



**Universidad
Europea** CANARIAS

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CREANDO FUTURO

Situación de Aprendizaje: 4º ESO.

Marta Guerrero Cabrera

TRABAJO FINAL DEL MÁSTER UNIVERSITARIO DE FORMACIÓN DE PROFESORADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA, BACHILLERATO, FORMACIÓN PROFESIONAL, ENSEÑANZA DE IDIOMAS Y ENSEÑANZAS DEPORTIVAS

Dirigido por Francisco Batista Espinosa

Convocatoria de [07/2022]

Rugby: por enseñarme el valor del respeto, la disciplina y la constancia.

Familia: por acompañarme en el camino e inculcarme la importancia de la educación.

Triana: por estar presente en cada estudio y hacerme compañía.

Índice

Resumen.....	5
1. Introducción y justificación.....	6
1.1. ¿Qué es una programación y para qué programar?	7
1.2. Criterios seguidos para elaborar la programación	7
1.3. Marco normativo.....	8
2. Contextualización.....	9
2.1. Características del entorno escolar	9
2.2. Centro	10
2.3. Aula.....	11
2.4. Alumnado	12
3. Concreción curricular	13
3.1. Objetivos de la etapa.....	13
3.2. Objetivos de nuestra materia y contribución a las competencias	13
3.3. Contribución a los objetivos de etapa.....	15
3.4. Criterios de evaluación. Contenidos. Estándares de aprendizajes evaluables.	15
3.5. Unidades de programación	16
4. Metodología.....	27
4.1. Principios metodológicos	27
4.2. Estrategias	28
4.3. Tipos de actividades	29
4.4. Agrupamientos	29
4.5. Actividades complementarias	30
4.6. Criterios organizativos: espacios y temporalización de las unidades didácticas	31
4.7. Materiales y recursos didácticos	33
5. Atención a la diversidad.....	34
5.1. Aspectos generales y normativa.....	34
5.2. Medidas ordinarias.....	35
5.3. Medidas extraordinarias.....	37
6. Educación en valores, planes y programas.....	37

6.1.	Educación en valores desde la asignatura.....	37
6.2.	Desarrollo de la comunicación lingüística	38
6.3.	Integración de las TIC	39
6.4.	Planes y programas del centro	40
6.5.	Concreción en la programación de los planes institucionales del centro.....	40
7.	Evaluación del aprendizaje del alumnado	40
7.1.	Procedimientos e instrumentos de evaluación.....	40
7.2.	Criterios de calificación.....	43
7.3.	Planes de refuerzo y evaluación	44
8.	Conclusión.....	44
9.	Referencias.....	46
	Anexos	49

Resumen

La asignatura de educación física ha ido evolucionando en consonancia con las nuevas corrientes de pensamiento y modos de vida. Del mismo modo, las tecnologías y metodologías educativas actuales han hecho que la asignatura tenga más valor y mejor consideración en el sistema educativo presente. Gracias a esto y unido a la práctica del deporte en la sociedad, sobre todo en el entorno familiar, se ha conseguido un cambio en el papel que desempeña el alumnado dentro de esta asignatura: de ser un mero ejecutor, a convertirse en el verdadero protagonista del proceso de enseñanza aprendizaje. Sin olvidar la gran diversidad de enseñanzas deportivas que puede ofrecer la asignatura hoy día en comparación con la que ofrecía hace unos años. Por otro lado, con esta programación didáctica, se ha intentado que el alumnado de cuarto de la eso disfrute con la actividad física y que la entienda como un hábito de vida y salud. Del mismo modo, que continúen con su práctica una vez finalizada la etapa educativa. Sin olvidar la educación en valores, fundamental para desarrollar el trabajo en un entorno de plena armonía y correspondencia: el respeto, igualdad y constancia serán los pilares fundamentales.

Palabras clave: educación física; metodologías educativas; enseñanza deportiva; hábitos de vida; valores.

1. Introducción y justificación

Históricamente, si se escucha la palabra educación física, se ha pensado en contenidos básicos del deporte como correr o jugar al fútbol. Con el paso del tiempo, y la llegada de las nuevas tecnologías y metodologías más innovadoras, el concepto de educación física, y por consiguiente la intervención del profesor y el papel del alumnado, va cambiando generación tras generación.

Por otro lado, cabe destacar que la educación física en la ESO presenta una gran riqueza de aspectos motrices, los cuales serán adquiridos por los alumnos durante toda la etapa. Para ello, el profesor debe guiarles a que adquieran cierto control sobre su cuerpo y las capacidades de movimiento. Del mismo modo, que puedan desarrollar con autonomía las capacidades físicas básicas. Pero que no se quede solo ahí, la educación física va mucho más allá, se trata de que nuestros alumnos aprendan a llevar unos hábitos de vida saludables, y que mejoren su expresión corporal y auto imagen. Tratar la salud mental y autoestima estará cada vez más presente en las clases de esta asignatura.

De la misma forma, no cabe duda de que nuestra asignatura, lleva la palabra sociabilización inmersa en ella. Se trata de una materia donde se dan numerosas relaciones interpersonales, derivadas de acciones motrices y expresivas. Por tanto, desde este punto de vista, las relaciones interpersonales es uno de los grandes pilares de la Educación Física. El docente debe saber aprovechar estas circunstancias para beneficiarse a la hora de crear un buen clima y ambiente de trabajo en el grupo. A esto, cabe añadir las nuevas tendencias metodológicas, en las cuales el alumno es el protagonista, y el docente un mero guiador que ayuda a los alumnos a conseguir el fin de la tarea, pero quedándose a un margen. Pasa a un papel secundario.

Es verdad, que las últimas generaciones son más conscientes de lo necesario que es llevar hábitos de vida saludables y una vida activa, pero no podemos olvidar que los jóvenes se guían mucho por las redes sociales. Por ellos, se debe evitar que nuestro jóvenes se guíen por publicidad engañosa y falsa. De esta forma, se debe tratar las nuevas tecnologías con un componente pedagógico y aplicable a la rutina diaria.

Finalmente, cabe destacar que hoy en día, hay una gran predilección por la actividad deportiva y los hábitos de una buena alimentación, pero no debemos entender la educación

física solo como eso, o más bien, preparar a nuestros alumnos solo para eso. La educación física, a parte del deporte, se trata de educar a los alumnos, que aprendan a cooperar, personas responsables, respetuosas y trabajadoras. Se trata de comprender el verdadero valor de nuestra asignatura, realizar una práctica razonada dentro de los centros, que puedan luego trascender a sus modos de vida una vez finalizada la etapa educativa.

1.1. ¿Qué es una programación y para qué programar?

Si algo tenemos claro es que las sociedades evolucionan cada vez más, ya bien sea porque las nuevas generaciones se interesan por la cultura de sus antepasados o por los medios de los que disponen hoy en día muchas personas. En esta evolución de las sociedades, lleva consigo nuevos conocimientos, técnicas, etc. Por todo ello, hizo falta establecer lo que conocemos hoy día como sistema educativo.

Este, va regido de mayor cargo a menor, es decir; a nivel estatal, luego autonómico y finalmente por el centro educativo en el que nos encontremos. Entre todos ellos, se definirá lo que se debe enseñar, cuando, etc. Es decir, se definirá la programación didáctica, entendiendo esta como: “La programación es un instrumento fundamental que ayuda y orienta al profesorado en el desarrollo del proceso de Enseñanza-Aprendizaje, evitando, así, la improvisación en la práctica educativa y favoreciendo una enseñanza de calidad” (1).

Es decir, en resumen: qué + cómo + cuándo enseñar y evaluar.

Por otro lado, una programación didáctica, tiene importancia para los elementos presentes en el proceso de enseñanza aprendizaje, los cuales, según mi parecer, son el docente y el alumnado. Este primero, será el mayor beneficiado, ya que una programación le ayudará a estructurar todo el curso escolar. Del mismo modo, es una forma más útil de aplicar la normativa que haya vigente en ese momento.

1.2. Criterios seguidos para elaborar la programación

Esta programación, está desarrollada para una clase de 4ºESO A, de un colegio concertado católico. En el aula se encuentra un alumnado bastante diverso, sobre todo dos alumnas con problemas psicológicos. A la hora de desarrollar las clases, se introducirá una metodología más innovadora y alternativa, que motive a los jóvenes a la práctica de la educación física. Por otro lado, se tratará bastante la inclusión de estas dos alumnas, para que vean las clases

de educación física como una vía de escape a sus problemas. Con respecto a la evaluación, si será un poco más tradicional, utilizando sobre todo la coevaluación.

1.3. Marco normativo

Para llevar a cabo esta programación didáctica, se han utilizado numerosas leyes, por las cuales se rige el estado español y la Comunidad Autónoma de Canarias.

A nivel nacional cabe destacar:

La Constitución Española. Es la norma básica del ordenamiento jurídico español, la norma suprema y todas las leyes que se aprueben deben respetar los principios básicos recogidas en las mismas. El derecho a la educación es uno de los derechos fundamentales recogidos en el artículo 27, que gozan de especial protección y de amparo ante el tribunal constitucional. Del mismo modo, la Ley 6/2014, de 25 de julio, Canaria de Educación no Universitaria. *Boletín Oficial del Estado*, 238, de 1 de octubre de 2014, 77321-77371. Le da a la comunidad autónoma de canarias la competencia plena en materia de educación y en ella se define, contextualiza y desarrolla el sistema educativo canario.

Por otro lado, encontramos la Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de mayo. *Boletín Oficial del Estado*, 106, de 4 de mayo de 2006, en la cual se concretan tipos de enseñanzas, funciones del profesorado, alumnos con dificultades, etc. Es decir, definir el sistema educativo español en sí. Posteriormente fue modificada por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre.

Cabe destacar también, la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, *Boletín Oficial del Estado*, 25, de 29 de enero de 2015, 6986-7003, en la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato.

Finalmente, en el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. *Boletín Oficial del Estado*, 3, de 3 de enero de 2015, 169-545, se establecen los criterios de evaluación que deben seguir el cuerpo de profesores, así como los estándares de aprendizajes evaluables tanto de la ESO como del bachillerato.

Por otro lado, a nivel autonómico:

Comenzamos por el Decreto 81/2010, de 8 Julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Centros docentes públicos no universitarios de la Comunidad Autónoma de Canarias. *Boletín Oficial de Canarias*, 143, de 22 de julio de 2010, 19517-19541. En este Decreto se puede encontrar todo lo relacionado con los órganos de gobierno y organización de los centros, consejo escolar y relación con las familias. También aparece el departamento de orientación, con sus respectivas competencias. Siguiendo con el Decreto 315/2015, de 28 de agosto, por el que se establece la ordenación de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, mediante el que se implantan las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria. *Boletín Oficial de Canarias*, 169, de 31 de agosto de 2015, 25289-25335. Se establece como se pueden ordenar las materias por troncales, específicas o de libre configuración, que se debe de dar en cada curso refiriéndose a las materias, la oferta obligatoria de los centros, así como el número de horas semanales de estas. Este Decreto, va en estrecha relación con el Decreto 83/2016, de 4 de julio, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias. *Boletín Oficial de Canarias*, 136, de 15 de julio de 2016, 17046-9333, donde se definen los contenidos, la contribución a las competencias, los criterios de evaluación, así como los estándares de aprendizaje de cada materia y curso correspondiente.

