

CURSO ACADÉMICO 2024-2025

Fecha 17-10-2024

MATERIA/MÓDULO	EDUCACIÓN FÍSICA	CURSO	1, 2, 3 y 4 ESO
----------------	------------------	-------	-----------------

1.- CARACTERÍSTICAS DE LA MATERIA/MÓDULO (descripción, sentido y utilidad)

Las competencias específicas de la materia de Educación Física recogen y sintetizan estos retos para consolidar un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado perpetuarse a lo largo de su vida a través de la planificación autónoma y la autorregulación de su práctica física y de todos los componentes que afecten a la salud.

El alumnado también deberá reconocer y valorar diferentes manifestaciones de la cultura motriz como parte relevante del patrimonio cultural, expresivo y artístico, que podrán convertirse en objeto de disfrute y aprendizaje.

Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas.

-El bloque titulado «Vida activa y saludable» aborda los tres componentes de la salud: física, mental y social.

-El segundo bloque, «Organización y gestión de la actividad física», incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores y la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva. **-«Resolución de problemas en situaciones motrices» es un bloque con un carácter transdisciplinar** que aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.

-El cuarto bloque, «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices», se centra, en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, y, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones inclusivas y constructivas.

-El bloque V «Manifestaciones de la cultura motriz» engloba tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.

-Y, por último, el bloque «Interacción eficiente y sostenible con el entorno» incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación y su carácter compartido

2.- SABERES BÁSICOS Y TEMPORALIZACIÓN POR EVALUACIÓN

1 ES O	1 ESO:		
	UNIDADES DIDÁCTICAS/PROGRAMACIÓN 1 ESO	SESIONES	SABERES BÁSICOS
	Primer Trimestre (septiembre-diciembre)	21	
	U.d. Presentación	1	I«Vida activa y saludable»
	U.d off/On calentamiento general y flexibilidad	4	II «Organización y gestión de la actividad física»
	U.D Resistencia. 10-15 minutos carrera continua.	5	III «Resolución de problemas en situaciones motrices»
	U.d Test. de C.F	2	IV «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices»
	U.d Raquetas al aire libre	6	
	U.d Somos sanos: Postura corporal y respiración.	2	V. Manifestaciones de la cultura motriz.
	U.d Teoría y examen.	2	
	Segundo Trimestre (enero-marzo)	21	
	u.d: Resistencia 15 min	1	I«Vida activa y saludable» aborda los tres componentes de la salud -física, mental y social-
	U.d: Crossfits	4-5	II «Organización y gestión de la actividad física»,
	U.d: Juegos modificados de cancha dividida y Voleibol adaptado. /Juegos Modificados de invasión y Baloncesto adaptado.	10	III «Resolución de problemas en situaciones motrices»
	U.d: Juegos y deportes individuales y de oposición: Bádminton.	4	IV «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices»,
	U.d: Combas individuales.	4	V«Manifestaciones de la cultura motriz»
	U.d:Malabares individuales circenses. (2 y 3 ev)	(2)	VI«Interacción eficiente y sostenible con el entorno»
	U.d Teoría y examen.	2	
	Tercer Trimestre (abril-junio)	21	

<p>U.d:Malabares individuales circenses. (2 y 3 ev)</p> <p>U.d: Expresión corporal: ritmos y pantomimas. El circo.</p> <p>U.d:Orientación: juegos de pistas, recorridos sencillos,... Y Btt / patines.</p> <p>U.d: Somos lo que comemos.</p> <p>U.d:Test físicos: ¿Cómo estoy?.</p> <p>U.d Teoría y examen.</p> <p>U.d: juegos y deportes alternativos</p> <p>U.d teórica y exámen</p>	<p>4- (2)</p> <p>5</p> <p>4</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>I«Vida activa y saludable» aborda los tres componentes de la salud -física, mental y social-</p> <p>II «Organización y gestión de la actividad física»,</p> <p>III «Resolución de problemas en situaciones motrices»</p> <p>IV «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices»,</p> <p>V«Manifestaciones de la cultura motriz»</p> <p>VI«Interacción eficiente y sostenible con el entorno» .</p>
--	--	---

