, en relación a la expresión y uso de la lengua francesa en educación física:

Comprende y utiliza léxico relacionado con los contenidos propios de la Educación Física en lengua francesa.

Es capaz de expresar en un discurso coherente y comprensible, pese a los errores, estructuras básicas en francés

CURSO

2024-2025 PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA Pg. 1 de 39

En las pruebas teóricas el alumnado deberá desarrollar ciertos contenidos en francés para poder evaluar su avance. La introducción de la lengua en estas pruebas de evaluación se realizará de forma paulatina a lo largo del curso.

MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.

Los alumnos van a trabajar los contenidos establecidos por el Departamento para 1º de ESO y que completarán con contenidos en francés.

Cada alumno dispondrá de un dossier en dicho idioma con todo el vocabulario utilizado y con los temas que el profesorado crea pertinentes. Este dossier se facilitará a los alumnos a través de fotocopias o a través de la plataforma “AEDUCAR” Y “DOCEO”

Los demás recursos didácticos y materiales utilizados durante las clases serán los mismos que en la programación general.

14. Mecanismos de revisión, evaluación y modificación de las programaciones didácticas en relación con los resultados académicos y procesos de mejora .

Dado la importancia de una elaboración cada vez más eficaz, adecuada y precisa de las PPDDs logrando es necesaria una retroalimentación que den forma a un documento con garantía de continuidad en el tiempo que se considere adecuado. Así procuraremos su revisión en tres momentos:

- ✓ Primer momento de comprobación de que la planificación se ha realizado correctamente (apartados, etc.);
- ✓ Segundo de reorientación en la aplicación de la PPDD;
- ✓ Tercer momento tras la aplicación total de la Programación.

Tampoco podemos olvidar que la revisión de las PPDDs a final del curso escolar debe centrar nuestra atención en los resultados obtenidos por el alumnado y las cuestiones expuestas en el Plan de mejora.

Mecanismo de revisión:

- Organización temporal de los contenidos coherente a lo largo del curso en UD, temas o proyectos.
- Los resultados obtenidos y su relación con los instrumentos utilizados. – La eficacia de los procedimientos de comunicación y los mecanismos de recuperación o subida de nota.
- La motivación del alumnado, planes de refuerzo y atención a la diversidad.
- Al ser un proceso dinámico se irán especificando otros aspectos que se consideren

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

necesarios.

15. Actividades complementarias y extraescolares.

A la hora de temporalizar las actividades y distribuirlas por cursos tenemos la dificultad de que dependemos de fechas de organismos externos (organización ajena), de la disponibilidad de los miembros del departamento y los recursos del mismo, las dificultades de organización con la dinámica del centro, el número de cursos/alumnos y de obtener los permisos oportunos, entre otras consideraciones, aun así podemos adelantar que proponemos realizar las siguientes actividades, contando con la colaboración del PIE y el departamento de Extraescolares:

Campaña de esquí escolar: El alumnado de Primer Ciclo podrá realizar un Curso de Esquí (si puede ser contando con las ayudas del ayuntamiento de esta ciudad). En caso de concederse menos plazas que las solicitadas se procederá a un sorteo.

Iniciación a la escalada: Se intentará realizar en el tercer trimestre, el nivel está todavía por determinar y se desarrollará en el rocódromo del C.D.M. Actur en colaboración con la Federación Aragonesa de Montaña y formando parte del programa de actividades de Zaragoza Deporte Municipal.

Día del Deporte en el IES. Organizado por los alumnos de 2º Bachillerato.

Fomento de las Carreras Populares: Labores de promoción y ayuda organizativa.

Actividades en la naturaleza: Salidas de 1 día para Gymkhanas, barrancos, juegos aéreos y orientación...

Semana verde: propuesta de dos o tres días, para segundo ciclo de ESO, realizando actividades físicas en el medio natural.

Deporte en Instalaciones con medios diferentes al IES: Fútbol 11 en los campos de la Federación Aragonesa de Fútbol y Atletismo en el nuevo Estadio del Actur. Visita guiada a las instalaciones. Potenciar el uso y disfrute de actividades novedosas en Helios o siglo XXI.

Liga interna y atención en los recreos: Es interés del Departamento seguir en la línea de colaborar en la realización de esta actividad, intentando implicar al alumnado más preparado y responsable.

Deportes de raqueta: En colaboración con C.D.M. Actur para el tenis, frontón y pádel además del Bádminton en el Pabellón según las condiciones de colaboración revisadas anualmente.

Rutas cicloturistas: salida en bici en el entorno próximo.

Talleres de primeros auxilios. Actividad por determinar.

Actividades acuáticas: realización de actividades recreativas en el medio acuático, ya sea ríos, canales o piscinas municipales.

Para más concreción consultar " Cuadro Orientativo actualizado anualmente" que se expone

a continuación:

CURSO
2024-2025
PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA			
Actividades programadas	Fecha prevista para su realización	Cursos a los que afecta	Entidad Colaboradora
Campaña de esquí escolar	Invierno	1º y 2º ESO	Departamento
Piragüismo	Octubre	4º ESO	Ebronautas
Actividades en la naturaleza: Orientación	3º Trimestre	1º, 3º ESO	PRAMES
Fomento en la participación de Carreras Populares	Octubre-mayo	Todos los cursos	Departamento
Liga interna	Octubre-junio	Todos los cursos	Departamento
Senderismo	Abril-Mayo	2º ESO	Zaragoza Deporte
Día del Deporte	Último día antes de vacaciones de Semana Santa	Todos los cursos	Departamento y alumnos 2º Bachillerato
Visita al Real Zaragoza	Por determinar	1º, 2º PMAR ESO	Real Zaragoza
Deporte y donación de órganos	Por determinar	4º ESO	Fundación Carlos Sanz
Iniciación al Golf Ranillas	Por determinar	4º ESO	Club Ranillas

CURSO

2024-2025

PD-LOMLOE-1ºESO-EDUCACIÓN FÍSICA

Pg. 1 de 39

Banco de Actividades DGA	Por determinar	Todos según horario	DGA Y Federaciones
Orientación o senderismo	Por determinar	ESO	Departamento
Calistenia	Por determinar	4º ESO	PIEE