Finalmente, en la Orden de *Boletín Oficial de Canarias*, 177, de 13 de septiembre de 2016, 24775-24853, se regulan la evaluación y la promoción del alumnado que cursa las etapas de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, y se establecen los requisitos para la obtención de los títulos correspondientes, en la Comunidad Autónoma de Canarias.

2. Contextualización

2.1. Características del entorno escolar

Ubicado en el centro de la localidad costera, se encuentra en una zona privilegiada. A escasos metros del puerto, paseo marítimo y muelle deportivo. Teniendo colindante dos parques, comisaría de policía, varios hoteles y el ayuntamiento, hacen que el nivel económico del centro sea alto, así como de las familias que lo componen.

2.2. Centro

Se presenta una escuela inclusiva, libre y abierta. Imparte los niveles de infantil, primaria, ESO y bachillerato. No cuenta con ciclos formativos.

Por un lado, el ideario del centro se resume en estas tres ideas:

- Formación educativa.
- Formación social.
- Formación deportiva.

Cada una de ellas unidas por un nexo en común: la igualdad. Esta, es la base sobre la que se sustenta el proyecto educativo y hace que el compromiso con los objetivos de este sea mayor. Para ello, se cuenta con los valores que proporciona el deporte y prepara para las diferentes situaciones y problemas que se pueden dar a lo largo de la vida.

El entorno es familiar; se consideran a las familias como motor social, ya que simboliza valores importantes para el centro: unión, sacrificio, material, esfuerzo y trabajo en equipo.

Con respecto a las instalaciones se encuentra lo siguiente:

Tabla 1. Instalaciones del centro.

INSTALACIONES			
Sala de profesores	Dos patios	Aseos alumnos	Salón de actos/ biblioteca
Secretaría	Gimnasio	Un aula para cada grupo	Sala de profesores
Conserjería	Aseo de profesores	Laboratorio	Despachos
Capilla	Cuarto de limpieza	Comedor	Sala de descanso

En torno al profesorado, se presenta una plantilla de edad avanzada con antigüedad en el centro, apostando por profesores jóvenes en caso de que tengan que ser incorporados, con la finalidad de que se hagan estables en el centro. La mayoría del profesorado es de la localidad, pero prácticamente todos se desplazan en vehículos como coche o moto al centro.

Una plantilla de 74 docentes bastante unida y consolidada que reflejan los valores del centro en cada una de sus clases.

Por otro lado, con respecto a los órganos de dirección se encuentra:

- Directora.
- Jefe de estudios.
- Secretario.

El centro presenta una estructura claramente definida: director- jefe de estudios- secretario. Así mismo, los profesores se dividen por departamentos, y dentro de estos, hay una coordinador principal que es el portavoz. En los departamentos, es donde se acuerdan los objetivos didácticos que se van a impartir a lo largo del curso académico, los cuales deben estar relacionados con los objetivos de área y de etapa. Del mismo modo, los tutores recibirán una hora de orientación, y tendrán tutoría con sus alumnos y con las familias cuando la situación lo requiera.

Finalmente, cabe resaltar que el presupuesto del centro es elevado y se cuenta con diferentes acuerdos con clubes y ayuntamientos: piscina para la práctica de natación, rocódromo, sala para la práctica de artes marciales y parques para deportes de aventura.

2.3. Aula

La clase se encuentra en la segunda planta del centro, con dos ventanas que dan al patio central. Equipada con radiadores, sillas y mesas tanto para el alumnado como para el profesorado, dos papeleas, un extintor, una pizarra de tizas y otra digital. Del mismo modo, también consta con un ordenador fijo en la mesa del profesor y un proyector.

Por otro lado, en el pabellón en el cual se desarrollan gran parte de las sesiones, se encuentra un altavoz y todo tipo de material deportivo necesario para las clases, los cuales se detallan a continuación:

Tabla 2. Materiales del centro.

Material	Número de unidades	Material	Número de unidades
Combas	35	Porterías	2
Conos	30	Aros	30

Picas	20	Colchonetas	5
Red de vóley	1	Bancos suecos	4
Canastas de baloncesto	2	Petos	38
Inflador	1	Botiquín	1
Balones fútbol	10	Balones goma	12
Balones baloncesto	13	Balones balonmano	10

2.4. Alumnado

En cuanto a las características del alumnado, la edad común entre estos estará entre 3 y 18 años. Albergando un número de 1191 alumnos. El nivel social predominante es de una clase media-alta, debido a la zona en la que se encuentra el centro. El nivel psíquico que determina este tipo de alumnado es de un comportamiento más bien sobreprotegido, consentido, y un nivel físico bastante bueno en general, debido a la gran cantidad de actividades extraescolares deportivas que suelen realizar. Los intereses y motivaciones suelen ser la electrónica de alto nivel o deportes como el tenis, moto cross y moto de circuito. Las características sociales están determinadas por una poca sociabilización con los compañeros entre cursos, debido a que no tienen los valores de compañerismo y amistad muy arraigados. Las características intelectuales si suelen estar desarrolladas debido a las extraescolares como música o idiomas.

Con respecto a 4º ESO A, se presenta un aula de 23 alumnos, cuya media de edad está entre 15 y 16 años. Todos ellos pertenecen a una clase social media-alta. Hay un buen clima y ambiente de trabajo. Cabe destacar que hay un gran número de chicos, con respecto al número de chicas. Toda la clase presenta buena forma física, por lo que hace que el trabajo de educación física sea más llevadero. Cabe destacar que los niños son más atléticos que las niñas, exceptuando dos de ella, que practican deporte de alto rendimiento. Es de resaltar que los niños de la clase admiran a estas dos compañeras, y les encanta retarse con ellas en cualquier deporte para ver si les pueden ganar. Por otro lado, se encuentran tres alumnos

con necesidades especiales: una con TCA, otra con fobia a estar sola y uno con hipoacusia. Ambas están en tratamiento psiquiátrico y psicológico respectivamente. Los compañeros y compañeras, las ayudan bastante a que se sientan integradas y hacen todo lo posible porque superen esos problemas.

3. Concreción curricular

3.1. Objetivos de la etapa

Conforme a lo dispuesto en la web del gobierno de Canarias y en el artículo 11 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, los objetivos resumidos de la Educación Secundaria Obligatoria son los siguientes:

El alumno deberá ser responsable con sus deberes, así como ejerciendo el derecho de respeto hacia los demás y de cooperación cuando sea necesario. Del mismo modo, deberá desarrollar hábitos de disciplina y de técnicas de estudio. Así como un desarrollo del trabajo individual y en equipo. Así también, desarrollar un respeto por la diferencia de sexos y comprender la igualdad de derechos existente.

Por otro lado, uno de los grandes objetivos de la etapa sería fortalecer sus capacidades afectivas. También, desarrollar destrezas para poder utilizar diversas fuentes de información fiables, y adquirir nuevos conocimientos. Del mismo modo, desarrollar el espíritu emprendedor sería bastante importante, al igual que un desarrollo de la confianza en sí mismo. Dando lugar a una mayor capacidad de aprender a aprender.

Así, podría mejorar su capacidad de expresión y comprensión oral y escrito, pudiendo expresarse tanto en la lengua castellana, en la lengua oficial de su comunidad autónoma y en una o varias lenguas extranjeras. De este modo, respetaría y comprendería otras culturas y patrimonios culturales. Sin olvidar lo fundamental, aceptar y conocer nuestro propio cuerpo y su capacidad de manifestación artística.

3.2. Objetivos de nuestra materia y contribución a las competencias

Conforme a lo dispuesto en el artículo 2 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, las competencias que deben integrarse para una adquisición eficaz por parte del alumnado son las siguientes:

a) Comunicación lingüística (CCL).

- b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT).
- c) Competencia digital (CD).
- d) Aprender a aprender (CAA).
- e) Competencias sociales y cívicas (CSC).
- f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP).
- g) Conciencia y expresiones culturales (CEC).

En el Decreto 83/2016, de 4 de julio, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias, se puede encontrar la contribución de la Educación física a algunas de las competencias citadas anteriormente:

Por un lado, la comunicación lingüística (CL) se trabajará mediante la gran variedad de intercambios comunicativos que se producen en la práctica, respetando el uso de las normas que los rigen, y por supuesto el vocabulario específico que aporta la Educación Física a otras materias. Siguiendo con la competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT) estará presente en aspectos relacionados con el orden y las secuencias de las acciones, las dimensiones y en la organización y cronometraje de los torneos. Pasando a la competencia digital (CD) se utilizará en actividades relacionadas con los distintos entornos tecnológicos de enseñanza y aprendizaje y sobre todo con su transferencia al ámbito motor.

Por otro lado, la competencia aprender a aprender (AA) será la más trabajada ya que es inherente a la Educación Física. Será útil para hacer consciente al alumnado de sus capacidades y limitaciones como punto de partida para progresar hacia un estado de bienestar psicofísico, y favorecer la transferencia de sus aprendizajes motrices. Del mismo modo, las competencias sociales y cívicas (CSC) serán de utilidad debido a las interacciones sociales que se producen en los contextos de aprendizaje.

Finalmente, sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE), se trabajará siempre y cuando se le de autonomía al alumno para tomar decisiones con progresiva emancipación sobre aspectos de ejecución y de organización de las distintas tareas motrices. Y, por otro lado, conciencia y expresiones culturales (CEC), presente en actividades a través de las cuales, se pretende entablar una comunicación creativa de ideas, sentimientos, emociones y

vivencias, por medio de la exploración y utilización de las posibilidades y recursos del cuerpo y del movimiento.

3.3. Contribución a los objetivos de etapa

Según lo dispuesto Decreto 83/2016, de 4 de julio, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias, se encuentran varias contribuciones de la educación física a los objetivos de la ESO.

Por un lado, se tiene el conocer el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetando las diferencias, afianzando hábitos de cuidado y salud corporales e incorporando la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social.

Por otro lado, a través de la convivencia en el desarrollo de las tareas motrices, el alumnado deberá asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás con independencias de géneros o condicione, desarrollar la tolerancia, cooperación y solidaridad.

Del mismo modo, se promueven las capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, la prevención y la resolución pacífica de los posibles conflictos que se den mediante actitudes contrarias a la violencia, el respeto de los derechos humanos, a las diferentes culturas y las diferencias entre personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas con discapacidad en las práctica de las actividades físicas.

Se encuentra también, el conocimiento, valoración y respeto por los aspectos básicos del deporte, así como, comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones motrices expresivas que utilizan diversos medios de representación. Se desarrolla la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal, la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades, pero también la creatividad.