2 ESO

UNIDADES DIDÁCTICAS/PROGRAMACIÓN 2 ESO	SESIONES	SABERES BÁSICOS
Primer Trimestre (septiembre-diciembre)		21
U.d. Presentación	1	I «Vida activa y saludable»
U.d off/On calentamiento general y flexibilidad	4	II «Organización y gestión de la actividad física»
U.d Resistencia 20 min	5	
U.D Postura corporal y respiración .	2	III «Resolución de problemas en situaciones motrices»
U.d Test. de C.F	6	
U.d Raquetas al aire libre	2	
U.d Frontenis Juegos y deportes tradicionales	6	IV «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices»
U.d Teoría y examen.	2	V. Manifestaciones de la cultura motriz.
Segundo Trimestre (enero-marzo)		21
U.d: Resistencia. 15-20 minutos carrera continua.	1	I «Vida activa y saludable» aborda los tres componentes de la salud -física, mental y social-
U.d: Juegos modificados de cancha dividida. /Juegos Modificados de invasión y Baloncesto adaptado.	8	II «Organización y gestión de la actividad física»,
U.d: Juegos y deportes individuales y de oposición: Bádminton.	10	III «Resolución de problemas en situaciones motrices»
U.d: Combas individuales.	4	IV «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices»,
U.d:Malabares individuales circenses. (2 y 3 ev)	(2)	V«Manifestaciones de la cultura motriz»
U.d Teoría y examen.	2	VI«Interacción eficiente y sostenible con el entorno»
Tercer Trimestre (abril-junio)		21

<p>U.d:Malabares individuales circenses. (2 y 3 ev)</p> <p>U.d: Expresión corporal: ritmos y pantomimas. El circo.</p> <p>U.d:Orientación: juegos de pistas, recorridos sencillos,... Y Btt / patines.</p> <p>U.d: Deportes Alternativos</p> <p>U.d: Somos lo que comemos.</p> <p>U.d:Test físicos: ¿Cómo estoy?.</p> <p>U.d Teoría y examen.</p>	<p>4- (2)</p> <p>5</p> <p>4</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>I«Vida activa y saludable» aborda los tres componentes de la salud -física, mental y social- II «Organización y gestión de la actividad física», III «Resolución de problemas en situaciones motrices»</p> <p>IV «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices», V«Manifestaciones de la cultura motriz» VI«Interacción eficiente y sostenible con el entorno» .</p>
<p>UNIDADES DIDÁCTICAS/PROGRAMACIÓN 3 ESO</p>		
Primer Trimestre (septiembre-diciembre)		21
<p>U.d. Presentación</p> <p>U.d off/On calentamiento general y flexibilidad.</p> <p>U.d Resistencia. 20 minutos.</p> <p>U.d Test. de C.F</p> <p>U.d Raquetas al aire libre</p> <p>U.d Somos sanos: Alimentación, y hábitos saludables.</p> <p>U.d Teoría y examen.</p>	<p>1</p> <p>4</p> <p>4-5</p> <p>2</p> <p>6-7</p> <p>1</p> <p>2</p>	<p>I«Vida activa y saludable» II «Organización y gestión de la actividad física»</p> <p>III «Resolución de problemas en situaciones motrices»</p> <p>IV «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices»</p> <p>V. Manifestaciones de la cultura motriz.</p>
Segundo Trimestre (enero-marzo)		21
<p>U.D: Resistencia 20 min</p> <p>U.d: Crossfits</p> <p>U.d: Juegos y deportes individuales y de oposición: Bádminton.</p> <p>U.d:Juegos modificados de invasión: Baloncesto.</p> <p>U.d: Juegos modificados de cancha dividida: Datchball.</p> <p>U.d Teoría y examen.</p>	<p>1</p> <p>4-5</p> <p>8</p> <p>8</p> <p>6</p> <p>2</p>	<p>I«Vida activa y saludable» aborda los tres componentes de la salud -física, mental y social- II «Organización y gestión de la actividad física», III «Resolución de problemas en situaciones motrices» IV «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices», V«Manifestaciones de la cultura motriz»</p>
Tercer Trimestre (abril-junio)		21
<p>U.d:Juegos modificados de cancha dividida y voleibol.</p>	8	<p>I«Vida activa y saludable» aborda los tres componentes de la salud -física, mental y social-</p>