3.4. Criterios de evaluación. Contenidos. Estándares de aprendizajes evaluables.

Se encuentra en anexos, concretamente corresponde a anexo I. Se podrá ver una tabla donde se relacionan los criterios de evaluación, con sus estándares de aprendizajes correspondientes, contenidos y competencias, de 4º ESO. Todos ellos dentro del BLOQUE I:

CORPOREIDAD, DE APRENDIZAJE MOTRICIDAD Y CONDUCTA MOTRIZ. Posteriormente, en anexo II, se adjuntan los estándares de aprendizaje.

3.5. Unidades de programación

Se llevarán a cabo las siguientes unidades de programación:

Tabla 3. Unidades de programación.

	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Fecha de inicio	9-09-2021	10-01-2022	18-04-2022
Fecha de fin	22-12-2021	8-04-2022	23-06-2022
Unidades de programación	1. ¿Están en forma? 2. Correr no es de cobardes. 3. ¿Conseguirán salir?	4. En el aire 5. Dioses 6. Novedades	7. A moverse

Las cuales, se detallan a continuación.

N.º 1	TÍTULO: ¿ESTÁN EN FOMA?		
Curso: 4º ESO.	Periodo de implementación: De la semana nº 3 a la 8.	Nº de sesiones: 11.	Trimestre: 1º.
Descripción: ¿Qué se va a aprender? Los alumnos aprenderán nociones básicas sobre condición física, para así, poder aplicarlos en su día a día y llevar un modo de vida más activo. Del mismo modo, aprenderán a evaluar a los compañeros, ofrecer ayudas en ejercicios, y a programar sesiones básicas de condición física. ¿Cómo se va a aprender? Los alumnos van a aprender haciendo, es decir, practicando. Se les propondrán al inicio que se marquen ciertas metas en una serie de pruebas de condición física, para al final, ver si las consiguen o no. De esta forma, se motivará al alumnado a conseguir esos objetivos, y será un aprendizaje bastante individualizado, ya que cada uno, se marca sus objetivos en función de su nivel de condición física inicial. ¿Para qué? Para que puedan mejorar su condición física, y consigo, su calidad de vida.		Justificación: Se intentará el desarrollo del alumnado partiendo de la competencia motriz. Construyendo así una autoimagen positiva para la mejora de la salud física y psíquica. Haciéndoles ver como la actividad física puede colaborar mejorando su autoestima y eficiencia motriz. Llegando a un estado de bienestar social, físico y emocional. Del mismo modo, mejorar las capacidades físicas básicas, en particular resistencia, flexibilidad y fuerza.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
CRITERIO/S DE EVALUACIÓN			COMPETENCIAS
Código:	Descripción:	CMCT, AA, CSC, CL.	

SEF04C01	Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física.	
CONTENIDOS		ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES
3, 4, 5, 6, 7, 8.		13, 17, 18, 20, 21, 22, 33.
FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	MODELO DE ENSEÑANZA: Memorístico (MEM), para la explicación de contenidos más teóricos y enseñanza directa (EDIR), en las sesiones prácticas, ya que los alumnos realizarán las pruebas y ejercicios que dictemos.	
	FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS: Aprendizaje cooperativo, creando diferentes grupos de trabajo en ciertas sesiones, y aprendizaje basado en problemas, durante ciertas sesiones donde los alumnos tendrán que resolver ciertos problemas planteados sobre la condición física.	
	CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS: CMCT; Con el trabajo de resultados en las distintas pruebas y comparaciones en diferentes rangos. AA; La trabajaremos en todas las sesiones prácticamente, donde los alumnos aprenderán constantemente a mejorar su condición física. CSC; Fomentando un trabajo en parejas y por grupos y CL; Ya que la comunicación será la base de nuestras sesiones.	
	AGRUPAMIENTOS: Trabajo individual (TIND), trabajo en parejas (TPAR), pequeños grupos (PGRU).	
	ESPACIOS: Gimnasio, modificando espacios en función de las actividades.	
	RECURSOS: Cronómetro, libreta y bolígrafo, para apuntar los datos que se vayan obteniendo en diferentes pruebas.	

N.º 2	TÍTULO: CORRER NO ES DE COBARDES		
Curso: 4º ESO.	Periodo de implementación: de la semana nº 9 a la 14.	Nº de sesiones: 11.	Trimestre: 1º.
Descripción: ¿Qué se va a aprender? Los alumnos aprenderán a mejorar su condición física, descubrir diferentes pruebas de esta modalidad deportiva y desarrollar sesiones de iniciación a		Justificación: Se trabajarán numerosas pruebas de atletismo, partiendo de las habilidades que ya poseen y han mejora los alumnos en la unidad anterior, y	

<p>correr.</p> <p>¿Cómo se va a aprender?</p> <p>Se trabajará de una forma más individualizada, para que así, todos los alumnos hagan los ejercicios en función a su nivel de condición física. Siempre con el juego como telón de fondo, para que los alumnos disfruten con la realización</p> <p>¿Para qué?</p> <p>Para mejorar la condición física y consigo, la calidad de vida del alumnado.</p>	<p>por supuesto, adquiriendo nuevas.</p> <p>Se les hará ver cómo se puede mejorar el rendimiento mediante una serie de juegos, cuyo telón de fondo sea el trabajo de las capacidades físicas.</p> <p>Por otro lado, los alumnos adquirirán una serie de competencias, que les serán útiles para responsabilizarse del cuidado y mejora de su calidad de vida como futuros ciudadanos.</p>
---	---

FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR

CRITERIO/S DE EVALUACIÓN		COMPETENCIAS
<p>Código: SEF04C01</p>	<p>Descripción: Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física.</p>	<p>CMCT, AA, CSC, SIEE, CL.</p>
CONTENIDOS		ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES
<p>2, 3, 5, 9, 13.</p>		<p>17, 18, 19, 21, 22, 33.</p>

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	<p>MODELO DE ENSEÑANZA</p> <p>Deductivo (DEDU), ya que explicaremos ciertos conceptos de teoría para llevarlos posteriormente a la práctica, y enseñanza directa (EDIR), en los ejercicios de algunas pruebas de esta modalidad deportiva.</p>
	<p>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</p> <p>Aprendizaje cooperativo, en muchas sesiones prácticas se trabajará en grupos y aprendizaje basado en proyectos, ya que los alumnos trabajarán sobre un plan de iniciación a correr.</p>
	<p>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</p> <p>CMCT; trabajando con datos obtenidos en las pruebas y llevando control de tiempo en otras, AA; consiguiendo un aprendizaje continuo en las sesiones, CSC; Fomentando un trabajo en grupos y equipos, SIEE; Desarrollando un plan individual de correr, y CL; Ya que la comunicación será la base de nuestras sesiones.</p>
	<p>AGRUPAMIENTOS:</p> <p>Trabajo individual (TIND), pequeños grupos (PGRU).</p>
	<p>ESPACIOS:</p>

	Gimnasio, patio exterior y parques de la localidad.
	RECURSOS: Cronómetro, para ir controlando los diferentes tiempos de las actividades.

N.º 3	TÍTULO: ¿CONSEGUIRÁN SALIR?		
Curso: 4º ESO.	Periodo de implementación: de la semana nº 15 a la 16.	Nº de sesiones: 3.	Trimestre: 1º.
Descripción: ¿Qué se va a aprender? Los alumnos aprenderán a resolver situaciones bajo presión, utilizando todo lo aprendido durante el trimestre. ¿Cómo se va a aprender? Los alumnos deberán resolver un escape room durante dos clases, teniendo una interdisciplinariedad con otras materias. ¿Para qué? Para realizar una actividad motivadora y novedosa previa a las vacaciones de navidad.		Justificación: El alumno deberá resolver un problema en grupo, fomentando así una colaboración. Usando las tecnologías a modo de herramienta, para resolver un misterio que estará basado en contenidos de nuestra y otras materias. La práctica motriz será un apoyo dentro de estas sesiones.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
CRITERIO/S DE EVALUACIÓN			COMPETENCIAS
Código: SEF04C02	Descripción: Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.		CL, CMCT, CD, AA, CSC.
SEF04C04	Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.		
CONTENIDOS			ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES
SEF04C02: 2, 3, 5, 11.			2, 9, 10, 11, 40.

SEF04C04: 1.	
FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	MODELO DE ENSEÑANZA: Investigación grupal (IGRU); Los alumnos organizados en grupos, deberán colaborar para desarrollar una tarea de investigación
	FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS: Aprendizaje basado en problemas; los alumnos deberán resolver un misterio, guiados siempre que sea necesario por el profesorado y gamificación.
	CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS: CL, CMCT; Presentes en la interdisciplinariedad con otras materias para el desarrollo de la prueba, CD; Uso de las tecnologías para el desarrollo de la prueba, AA; Ya que los alumnos aprenderán a resolver numerosas situaciones, CSC; Ya que se trabajará en grupo, y CL; Ya que la comunicación será la base de nuestras sesiones.
	AGRUPAMIENTOS: Grupos fijos (GFIJ).
	ESPACIOS: Instituto completo.
	RECURSOS: Teléfono móvil, para poder canjear los QRS.

N.º 4	TÍTULO: EN EL AIRE.		
Curso: 4º ESO.	Periodo de implementación: de la semana nº 17 a la 22.	Nº de sesiones: 11.	Trimestre: 2º.
Descripción: ¿Qué se va a aprender? Los alumnos aprenderán los golpes básicos del voleibol. Del mismo modo, se focalizará la atención en las condiciones físicas necesarias para este deporte, así como las reglas básicas de un partido, para poder llevarlos a cabo en la clase. ¿Cómo se va a aprender? Los alumnos aprenderán desde un primer momento jugando en parejas y finalizando todas las clases con un partido. Así, se intentará motivar al alumnado para que mejore y progrese en la clase siguiente. ¿Para qué? Para mejorar la condición física del alumnado y que trabajen deportes cooperativo. Así, aprenden a trabajar en grupo, asumiendo los valores de		Justificación: El voleibol dará lugar a una gran diversidad de diferentes situaciones, y nuevos aprendizajes, los cuales, podrán ser utilizados en dichas situaciones. De este modo, adquirirán nuevas habilidades y actitudes para desarrollar en diferentes situaciones. Es decir, actitudes para desarrollar en función de la situación que se plantee. Los alumnos, con lo que ya saben y siendo conscientes de lo que pueden hacer, hallarán formas de tomar decisiones y ejecutarlas, ante los problemas motores planteados, respetando	

respeto al contrario y al árbitro.		siempre las normas y reglas establecidas.
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR		
CRITERIO/S DE EVALUACIÓN		COMPETENCIAS
Código: SEF04C01	Descripción: Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física.	AA, CSC, SIEE, CL.
SEF04C02	Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.	
CONTENIDOS		ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES
SEF04C01: 5, 8, 13. SEF04C02: 1, 2, 3, 4, 5.		1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 17, 18, 21, 22, 33.
FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	MODELO DE ENSEÑANZA: Deductivo (DEDU); El docente explicará las pautas básicas de los golpes, y posteriormente los alumnos pasan a la ejecución.	
	FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS: Aprendizaje cooperativo; Los alumnos trabajarán mayormente en parejas y por grupos, y Flipped Classroom; Utilizado para que los alumnos aprendan las reglas del deporte, se les proporcionará material, para que lo trabajen en casa, y no tener que dar contenido teórico sobre reglamento en clase.	
	CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS: AA; Los alumnos estarán en un aprendizaje constante, CSC; Trabajando en equipo, SIEE; Presente en la toma de decisiones que deberán tomar los alumnos durante la realización de partidos y CL; Ya que la comunicación será la base de nuestras sesiones.	
	AGRUPAMIENTOS: Trabajo por parejas (TPAR), equipos móviles o flexibles (EMOV).	

	ESPACIOS: Gimnasio, modificando el espacio en función de si se trabaja por parejas o por grupos.
	RECURSOS: Red de voleibol y uso de la aplicación móvil para plantear los minitorneos.

N.º 5		TÍTULO: DIOSES.	
Curso: 4º ESO.	Periodo de implementación: de la semana nº 23 a la 28.	Nº de sesiones: 12.	Trimestre: 2º.
Descripción: ¿Qué se va a aprender? Los alumnos aprenderán nociones básicas de balonmano. Del mismo modo, se focalizará la atención en las condiciones físicas necesarias para este deporte, así como las reglas básicas, necesarias para la ejecución de partidos en clase. ¿Cómo se va a aprender? Los alumnos aprenderán desde un primer momento jugando en parejas y finalizando todas las clases con un partido. Al principio, modificando espacio y número de jugadores, para así, ir ampliando estos aspectos conforme el alumnado vaya cogiendo confianza, técnica y condición física. De esta forma, intentaremos motivar al alumnado para que mejore y progrese en la clase siguiente. ¿Para qué? Para mejorar la condición física del alumnado y que trabajen deportes cooperativo. Así, aprenden a trabajar en grupo, asumiendo los valores de respeto al contrario y al árbitro.		Justificación: El balonmano dará lugar a una gran diversidad de diferentes situaciones, y nuevos aprendizajes, los cuales, podrán ser utilizados en dichas situaciones. De este modo, los alumnos adquirirán nuevas habilidades y actitudes, en función de las posiciones, para desarrollar en diferentes situaciones. Es decir, actitudes para desarrollar en función de la situación que se plantee. Los alumnos, con lo que ya saben y siendo conscientes de lo que pueden hacer, hallarán formas de tomar decisiones y ejecutarlas, ante los problemas motores planteados, respetando siempre las normas y reglas establecidas. Es decir, ajustar las soluciones a las diferentes situaciones.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
CRITERIO/S DE EVALUACIÓN			COMPETENCIAS
Código: SEF04C01	Descripción: Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física.		AA, CSC, SIEE, CL.
SEF04C02	Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los		

	estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.	
CONTENIDOS		ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES
SEF04C01: 5, 8, 13. SEF04C02: 1, 2, 3, 4, 5.		1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 17, 18, 21, 22, 33.
FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	MODELO DE ENSEÑANZA: Deductivo (DEDU); El docente explicará las pautas básicas de los pases, pasos y lanzamiento, para que, posteriormente los alumnos pasan a la ejecución.	
	FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS: Aprendizaje cooperativo; Los alumnos trabajarán mayormente en parejas y por grupos, y Flipped Classroom; Utilizado para que los alumnos aprendan las reglas del deporte, se les proporcionará material, para que lo trabajen en casa, y no tener que dar contenido teórico sobre reglamento en clase.	
	CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS: AA; Los alumnos estarán en un aprendizaje constante, CSC; Trabajando en equipo, SIEE; Presente en la toma de decisiones que deberán tomar los alumnos durante la realización de partidos y CL; Ya que la comunicación será la base de nuestras sesiones.	
	AGRUPAMIENTOS: Trabajo por parejas (TPAR), equipos móviles o flexibles (EMOV).	
	ESPACIOS: Gimnasio, modificando el espacio en función de si se trabaja por parejas o por grupos.	
	RECURSOS: Uso de porterías de balonmano, y de picas para porterías en ciertos momentos. Uso de aplicación móvil para la realización de torneos.	

N.º 6	TÍTULO: NOVEDADES.		
Curso: 4ºESO.	Periodo de implementación: de la semana nº 29 a la 29.	Nº de sesiones: 2.	Trimestre: 2º.
Descripción: ¿Qué se va a aprender? Los alumnos aprenderán una nueva modalidad deportiva: futvoley. Con		Justificación: Con esta unidad, se tratará bastante diversidad dentro del ámbito de las situaciones motrices. Del	

<p>ya nociones adquiridas de voleibol, y apasionados por el futbol, la gran mayoría, podrán fusionar dos deportes, donde la diversión será lo más fomentado.</p> <p>¿Cómo se va a aprender?</p> <p>Los alumnos aprenderán jugando partidos desde el primer momento, así, se dará lugar a dos clases donde la competición va a estar presente en su totalidad.</p> <p>¿Para qué?</p> <p>Para que los alumnos disfruten, conozcan y creen nuevas situaciones de aprendizajes motivantes y divertidas.</p>	<p>mismo modo, se conseguirá la adquisición de nuevos aprendizajes que les permitan mayor eficiencia en las mismas</p> <p>Finalmente, adquirirán una serie de habilidades, actitudes y sobre todo conocimientos, útiles para poder desarrollarse motrizmente en diferentes situaciones, es decir, para ser competentes en contextos diferentes.</p>	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR		
CRITERIO/S DE EVALUACIÓN		
<p>Código: SEF04C02</p>	<p>Descripción: Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.</p>	<p>AA, CSC, SIEE, CL.</p>
CONTENIDOS		ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES
<p>1, 2, 3, 4, 5.</p>		<p>1, 2, 3, 7, 10, 11, 12.</p>
FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	<p>MODELO DE ENSEÑANZA: Sinéctico (SINE); Ya que los alumnos deberán explorar numerosas posibilidades antes de tomar las decisiones antes las diferentes situaciones motrices.</p>	
	<p>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS: Aprendizaje cooperativo; Se trabajará por grupos, y Flipped Classroom; Los alumnos verán la explicación de la nueva modalidad deportiva, para en las dos sesiones aprovechar al máximo la práctica deportiva.</p>	
	<p>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS: AA; Los alumnos aprenderán una nueva modalidad deportiva, CSC; Trabajando en equipo, SIEE; Presente en la toma de decisiones que deberán tomar los alumnos durante la realización de las dos sesiones prácticas y CL; Ya que la comunicación será la base de nuestras sesiones.</p>	

	AGRUPAMIENTOS: Equipos móviles o flexibles (EMOV).
	ESPACIOS: Gimnasio.
	RECURSOS: Videos sobre la explicación de la modalidad deportiva.

N.º 7	TÍTULO: QUE EL RITMO NO PARE.		
Curso: 4º ESO.	Periodo de implementación: de la semana nº30 a la 38.	Nº de sesiones: 12.	Trimestre: 3º.
Descripción: ¿Qué se va a aprender? El alumno comenzará a familiarizarse con el concepto espacio-cuerpo. Del mismo modo, será capaz de, a través de un trabajo en grupo, presentar un montaje coreográfico final. De este modo, se trabajará el respeto a los demás, escuchar opiniones contrarias, y conjuntamente tomar una decisión y asumir su responsabilidad dentro del rol que se le haya otorgado. ¿Cómo se va a aprender? Se aprenderá a través de un mando directo las primeras sesiones, para que los alumnos tengan esa toma de contacto con el ritmo. Posteriormente, se dará rienda suelta a la imaginación individual y grupal, y los alumnos trabajarán en un proyecto con otros compañeros de clase. ¿Para qué? Para desarrollar la comunicación y expresiones del cuerpo.		Justificación: Esta situación de aprendizaje va destinada a que el alumno aprenda que, a través del conocimiento de su cuerpo, puede mejorar su salud y calidad de vida. Del mismo modo, experimentará y conocerá ciertas emociones nunca trabajadas. Por supuesto, los alumnos aprenderán que la expresión, es una forma útil de comunicación y de transmitir valores y sentimientos.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
CRITERIO/S DE EVALUACIÓN			COMPETENCIAS
Código: SEF04C02	Descripción: Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.		CD, AA, CSC, SIEE, CEC, CL.

SEF04C04	Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.	
CONTENIDOS		ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES
SEF04C02: 7, 9. SEF04C04: 1, 2.		1, 2, 3, 4, 5, 6, 39, 40.
FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	MODELO DE ENSEÑANZA: Enseñanza directa (EDIR); en las sesiones donde se enseñen pasos básicos de baile y los alumnos deban seguir al profesor, e investigación grupal (IGRU); Usada mientras los alumnos montan su montaje coreográfico.	
	FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS: Aprendizaje cooperativo; Los alumnos trabajan gran parte de las sesiones en grupos, y aprendizaje basado en proyectos; Ya que los alumnos deben trabajar en el montaje coreográfico final.	
	CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS: CD; Haciendo uso de nuevas tecnologías y programas informáticos, AA; Los alumnos aprenderán nuevas manifestaciones artísticas, CSC; Fomentando un trabajo en grupo, SIEE; Ya que los alumnos deben presentar un montaje artístico final, CEC; Trabajando durante las sesiones numerosas manifestaciones artísticas tanto Canarias como el resto de España y CL; Ya que la comunicación será la base de nuestras sesiones.	
	AGRUPAMIENTOS: Trabajo individual (TIND) y grupos fijos (GFIJ).	
	ESPACIOS: Gimnasio.	
	RECURSOS: Los programas informáticos: Mixmeister y Pitch, Para modificar canciones del montaje final.	

La situación de aprendizaje número 5, se encuentra desarrollada en el anexo III.

4. Metodología

4.1. Principios metodológicos

La intervención educativa, se puede entender como una interacción que se produce entre el docente y el alumno, y por otro lado entre los alumnos. En ella, se debería diferenciar lo que el alumno puede aprender por sí solo, y, por otro lado, cuando se precise de la ayuda docente. De este modo, el docente debería intervenir en aquellas actividades que el alumno no sea capaz de resolver o completar. Por otro lado, en la interacción con compañeros, se hablaría de un aprendizaje cooperativo, donde al confrontar diversas opiniones y puntos de vista, se produce un aprendizaje bastante significativo.

Según lo dispuesto en el Decreto 83/2016, de 4 de julio, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias, en el apartado de orientaciones metodológicas y estrategias didácticas cabe destacar lo siguiente: “En general, los procesos de enseñanza y aprendizaje han de seguir una metodología que permita integrar distintos modelos, métodos, estrategias y técnicas pedagógicas con las que plantear las tareas al alumnado”

Por lo que, nuestro enfoque metodológico se basa en los siguientes principios:

- Llevar el principio de inclusión en toda y cada una de nuestras actividades.
- Partir del nivel inicial que presenten nuestros alumnos, tanto a nivel de competencias, como físico y conocimientos.
- Asegurarse de que se produce un aprendizaje significativo. Lo conseguiremos con un contenido potencialmente significativo y, por otro lado, fomentando una actitud favorable por parte del alumnado a aprender, que esté motivado.
- Dar autonomía al alumnado.
- Modificar esquemas de conocimiento: Cambiar parte de esa estructura cognitiva ya hecha que tienen los alumnos, a través de nuevos contenidos, que les hagan reflexionar y crear nuevos esquemas cognitivos.
- Ofrecerles herramientas para que puedan reflexionar sobre el proceso de aprendizaje que se está llevando a cabo. Es decir, que vean que les va bien, y lo que no, mejorarlo.