U.d: Atletismo. Olimpiadas.	2	II «Organización y gestión de la actividad física», III «Resolución de problemas en situaciones motrices» IV «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices», V «Manifestaciones de la cultura motriz» VI «Interacción eficiente y sostenible con el entorno»
U.d: Combas dobles. Coreografías circenses. El circo.	4	
U.d: Bailamos juntos.	6	
U.d: Actividades de orientación y Btt	2-3	
U.d: Test físicos: ¿Cómo estoy?.	2	
U.d Teoría y examen.	2	
UNIDADES DIDÁCTICAS/PROGRAMACIÓN 4 ESO	SESIONES	SABERES BÁSICOS
Primer Trimestre (septiembre-diciembre)		21
U.d. Presentación	1	I «Vida activa y saludable» II «Organización y gestión de la actividad física» III «Resolución de problemas en situaciones motrices» IV «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices» V. Manifestaciones de la cultura motriz.
U.d off/On calentamiento general y flexibilidad.	4	
U.d Resistencia 20-25 minutos	4-5	
U.d Test. de C.F	2	
U.d Raquetas al aire libre	6-7	
U.d Somos sanos: Alimentación, y hábitos saludables. U.d Teoría y examen.	1 2	
Segundo Trimestre (enero-marzo)		21
U.d: Resistencia. 20 minutos.	1	I «Vida activa y saludable» aborda los tres componentes de la salud -física, mental y social- II «Organización y gestión de la actividad física», III «Resolución de problemas en situaciones motrices» IV «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices», V «Manifestaciones de la cultura motriz»
U.d: Juegos y deportes de oposición: Béisbol	10	
U.d: Juegos modificados de invasión: Baloncesto	8	
U.d Teoría y examen.	2	
Tercer Trimestre (abril-junio)		21
U.d: didáctica del deporte: diferentes deportes	8	I «Vida activa y saludable» aborda los tres componentes de la salud -física, mental y social- II «Organización y gestión de la actividad física», III «Resolución de problemas en situaciones motrices»
U.d: Combas dobles. Coreografías circenses. El circo.	4	
U.d: Bailamos juntos con ritmos.	6	
	1	

U.d: Actividades de orientación y Btt	2	IV «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices», V «Manifestaciones de la cultura motriz» VI «Interacción eficiente y sostenible con el entorno»
U.d: Test físicos: ¿Cómo estoy?.	2	
U.d Teoría y examen.		

3.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Estos criterios de evaluación están incluidos en el **Anexo II** del Decreto 82/2022, de 12 de julio, para E.F y son los siguientes: como se refleja en la tabla. (por ejemplo: 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6)

4.- PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN (INSTRUMENTOS) Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN Y RECUPERACIÓN

Tal y como se especifica en la programación se establecen los procedimientos e instrumentos de evaluación, criterios de calificación y recuperación de cada evaluación, y unidad didáctica. A l@s alumn@s al comienzo de cada unidad didáctica se les informa de estos aspectos. Y se pueden también ver en la programación.

Su parte teórica es donde les realizaremos a los alumnos un cuestionario teórico: **al final de cada trimestre se realizará un examen de tipo teórico.**

Serán preguntas breves y de desarrollo de las unidades didácticas (UD) tratadas en el mismo se explica anteriormente.

En el caso de la **prueba escrita**, serán **10 preguntas cortas**, de las cuales cada pregunta tendrá un punto. En el caso de que una misma pregunta tenga dos, entonces valdría medio punto una. También hay la posibilidad de hacer un examen de más de 10 preguntas, sobre todo los alumnos que llevan las tres evaluaciones o han perdido el derecho a la evaluación, indicando a cada pregunta lo que vale.

Pruebas orales y/o en caso escritas de respuesta corta: En el caso de la prueba oral: consiste en una prueba de 10 preguntas a cada alumno con un peso de un punto por pregunta; importante disponer de un cuestionario denso de preguntas. Es una manera didáctica de enseñar a los alumnos de nuestra materia ya que las preguntas son respondidas en alto para que todos aprendan la respuesta.

-**Test u observación directa de evaluación inicial** de la unidad didáctica a trabajar, para el nivel inicial de los alumnos en esa U.D.

-**Trabajos de investigación**, no todas las unidades didácticas llevarán trabajo.

-**Trabajos hechos en clase por alumnos lesionados o similares.**

- **Fichas diversas:** sobre aspectos importantes de la unidad didáctica.

- **Pruebas prácticas:** al final de cada UD o del trimestre se podrán realizar pruebas técnicas con la intención de evaluar las habilidades en este sentido adquiridas por el alumno/a del desarrollo de la misma.

-**Test físicos y/o relacionados con la unidad didáctica y/o Pruebas físicas:** En las tres actuaciones durante el curso, tal y como se va reflejando en las actas, a los alumnos se les pasa antes pruebas que tienen que ver con los saberes básicos trabajados, en caso de que uno/a llegue al mínimo, tendrá que presentarse a las mismas pruebas que se reflejan en excepto que fuera imposible realizarlas porque faltara compañero con quien hacerla, se les haría una similar.

-**Listas de control y videos ante pruebas coreográficas.** Igualmente, con sus ítems de evaluación. Y en muchas ocasiones también con video. Para algunas unidades didácticas, sobre de expresión corporal, como los ritmos, el circo y los malabares, el acroport, los bailes y el mengue, el aeróbic, etc lo podrán mandar al classroom o por el aula virtual grabado en video y se les evaluará con hojas de observación que previamente se les dará.

En el caso de alumnos que han perdido el derecho a la evaluación continua, por qué no van a clase, alumn@s lesionad@s: el porcentaje cambia. La calificación en cada evaluación será dada por la suma de los porcentajes correspondientes a cada saber básico. Será necesario superar un mínimo de 5 puntos en cada apartado para poder realizar media. Es obligatorio sacar mínimo un 5 en la nota del examen teórico.

También para alumnos lesionados o similares durante el curso. Se les suelen pedir trabajos, que son resúmenes que se piden de temas de los de ese curso de EF. Y relacionado con lo que se esté dando en clase. Ó incluso con lo que tienen, según lo que estemos dando. Es obligatorio sacar mínimo un 5 en la nota.

También podemos realizarles entrevistas a los alumnos. Sobre los planes de entrenamiento. Se harán entrevistas a los alumnos sobre aspectos tales como: hábitos alimenticios, hábitos de higiene postural, hábitos de higiene general o aspectos de los entrenamientos que por la tarde tienen que hacer de forma obligatoria.

También daremos la **posibilidad al alumnado de poder subir nota en la materia** al final de trimestre, donde la nota no podrá influenciar negativamente, es decir no baja.

Y para ello realizaremos también pruebas específicas para ello como exámenes teóricos de la siguiente evaluación o repetición de alguna prueba práctica suspensa.

Así, **después de cada trimestre y al final del curso se propondrán actividades de refuerzo a aquellos alumnos/as que no hayan superado los diferentes criterios de evaluación**, pues éstos/as deberán evaluarse de aquello no superaron, bien sea de la parte práctica (test o pruebas de ejecución de condición física,etc) y/o de la teórica (exámenes, exposiciones, trabajos y/o diario de clase).

La evaluación se adaptará, siguiendo en todo momento la legislación vigente a tal efecto, **aquellos alumnos/as que se encuentren en alguna situación especial:** alumnos con de asistencia prolongadas por motivo justificado, alumnos que presenten periodos de inactividad práctica por lesión o enfermedad, alumnos con EF pendiente que repitan curso, alumnos con EF pendiente que hayan promocionado de curso, alumnos inmigrantes de incorporación tardía con desconocimiento del idioma, convalidaciones, exenciones, etc. Se realizará en cada situación la adaptación de los instrumentos que valorarán los criterios de actuación establecidos del trimestre y el % de calificación otorgado dependiendo de sí él puede o puede realizar las pruebas prácticas o no, **el tiempo que dure la inactividad.**

Se mandarán trabajos teóricos de los contenidos trabajados (a través de aula virtual para 1 de la ESO, classroom o gmail), exposición en clase, etc.

De esta forma, tanto al alumnado como a sus familias, se les informará después de la junta de evaluación, de los resultados obtenidos en la asignatura, los criterios le .evaluación no conseguidos) y de las medidas que tiene que adoptar el alumno para su consecución. En este caso, .dependiendo de bloques de contenidos y/o criterios de evaluación no conseguidos, al alumno se le propondrán diversas actuaciones a realizar en trimestre siguiente: repetición de algunas pruebas prácticas, .entrega de ttrabajos c ichas, nuevo examen teórico, adopción de más responsabilidad (aseo e higiene, asistencia y puntualidad, trabajo en clase,...).