- Establecer buenas relaciones entre lo que ya sabían y lo que están aprendiendo.

En general y como resumen se puede decir que se utilizarán las siguientes orientaciones metodológicas:

- Aprendizaje cooperativo.
- Aprendizaje basado en problemas.
- Flipped classroom.

Por otro lado, se incorporarán metodologías más innovadoras como son la taxonomía de Bloom y Merrill:

- Taxonomía de Bloom; será útil a la hora de descifrar el currículo y clasificar los objetivos para una mayor comprensión de este y llevar a cabo una práctica educativa acorde con el concepto de educación 3.0. Es decir, siguiendo los siguientes pasos según la revisión de 2001: recordar, comprender, aplicar, analizar, evaluar y crear con nuestras situaciones de aprendizaje.
- Principios de Merrill: ayudará a que el aprendizaje sea eficaz, siguiendo los siguientes pasos: centralidad de la tarea, activación, demostración, aplicación e integración. De esta forma, al alumno será el protagonista en las situaciones de aprendizajes, el contexto será desarrollado de forma muy dinámica y flexible, se dejará a un lado los conocimientos mera mente teóricos, haciendo clases de estos de forma divertida y motivante para el alumnado, y buscando que estos, tengan un pensamiento crítico y cooperen.

4.2. Estrategias

Las estrategias, serán bastante útiles para que el alumnado afiance los contenidos expuesto en clase. De este modo, se llevarán a cabo numerosas estrategias:

- Las sesiones prácticas se reforzarán dando un feedback tanto al comienzo de la clases con los contenidos teóricos tratados, así como al final de la clase haciendo un resumen de lo trabajado y aprendido.
- Uso de ilustraciones en las clases teóricas: dimensiones del terreno, pasos básicos de baile, pistas del escape room, etc.

- Que cada alumno, sobre todo en el primer trimestre, se marque unos objetivos que tenga que cumplir.
- Que los alumnos aprendan a trabajar en grupo, escuchar propuestas y pensamientos distintos a los suyos y se empapen de nuevas ideas y diferentes personalidades.

4.3. Tipos de actividades

Se trabajarán todo tipo de actividades. Es verdad, que el primer trimestre comenzará con dos unidades didácticas donde las primeras sesiones de ambas se trabajarán un poco más de manera individual las cuales van destinadas a la mejora de la condición física. Los alumnos las trabajaran, de una forma mucho más innovadora y divertida, donde el juego será el mayor protagonista.

Por otro lado, pasando a las demás sesiones, durante todo el curso se trabajará siempre por parejas o en pequeños grupos. La finalidad es que todos jueguen con todos, es decir, que, en cada clase, haya agrupamientos o parejas distintas o que incluso en una misma clase, se cambie varias veces de agrupamientos. Así, el alumnado entablará mayores relaciones sociales y se darán ciertos vínculos en algunos alumnos, que trabajando siempre con el mismo compañero no se darían. En el segundo trimestre, al trabajar deportes de equipo, se invertirán algunas sesiones en el aprendizaje de los golpes y pases básicos, así como un poco de reglamento general, para poder posteriormente la mayor parte del tiempo jugar partidos, siempre modificando espacio, tiempo, etc., que son las actividades que verdaderamente motivan al alumnado.

Finalmente, cabe destacar, que, durante las sesiones de baile, se trabajarán diferentes modalidades, pero siempre teniendo como telón de fondo la música canaria. De esta forma, aprenderán a sentir el ritmo, así como la práctica de pasos de bailes básicos para que puedan utilizarlos en su posterior montaje coreográfico.

4.4. Agrupamientos

Serán utilizados diferentes tipos de agrupamientos: trabajo individual (TIND), trabajo en parejas (TPAR), pequeños grupos (PGRU), grupos fijos (GFIJ) y equipos móviles o flexibles (EMOV). A continuación, se detalla el uso de los diferentes agrupamientos en función de las actividades.

Trabajo individual: será utilizado, por un lado, en las unidades didácticas números 1 y 2, donde estará presente en aquellas actividades que se trabaje la mejora de las capacidades físicas del alumnado, así como la técnica individual en atletismo. Por otro lado, vuelve a aparecer en la última unidad didáctica, solamente en las primeras sesiones donde se darán unas nociones básicas de bailes, necesarias para un montaje coreográfico final.

Trabajo en parejas: este tipo de agrupamiento será uno de los más utilizados, en las unidades didácticas 1, 4 y 5. Por un lado, en la primera será utilizado para ayudas o cronometraje de otro compañero. Por otro lado, en las unidades 4 y 5 tendrá el mismo funcionamiento; el trabajo de la técnica individual. En las primeras sesiones de voleibol, así como en las de balonmano, se trabajarán los principales golpes y saques de estos deportes, por lo que será más útil y divertido trabajarlos en parejas que contra la pared.

Pequeños grupos: presentes solo en el primer trimestre. Por un lado, en la unidad didáctica de condición física, se utilizarán para que los alumnos expongan un ejercicio de mejora de la condición física. Por otro lado, en atletismo, será útil para las sesiones prácticas de relevos.

Grupos fijos: aparecerá solamente en dos escasas ocasiones. Por un lado, en las sesiones de escape room, se trabajarán siempre los mismos alumnos juntos, para en una primera sesión y recopilando información y posteriormente en una segunda sesión poder resolver el misterio. Por otro lado, los grupos fijos trabajarán en la unidad didáctica a moverse, ya que tendrán que escenografiar un montaje coreográfico, por lo que estarán trabajando durante cuatro sesiones en él.

Equipos móviles o flexibles: este agrupamiento será muy utilizado en el segundo trimestre, en las tres unidades didácticas, ya que se verán tres tipos de deportes colectivos, por lo que en aquellas sesiones donde se trabaje actividades como el rey de pista, o bien mini partidos (con campo y tiempo modificado), los alumnos irán rotando en diferentes equipos incluso dentro de una misma sesión.

4.5. Actividades complementarias

Siguiendo la Orden de 15 de enero de 2001, por la que se regulan las actividades extraescolares y complementarias en los centros públicos no universitarios de la Comunidad Autónoma de Canarias. *Boletín Oficial de Canarias*, 11, de 24 de enero de 2001, 810- 814, desde el área de educación física se propondrán las siguientes actividades:

Actividades complementarias:

- Dos excursiones a parajes naturales para la práctica de senderismo, incluidas en la unidad didáctica 2.
- Charla de una deportista semiprofesional, para que los alumnos puedan ver el sacrificio, así como, los hábitos de salud y la gran cantidad de entrenamientos que hacen falta para estar en la élite.
- Un taller de autoestima, el cual estará impartido por psicólogas, donde se tratarán temas fundamentales con el alumnado sobre la mejora del autoestima, así como los trastornos alimenticios.

Por otro lado, se presentan las siguientes actividades extraescolares:

- Taller de igualdad: impartido por el departamento de educación física durante tres días, al cual pueden asistir tanto alumnado como progenitores.
- Taller de salud: dirigido a los padres, donde en dos sesiones, se tratarán de dar pautas básicas sobre cómo mejorar la salud de los alumnos.
- Función de fin de curso: donde los alumnos de 4º eso, podrán exhibir sus montajes coreográficos trabajados durante todo el trimestre y así recaudar dinero para el viaje de fin de curso.
- Viaje de fin de curso.

4.6. Criterios organizativos: espacios y temporalización de las unidades didácticas

Comenzando por los espacios, se hará uso tanto de la clase, como del gimnasio, aunque cabe destacar que la mayor parte de las sesiones se desarrollarán en este último. La clase se usará únicamente para una o dos sesiones donde se imparte la teoría correspondiente en el calendario. Así, se comenzarán todas las sesiones de una nueva unidad didáctica, presentándoles a los alumnos el tema que se va a tratar, ciertos aspectos básicos de teoría útiles para la parte práctica y para el examen teórico de contenidos. Por otro lado, en el pabellón cubierto se desarrollarán todas las sesiones y exámenes prácticos.

Pasando a los espacios virtuales, se hará uso de ellos sobre todo en el tercer trimestre, ya que los alumnos deberán utilizar las tic para el examen teórico de la asignatura, en el cual deberán de entregar en formato vídeo una progresión de su montaje escénico final.

Con respecto a la temporalización, las unidades didácticas se han organizado de la siguiente forma: de más trabajo físico a menos, y de más individualización a mayor compañerismo. Se comienza con los bloques de condición física y atletismo, donde se trabaja fundamentalmente la mejora de la condición física del alumnado y que se vayan tratando relaciones personales, para en un posterior segundo trimestre, poder llegar a realizar partidos y torneos de los deportes correspondientes, y que los alumnos pueden jugarlos sin problemas físicos. Por otro lado, la unidad didáctica de baile se impartirá en el tercer trimestre debido a que apenas tiene contenidos teóricos, y las prácticas son más amenas y divertidas, perfecto para un tercer trimestre donde los alumnos ya suelen estar cansados. Finalmente, cabe destacar que las dos/ tres últimas sesiones de cada trimestre, se intentará trabajar actividades diferentes y motivantes como el escape room o el futvoley, para animar a los alumnos a venir a clases esos días, así para que se vayan a las vacaciones con buenas sensaciones de la asignatura.

Por todo lo comentado anteriormente, la temporalización de las unidades didácticas sería la siguiente:

Septiembre

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Octubre

L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Noviembre

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Diciembre

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Enero

L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Febrero

L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

Marzo

L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Abril

L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Mayo

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Junio

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Leyenda

	Festivo/Vacaciones		Escape room
	Fin de semana		Voleibol
	Presentación		Balonmano
	Condición física		Deportes alternativos
	Atletismo		Baile

4.7. Materiales y recursos didácticos

Por un lado, para las clases teóricas, los alumnos dispondrán de un cuadernos para la realización de esquemas. El profesor hará uso del ordenador y proyector como medio para el desarrollo de las sesiones teóricas en el aula.

Por otro lado, durante las clases prácticas, se hará uso de gran parte del material dispuesto en el pabellón. Del mismo modo, habrá sesiones donde los alumnos utilizarán sus propios

teléfonos móviles para la búsqueda de soluciones, escanear QR o bien grabación y montaje coreográfico. También, cabe destacar el uso de las aplicaciones: “copa fácil: creador de torneos”, la cual los alumnos la usarán para realizar minitorneos dentro de las sesiones prácticas, mixmeister: para mezclar canciones y pitch: para modificar la velocidad de la música.

5. Atención a la diversidad

5.1. Aspectos generales y normativa

La diversidad es una característica que ha estado presente en el ser humano durante todas las generaciones. De hecho, se puede mostrar de diferentes formas, y es lo que realmente da esa riqueza y pluralidad de personas al mundo. Es verdad, que lleva consigo la necesidad de individualización del alumnado durante el proceso de aprendizaje, debiendo el docente facilitar una ayuda pedagógica necesaria, pero nunca puede suponer una discriminación hacia el alumnado que la necesite.

Como bien dice en el preámbulo del Decreto 25/2018, de 26 de febrero, por el que se regula la atención a la diversidad en el ámbito de las enseñanzas no universitarias de la Comunidad Autónoma de Canarias. *Boletín Oficial de Canarias*, 46, de 6 de marzo de 2018, 7805-7820: “La calidad de la educación para todo el alumnado, independientemente de sus condiciones y circunstancias; así como la equidad, que garantice la igualdad de oportunidades, la inclusión educativa, la igualdad de derechos y oportunidades que ayuden a superar cualquier discriminación, la accesibilidad universal a la educación y la flexibilidad para adecuar la intervención educativa a la diversidad de aptitudes, intereses, expectativas y necesidades del alumnado”.

Por tanto, las medidas de atención a la diversidad deben atender al principio de inclusión educativa, asumiendo las diferencias de todas las personas como una forma de enriquecimiento del contexto educativo.

Por otro lado, para programar esas medidas de adaptación del currículum del alumnado cuando haya sido necesario, ha servido de ayuda la Orden de 13 de diciembre de 2010, por la que se regula la atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo en la Comunidad Autónoma de Canarias. *Boletín Oficial de Canarias*, 250, de 22 de diciembre de 2010, 32374-32398.

Para buscar esas ayudas y adaptaciones al alumno con hipoacusia, se ha tenido que revisar la Resolución de 9 de febrero de 2011, por la que se dictan instrucciones sobre los procedimientos y los plazos para la atención educativa del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo en los centros escolares de la Comunidad Autónoma de Canarias. *Boletín Oficial de Canarias*, 40, de 24 de febrero de 2011, 3901-3925.

Por otro lado, para abordar el tema de la alumna con problemas psíquicos, se ha revisado la Resolución de 22 de mayo de 2018, por la que se dictan instrucciones para la organización de la respuesta educativa al alumnado de la Educación Infantil, la Enseñanza Básica y el Bachillerato, que no puede asistir a los centros educativos de forma regular, así como para el funcionamiento de las aulas hospitalarias, de la Atención Educativa Domiciliaria y de los centros terapéuticos sostenidos con fondos públicos, en la Comunidad Autónoma de Canarias. *Boletín Oficial de Canarias*, 108, de 6 de junio de 2018, 18945-18973, debido a que esta alumna presentará numerosos ingresos hospitalarios durante el curso.

5.2. Medidas ordinarias

Según lo dispuesto anteriormente, se atenderá a la diversidad de manera general de la siguiente forma:

- Actividades y tareas en las que el alumnado ponga en práctica un amplio repertorio de procesos cognitivos, tales como: identificar, analizar, reconocer, asociar, reflexionar, razonar, deducir, inducir, decidir, explicar, crear, etc.
- La cooperación y el trabajo en equipo serán fundamentales para la inclusión de los alumnos NEAE. Del mismo modo, esta cooperación ayudará a que los alumnos aprendan entre ellos destrezas y estrategias, que contribuirán al desarrollo de nuevas capacidades.
- Se presentará bastante flexibilidad a la hora de la organización y programación de las actividades, con el objetivo de que los alumnos puedan adquirir las competencias claves de la etapa.
- En la organización de espacios y tiempos se tendrán en cuenta las posibilidades y necesidades educativas del alumnado.

- Sugerencias metodológicas recogidas en la programación didáctica que facilitan tanto el refuerzo como la ampliación para alumnado con diferentes ritmos y estilos de aprendizaje.
- Se partirá de una evaluación inicial, la cual será el punto de referencia, a la hora de desarrollar el currículo y la individualización de las actividades necesarias.

Se llevarán a cabo ciertas medidas con estos tres alumnos:

Alumna 1: Fobia a estar sola.

Alumna 2: Problemas psíquicos.

Alumno 3: Hipoacusia.

Con respecto a la alumna 1, no se tendrán que realizar muchas medidas ordinarias, ya que la gran parte de las actividades están destinadas a trabajar en grupo o parejas. Es verdad, que aquellas actividades que sean más de carácter individual, se intentará que la alumna se sienta integrada y cómoda en la clase.

Por otro lado, con la alumna 2, a la hora de las clases de educación física no presenta problema ninguno en sus desarrollo motor. También, está bastante integrada en la clase, y realiza la practica física con total normalidad. Solo y exclusivamente, cuando provenga de una hospitalización, se ajustará el nivel de actividad física en recomendación de su médico.

Finalmente, con el alumno 3 es con el que se tomarán mayores medidas ordinarias: Todas las clases están llenas de pictogramas, dibujos y esquemas para una mayor comprensión de la actividad por su parte. Del mismo modo, las sesiones o ejercicios que se prevean más difíciles, se le entregará una hoja por escrito. Cabe destacar, que, para llamar la atención del profesor, en vez de pitar con el silbato, el profesor levantará la mano, y así irán haciendo los alumnos conforme vean que la profesora la levanta. De este modo, es una señal visual para que nuestro alumno vea que tiene que atender a la explicación.

Puede darse que, a mitad de curso, se incorpore un nuevo alumno. Para poder trabajar con él, se tendrá como hilo conductor el informe de competencias lingüísticas que elabora el profesor correspondiente.

5.3. Medidas extraordinarias

Con la alumna 2, habrá momentos en los que se deberá tener ciertas medidas extraordinarias, ya que suele tener dos o tres ingresos durante el curso escolar en un hospital psiquiátrico.

La finalidad a la hora de adaptar el currículo a esta compañera será proporcionar una atención más individualizada, y facilitar nuestra disposición a los padres para hablar con los servicios sanitarios a la hora de la reincorporación a la clase, para ver el nivel de actividad física que puede realizar y ayudarla a mejorar su calidad de vida.

Durante la hospitalización, la alumna apenas podrá trabajar ya que sigue un tratamiento bastante duro. Por lo cual, la materia que estemos impartiendo en clase, la alumna hará siempre un proyecto. Este proyecto, deberá albergar un marco teórico sobre lo expuesto y un posterior investigación sobre datos curiosos y personajes importantes. De esta forma, se utiliza una situación de aprendizaje basada en proyectos, y la actividad tienen un carácter más lúdico recreativo. Por otro lado, se fomenta esa capacidad de aprender a aprender y hacemos uso de las tecnologías de la información y la comunicación. También, se le recomendarán varios documentales sobre deportistas, de los cuales la alumna puede visualizar durante su estancia y posteriormente, trabajar sobre él.

6. Educación en valores, planes y programas

6.1. Educación en valores desde la asignatura

Como bien se presenta la definición de valores en la web del gobierno de canarias: “Son los principios que sirven para guiar las conductas de las personas, por los que hacemos o dejamos de hacer algo en un momento dado. Son cualidades que nos sugieren que una conducta es social o personalmente mejor que otras que consideramos opuestas. También influyen en el modo en que nos trazamos los objetivos en la vida”

Así, la educación e introducción de ciertos valores debe hacerse de forma intencionada dentro de las situaciones de aprendizaje. De ahí la importancia de plasmarlos en las unidades didácticas para poder planificarlos e implantarlos de forma efectiva. Por un lado, se impartirán ciertos valores que tengan transferencia en la vida diaria, que les ayude a los alumnos a formarse como personas y seres cívicos. Se trata de ser un proceso activo e

intencionado, donde los alumnos sean conscientes de lo que se está tratando, y sean seres críticos para incluir esos valores a su día a día.

Por otro lado, se tratará de enseñar a los alumnos un compromiso con la sociedad, educarlos en civismo, y llevar por bandera el respeto, la empatía e igualdad. Valores muy necesarios en las sociedades de hoy en día. Se les hará ver que todos somos iguales, que cualquier persona puede desempeñar un empleo, y que la igualdad es fundamental para vivir en paz. Por supuesto, acorde con la democracia española, les haremos entender que significa eso y la libertad de expresión. Que sean personas libres para poder expresar sus sentimientos y pensamientos. El no miedo a que pensarán de mí. Hacerles ver que en la pluralidad de pensamientos esta la riqueza. Sin olvidar, la solidaridad e inclusión. El principio de ayudar a todo y cada uno de los compañeros será el pilar más fundamental de la clase. Uno solo no avanza, juntos avanzamos mucho y es más divertido.

Con respecto a la materia de educación física, se les enseñará: hábitos de higiene, alimentación y consumo responsable, valorar la cultura, respeto en eventos deportivos y uso del juego de forma lúdica fuera del centro.

Por tanto, y todo lo expuesto, de manera resumida, las clases estarán empapadas de respeto hacia los demás, igualdad social y de sexos, solidaridad, empatía e inclusión.

Serán utilizados bastante en las clases el trabajo por grupos y cooperativos. Es decir, agrupamientos donde todos y cada uno de los componentes tengan que aportar ideas para superar los retos propuestos. Se modificarán las reglas y espacios de juegos, para hacer más efectiva la cooperación y que cada componente del grupo deba tener un mínimo de responsabilidad. Por supuesto, agrupamientos alternos en todas las clases para que todos los alumnos trabajen entre ellos, se conozcan, respeten y entablen buenas relaciones.

6.2. Desarrollo de la comunicación lingüística

Se trabajará la competencia en comunicación lingüística a través de la amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad físico- deportiva.

El lenguaje verbal tiene gran influencia en la regulación de la motricidad en las primeras fases, por eso, se trabajarán actividades donde un compañero de instrucciones verbales y otro deba de ejecutar los movimientos.

También, está presente en las numerosas actividades colectivas, ya que se necesita escuchar, constatar información y tomar una decisión entre todos los compañeros.

Por supuesto, al ser una asignatura más “libre”, está más visto una exteriorización de emociones tanto verbales como a través del cuerpo.

Por otro lado, se tratará de fomentar la lectura para poder mejorar la capacidad de expresarse, a través de actividades como lectura de noticias facilitados por el profesor o por iniciativa del propio alumnado, llevando a cabo una reflexión grupal posterior, búsqueda de información en diversas plataformas para trabajos o tareas a realizar y se propondrán tres libros voluntarios, los cuales se encuentran en la biblioteca del centro.

También, cabe destacar que los medios de comunicación hay que entenderlos como instrumentos o formas por la cual se realiza el proceso de comunicación y van a fomentar esa mejora de la comunicación lingüística. Por tanto, se les pedirá a los alumnos que, si ven una noticia que les impacte o sorprenda, las compartan con sus compañeros.

Con todo esto, intentaremos que el alumnado haga intervenciones lógicas, bien estructuradas, con un léxico característico de la materia a tratar y logrando captar la atención de la audiencia a la que se dirija.