El alumno que tenga una evaluación suspensa tendrá que recuperar en la siguiente . evaluación sólo aquello que tiene suspenso.

Las recuperaciones de los contenidos teóricos en la siguiente evaluación, repitiendo .el profesor al alumno la prueba teórica que no superó.

En cuanto a pruebas prácticas, ya sean test físicos, coreografías o pruebas de ..técnica deportes, que NO hayan sido superadas por el alumno, el profesor deberá i..informar l alumno la repetición del mismo y así se consignará en el Plan de trabajo correspondiente. Sobre esto, lee el siguiente párrafo.

Hay que tener en consideración al respecto lo siguiente: si un alumno tiene al menos el 50% nota en las prácticas, se le podrá sacar la media y aprobar.

En caso de que un alumno no alcance ese 50% en las prácticas, el profesor, con tiempo, informará al alumno y repetirá la prueba práctica (o pruebas prácticas) que tenga suspensa. En este sentido, también hay que acordarse de aquellos alumnos que aun teniendo nota práctica siguiente quieran subir en alguna prueba que. tuviesen más floja.

En el tercer trimestre, quien no haya superado con un mínimo de un 5, al sumar la primera, segunda y la tercera evaluación. Tendrá que recuperar la parte suspendida.

Sí sólo tuviese pendiente algunas competencias específicas, criterios de evaluación, con su peso relativo, evidentemente sólo tendría que presentarse a las competencias específicas, y criterios de evaluación según lo que corresponda. Sí la prueba que le queda a realizar es en grupo, y él sólo tuviera la parte esa práctica

suspensa, deberá de traer un video realizado en grupo. Le podría ayudar quien quiera a hacer esa coreografía que tuviera suspensa.

Y en **JUNIO** a él sólo no se le podría hacer, por eso se le pide el video. Ya fuera de baile, acrosport, cuerdas, etc. En el caso de cualquier otra cosa que resulte igual: se superaría haciendo un trabajo.

Para los PENDIENTES de educación física del año anterior: La evaluación en todo momento será continua, con sus respectivas pruebas concretas de recuperación del curso anterior. En cuanto a l@s alumn@s con la Educación Física suspensa de otro curso, se les hará la recuperación en el dos cuatrimestres. No recupera aprobando el curso anterior directamente, sino que hay que hacerles pruebas específicas, **examen teórico 80% y con planes de trabajo, trabajo 20%..**

En el caso de alumnos que no puedan hacer E.F sea por una lesión temporal y/o permanente deberán de hacer un trabajo relacionado con los contenidos y Unidad didáctica que estamos dando, Y la parte teórica se le ampliará el peso asignado, quitándose a la parte tica que no pueda realizar; y se quedaría en esa evaluación entre el examen teórico y el trabajo realizado el resto de porcentaje del peso de la nota, con lo que tenga que hacer en la e práctica de la cual no se puede examinar debido a su lesión o problema físico. Sí en el siguiente el alumno/a se recuperara de su lesión y quisiera ser evaluado de la parte tica; de la cual no se le pudo evaluar en dicha evaluación, se realizaría las pruebas prácticas se les pasó al resto de alumnos; y se le volvería a realizar el porcentaje de peso de nota que correspondiera. siempre y cuando no fuera en la tercera evaluación por falta de tiempo, a no que quiera presentar a la recuperación de los suspensos sólo con esa parte práctica suspensa. Y habría que ponerle suspenso hasta que se presentará y aprobará la parte práctica.

5. - MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.

Los materiales y recursos didácticos existentes en el Centro y en el departamento de Educación Física, que van a ser utilizados en las diferentes unidades didácticas, son los siguientes:

A. RECURSOS HUMANOS. El Departamento de Educación Física y Música, consta de dos profesores, uno de ellos especialista en Educación Física, y otro especialista en Música. Los alumnos/as, como parte principal del proceso de enseñanza-aprendizaje y, como parte activa de las sesiones. Y en relación con el resto de áreas, como correspondencia de sus contenidos con el área de Educación Física.

B. INSTALACIONES.

A nivel general contamos con el Pabellón cubierto municipal de



**SÍNTESIS DE LA PROGRAMACIÓN
- LOMLOE -**



45x 27 m. 1 pista polideportiva exterior. Instalación municipal. Más el material establecido en el inventario que está incluido y se puede ver en él PES.