6.3. Integración de las TIC

Las TIC están muy presentes en la vida de los alumnos. Estos, hacen un uso de la tecnología a diario, sobre todo de las redes sociales, presentándose ya algunos casos de alumnos adictos a las nuevas tecnologías. Por ese motivo, desde los centros educativos se debe promover un uso adecuado de las tecnologías, así como advertir de los peligros de estas.

Desde el área de educación física, se incorporarán de la siguiente manera: búsqueda de información en internet para enriquecer el aprendizaje, uso de programas informáticos para la elaboración del escape room como pueden ser canvas, power point o prezis, en las sesiones de danza para que puedan grabar el proceso de realización necesario para un posterior montaje, aplicaciones como kahoot para el repaso teórico de la asignatura, uso de aplicaciones móviles como cronómetro en las sesiones de condición física y atletismo, y voleibol y balonmano para la realización de minitorneos y comunicaciones a través de correo electrónico o plataforma classroom.

6.4. Planes y programas del centro

Por un lado, el centro está adherido a un proyecto de la red canaria innovas, dentro de su eje igualdad y educación afectivo sexual y de género. Encontramos programas de educar para la igualdad, concretamente el proyecto: educar en la igualdad para la diversidad: pluraleando. Un proyecto basado en incorporar la perspectiva LGTBI en las aulas, así como el respeto entre iguales y la igualdad de sexos

Por otro lado, se presenta un programa interno del centro llamado apadrinamiento. Este, consiste en que todos los años, el alumnado de 4ºESO, apadrina a un alumno de 1ºESO, con la finalidad de, durante el curso escolar, ayudarlos a adaptarse a la nueva etapa educativa. Proporcionándoles consejos, ayuda en las materias que sea necesaria y un acompañamiento durante este cambio de etapa de primaria a la eso.

6.5. Concreción en la programación de los planes institucionales del centro

Pluraleando, se irá implantando en el aula sesión tras sesión, promoviendo un respeto hacia los compañeros, y la distribución tanto por parejas como por grupos bastantes diversos, para que los alumnos puedan entender y comprender que todos somos iguales. Por otro lado, se dará bastante énfasis en la libertad de expresión, y toda idea, pensamiento o razonamiento será bienvenido en las clases. Finalmente, se destinarán algunas horas de ciertos trimestres a tratar el tema LGTBI desde una perspectiva distinta a la común. Es decir, poniéndose el alumnado en el lugar del contrario, tomando ejemplos reales y que vean que la diversidad es una de las maravillas del mundo.

Apadrinamiento, será un programa en el que todas las materias se van a implicar. Desde el área de educación física, se realizará un torneo al trimestre de distintas modalidades deportivas, donde participarán las parejas apadrinadas, con la finalidad de que cojan confianza entre ellos y se mejoren las relaciones interpersonales.

7. Evaluación del aprendizaje del alumnado

7.1. Procedimientos e instrumentos de evaluación

No se debe entender la evaluación como una nota numérica o como lo que sabe el alumnado. Se debe de entender como un mero trámite dentro del proceso de enseñanza, el

cual informa de la situación y conocimientos. Para así, poder mejorar tanto académica como personalmente.

Por tanto, la evaluación que se va a llevar a cabo será inicial, continua y final. Inicial porque se tendrá en cuenta el nivel de partida del alumnado. Por otro lado, continua: se verá la evolución a lo largo de las unidades, debido a que la evaluación va de la mano con el propio proceso de aprendizaje y enseñanza. También, se tiene en cuenta el progreso del alumnado durante el proceso educativo, detectando dificultades y proponiendo medidas para resolverlas cuando sea necesario. Por supuesto, final: se tendrá en cuenta cuánto ha mejorado el alumno, es decir, cual es la posición final respecto a la inicial, respecto a los conocimientos.

Por otro lado, la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado tendrá un carácter formativo. Del mismo modo, será criterial, integradora, y por supuesto, diferenciada en función de las materias del currículo. A continuación, se detalla lo expuesto:

- **Formativo:** este carácter, propiciará una mejora constante del proceso enseñanza-aprendizaje. La evaluación aportará la información útil y necesaria, tanto al principio como durante su desarrollo, para así, adoptar las decisiones que favorezcan la consecución de los objetivos y la adquisición de las competencias claves. Todo ello, dentro del contexto del centro y características del alumnado.
- **Criterial:** toma como referencia los criterios de evaluación de las materias curriculares.
- **Integradora:** tiene en consideración los elementos del currículo, la aportación de las materias a la consecución de los objetivos de etapa y el desarrollo de las competencias claves. Por supuesto, este carácter no impide que el profesor realice la evaluación de cada materia de forma diferente.

Por todo eso, la evaluación debe ser lo más completa posible, valorándose:

- **Conceptos;** el rendimiento en el ámbito cognitivo.
- **Procedimientos;** las capacidades físicas, habilidades motoras básicas y específicas. Así como, el grado de aplicación a situaciones reales de habilidades ya adquiridas y las diversas tareas que se realicen durante las clases.

- Actitudinales: se evaluará la motivación y disposición del alumnado para el trabajo en las sesiones de educación física y el aprendizaje en general, así como el esfuerzo y la perseverancia en las tareas. También, la toma de decisiones, el respeto hacia los demás y el buen uso del material. Sin olvidar, la creatividad, aportaciones, participación, cooperación y capacidad de trabajo en grupo.

De esta forma, la evaluación más utilizada en clase será la coevaluación. Se entiende esta como una forma de fomentar las relaciones sociales, el respeto a los demás y un modo de valorar el esfuerzo y trabajo del contrario. Es una forma de evaluación que nos permite un trabajo constante del alumnado y el fomento de numerosos valores. Cabe destacar, que habrá ciertos momentos que se use heteroevaluación, pero será en mínimas actividades.

Por otro lado, se entiende instrumentos de evaluación como aquellas técnicas que nos sirven para evaluar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por supuesto, permiten identificar los aspectos que necesitan mejorar los alumnos y, del mismo modo, analizar las causas por las cuales no se consiguen llegar a ese aprendizaje. También, cabe destacar que una evaluación no depende solo de un único instrumento o técnica, ya que, de esta forma, solo se evaluaría un tipo de conocimiento o habilidad. Por eso, para que una evaluación sea adecuada, deben completarse y combinarse diferentes tipos de instrumentos. En este caso, los instrumentos más utilizados son: participación del alumnado en clase, el alumnado realiza lo expuesto, test motores y pruebas funcionales, trabajos documentales y creativos y conductas positivas y negativas de los alumnos durante el desarrollo de las sesiones.

Para poder entender los instrumentos dentro del proceso de evaluación, se debe hacer de la mano de las herramientas y técnicas. Las herramientas más usadas en esta programación son la rúbrica y registro anecdótico.

Por otro lado, la técnica que más se ha empleado es la observación sistemática.

Finalmente, se aporta un ejemplo de cómo hemos relacionado método de evaluación, instrumento y herramienta dentro de la situación de aprendizaje.

Tabla 4. Relación entre técnica, herramienta e instrumento.

Técnica	Herramienta	Instrumento
Observación sistemática	Registro anecdótico	Conducta positiva dentro de las actividades propuestas
Observación sistemática	Rúbrica	Participación del alumnado en los partidos.

7.2. Criterios de calificación

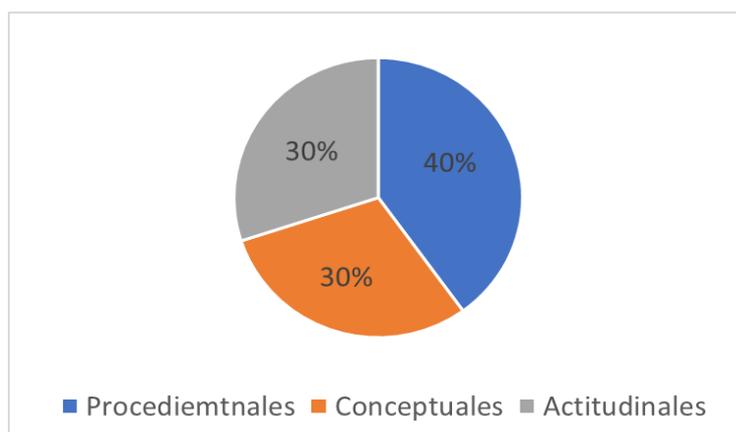
Con respecto a los criterios de evaluación, se parte considerando la educación física como una asignatura donde predomina la práctica, por lo que debe calificarse al alumno en consecuencia. Sin embargo, no se debe de olvidar los objetivos conceptuales ni la actitud del alumno durante la práctica motriz. Por eso, la composición y aplicación de estos criterios de calificación, tendrá como objetivo la concreción de los criterios de evaluación especificados en las unidades de programación.

De este modo, se calificarán los objetivos de las siguientes formas:

- Conceptuales: examen, tareas en classroom y trabajos escritos. 30%
- Procedimentales: pruebas de condición física, pruebas sobre el dominio de habilidades y ejecución técnica. 40%
- Actitudinales: observación del alumnado, autoevaluación, asistencia, grado de interés e higiene. 30%

Para poder aplicar estos porcentajes, hace falta un mínimo de un 4 en el examen escrito. Si en una prueba el alumno/a copia, el profesor retirará el examen y se calificará con un 0.

Figura 1. Porcentaje de los distintos tipos de contenidos.



Así, se obtendrán las notas de los tres trimestres. Si hay algún trimestre suspenso, tendrá que ser recuperado en junio, para así, poder obtener la nota final de la asignatura. Esta, será la media de los tres trimestres, teniendo que ser superior a 5 para poder aprobar la asignatura.

7.3. Planes de refuerzo y evaluación

El alumno/a que haya suspendido uno de los trimestres, se examinará en junio de la parte de la materia no superada en la evaluación final. Se facilitará previamente al alumno/a un informe personalizado con los objetivos y contenidos no alcanzados por el mismo y una propuesta de actividades de refuerzo que son obligatorias a entregar cumplimentadas el día designado para la prueba extraordinaria. Para la recuperación, el alumno realizará una prueba escrita que supondrá el 30% de la nota, un examen práctico que supondrá el otro 40% y el último 30% corresponderá a las actividades entregadas.

Por otro lado, si la alumna 2 (problemas psíquicos), se encuentra en un ingreso hospitalario, se presentan dos situaciones: la primera que haya realizado parte del trabajo evaluativo, pero no completo, por lo que su evaluación corresponderá a las tareas entregadas y la segunda, que no haya realizado nada del trabajo evaluativo, por lo que se le proporcionará una serie de actividades para que las realice y puedan ser evaluadas.

8. Conclusión

A modo de conclusión de este TFM, quiero destacar:

- Por un lado, al docente, al que enseña, el cual tiene que estar en constante aprendizaje para poder motivar y hacer llegar a los alumnos los contenidos de obligado cumplimiento.
- Por otro lado, como acabo de mencionar, al alumnado, al que le toca aprender, pero que estará condicionado por su motivación hacia la asignatura y hacia el propio docente.

Por ello, se trata de incorporar, como en este TFM, ciertas pinceladas de metodologías innovadoras para que el alumnado se vaya acostumbrando a las nuevas corrientes de enseñanza y encuentre la asignatura y el proceso de enseñanza aprendizaje más motivador y

divertido. De esta forma, aprenderá ciertos contenidos que tendrán una gran transferencia a su vida diaria.

Eso, ha sido y será siempre mi objetivo en todas las programaciones didácticas; desarrollar actividades que los alumnos puedan transferir a su vida diaria. Intentar que no entiendan la educación física como una asignatura más, si no que puedan crear un modo de vida. Llevándose consigo, los valores intrínsecos que conlleva la práctica deportiva. Que puedan llegar a ser ciudadanos competentes y críticos, intentando de este modo una mejora de la sociedad en la que vivimos.

Finalmente, gracias a este TFM y al máster en formación del profesorado, he podido darme cuenta de que estoy en el lugar correcto y en la profesión adecuada.

9. Referencias

1. Fernández, M. L. A. (2010). Importancia y elementos de la programación didáctica. *Hekademos: revista educativa digital*, (7), 5-22.
2. Fernández-Río, J., CALDERÓN, A., Alcalá, D. H., Pérez Pueyo, Á., & Cebamanos, M. A. (2016). Modelos pedagógicos en educación física: consideraciones teórico-prácticas para docentes. *Revista española de educación física y deportes*, (413), ág-55.
3. Fernández-Río, J., & Méndez-Giménez, A. (2016). El aprendizaje cooperativo: Modelo pedagógico para Educación Física. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (29), 201-206.
4. Rivas Martínez, E., & Terroba Valdemoros, J. (2010). Desarrollo de la competencia básica comunicación lingüística a través del cuento motor y el cuaderno del alumno en la asignatura de Educación Física. *Contextos educativos: Revista de educación*.
5. LLeixà, T. (2007). Educación física y competencias básicas. *Contribución del área a la adquisición*.
6. Pastor, V. M. L., Brunicardi, D. P., Arribas, J. C. M., & Aguado, R. M. (2016). Los retos de la Educación Física en el Siglo XXI. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, deporte y recreación*, (29), 182-187.
7. Sánchez, D. B. (2006). *Evaluar en educación física*. Inde.
8. Sánchez, I. G., Ordás, R. P., & Lluch, Á. C. (2011). Iniciación a la danza como agente educativo de la expresión corporal en la educación física actual: aspectos metodológicos. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (20), 33-36.
9. Conesa-Ros, E., & Angosto, S. (2017). La expresión corporal y danza en la educación física de secundaria y bachillerato. *Cuadernos de psicología del deporte*, 17(2), 111-120.
10. Montañez, Y. T., & Moreno, M. J. C. (2013). Formación docente y tratamiento de la danza en Canarias: evaluación desde la Educación Física. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (24), 165-170.

11. Castro, J. P., & Otegui, A. U. (2012). Expresión Corporal y danza dentro de la Educación Física en las escuelas: propuesta de una unidad didáctica. *Lecturas: Educación física y deportes*, (167), 4-13.
12. Constitución Española. *Boletín Oficial del Estado*, 311, de 29 de diciembre de 1978, 29313-29424.
13. Decreto 81/2010, de 8 Julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Centros docentes públicos no universitarios de la Comunidad Autónoma de Canarias. *Boletín Oficial de Canarias*, 143, de 22 de julio de 2010, 19517-19541.
14. Decreto 315/2015, de 28 de agosto, por el que se establece la ordenación de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, mediante el que se implantan las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria. *Boletín Oficial de Canarias*, 169, de 31 de agosto de 2015, 25289-25335.
15. Decreto 83/2016, de 4 de julio, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias. *Boletín Oficial de Canarias*, 136, de 15 de julio de 2016, 17046-9333.
16. Ley 6/2014, de 25 de julio, Canaria de Educación no Universitaria. *Boletín Oficial del Estado*, 238, de 1 de octubre de 2014, 77321-77371.
17. Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de mayo. *Boletín Oficial del Estado*, 106, de 4 de mayo de 2006.
18. Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad de la Educación 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 295, de 10 de diciembre de 2013.
19. Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 340, de 30 de diciembre de 2020, 122868-122953
20. Orden de 3 de septiembre de 2016, por la que se regulan la evaluación y la promoción del alumnado que cursa las etapas de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, y se establecen los requisitos para la obtención de los títulos correspondientes,

en la Comunidad Autónoma de Canarias. *Boletín Oficial de Canarias*, 177, de 13 de septiembre de 2016, 24775-24853.

21. Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la Educación Primaria, la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato. *Boletín Oficial del Estado*, 25, de 29 de enero de 2015, 6986-7003.

22. Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. *Boletín Oficial del Estado*, 3, de 3 de enero de 2015, 169-545.

23. Casanova, M. A. (1998). Evaluación: Concepto, tipología y objetivos. *La evaluación educativa. Escuela básica*, 1, 67-102.

Anexos

Anexo I. Criterio de evaluación, estándares de aprendizajes, contenidos y competencias de 4º ESO.

Criterio de evaluación	Estándares de aprendizaje	Contenidos	Competencias
<p>1. Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física.</p>	<p>13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 33, 34, 35.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Funciones de la Educación Física a lo largo de la historia y sus concepciones actuales. 2. Actividades físicas saludables y no saludables. 3. Identificación de los efectos que provoca la intensidad en la práctica de la actividad física sobre los diferentes sistemas orgánico-funcionales y sobre el estado de salud. 4. Valoración de la aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz. 5. Valoración del grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. 6. Análisis y puesta en práctica de los diferentes métodos y sistemas para la mejora de sus capacidades físicas básicas. 7. Elaboración y puesta en práctica de un plan de trabajo de alguna capacidad física: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia previa valoración de su condición física. 8. Toma de conciencia y ajuste de posturas saludables en las actividades físicas-motrices y su transferencia a situaciones cotidianas. 9. Práctica de métodos de relajación y técnicas de respiración como medio para regular su esfuerzo, mejorar su rendimiento y como medio para liberar tensiones y su transferencia a diferentes situaciones escolares y no escolares. 10. Valoración de los efectos que determinados hábitos (fumar, beber, sedentarismo, dopaje...) y actividades físico-motrices tienen en la salud personal y colectiva. 11. Identificación de las aportaciones que una alimentación e hidratación equilibrada proporciona a la mejora del rendimiento en la actividad física. 	<p>CMCT, AA, CSC, SIEE, CEC</p>

		<p>12. Actitud crítica ante los estereotipos corporales relacionados a la sociedad de consumo (trastornos alimentarios, dopaje, modas...) y sus consecuencias para la salud.</p> <p>13. Desarrollo de la autoexigencia y la autoconfianza en las actividades físico-motrices.</p>	
<p>2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.</p>	<p>1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12.</p>	<p>1. Análisis y práctica de las estructuras de actividades físicas psicomotrices y socio motrices con y sin implemento.</p> <p>2. Aplicación oportuna y eficaz las habilidades específicas y estructurales de las actividades físicas y-deportivas en función de los estímulos y factores presentes en la práctica.</p> <p>3. Práctica de habilidades específicas, preservando su seguridad.</p> <p>4. Ajuste corporal en la resolución de problemas motores a partir de diferentes situaciones motrices.</p> <p>5. Principios estratégicos en la práctica de situaciones cooperativas o competitivas de las diferentes actividades.</p> <p>6. Práctica de bailes tradicionales de Canarias y de otras culturas.</p> <p>7. Creación de situaciones expresivas psicomotrices y socio motrices potenciando las actitudes de apertura y comunicación con los demás.</p> <p>8. Recopilación, clasificación y práctica de juegos y deportes tradicionales canarios, valorándolos como identificativos de nuestra cultura.</p> <p>9. Creación de situaciones expresivas individuales y colectivas potenciando las actitudes de apertura y comunicación con los demás.</p> <p>10. Valoración de la actitud hacia el deporte desde la perspectiva de practicante, espectador y consumidor.</p> <p>11. Autonomía y transferencia a otros contextos extradeportivos.</p>	<p>CL, CMCT, AA, CSC, SIEE, CEC</p>

<p>3. Colaborar en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, y participar activamente en estos, identificando los elementos estructurales que definen al deporte y adoptando posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.</p>	<p>24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 36, 37</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diseño y ejecución de composiciones coreográficas colectivas con o sin base musical de forma individual y colectiva como medio de comunicación y expresión. 2. Responsabilidad y respeto ante la realización de las diferentes tareas. 3. Autonomía en la aplicación de calentamientos generales y específicos previo análisis de la actividad física que se realiza y para la prevención de lesiones 4. Autonomía en la aplicación de la vuelta a la calma en diferentes contextos. 5. Distribución de ejercicios, actividades o tareas de una sesión atendiendo a su intensidad o a su dificultad. 6. Aplicación de algunos protocolos básicos de primeros auxilios a la práctica físico motriz. 7. Participación y respeto a la diversidad en la realización de actividades físico-motrices 8. Emancipación en el uso de los elementos de organización en el desarrollo de las sesiones. 9. Valoración de los fenómenos socioculturales asociados al deporte y posicionamiento ante los mismos. 10. Actitud crítica ante los estereotipos corporales relacionados con la sociedad de consumo (trastornos alimentarios, dopaje, modas...) y sus consecuencias para la salud. 11. Planificación, organización y práctica de actividades físico-motrices o eventos lúdicos, recreativos y deportivos en entornos habituales y no habituales. 12. Toma de conciencia de las repercusiones que las actividades físico-motrices realizadas en el medio natural tienen para la salud y para la conservación del entorno. 13. Uso de los elementos de organización para el desarrollo de las sesiones. 	<p>CL, CMCT, AA, CSC, CEC</p>
---	---	--	-------------------------------

<p>4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>	<p>38,39,40.</p>	<p>1. Uso y valoración de las tecnologías de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia.</p> <p>2. Uso de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y desarrollo de los contenidos de la materia. Análisis y valoración de la información.</p>	<p>CL, CMCT, CD, AA, CSC, SIEE, CEC</p>
---	------------------	---	---

Anexo II. Estándares de aprendizaje evaluables 4º ESO.

1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.
2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.
4. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.
5. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.
6. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico-expresivos, aportando y aceptando propuestas.
7. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.
8. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.
9. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.
10. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de estas, y relacionándolas con otras situaciones.
11. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

12. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.
13. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.
14. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
15. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.
16. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.
17. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.
18. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
19. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.
20. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.
21. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.
22. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.
23. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.
24. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.
25. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.

26. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.
27. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
28. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.
29. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.
30. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.
31. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.
32. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
33. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.
34. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
35. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas.
36. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.
37. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.
38. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
39. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.
40. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

Anexo III. Situación de aprendizaje número 5.

CONCRECIÓN. SECUENCIA DE ACTIVIDADES						
ACTIVIDAD: 1		TÍTULO: PASES + PASOS.				
DESCRIPCIÓN: Los alumnos aprenderán, por un lado, los pases básicos de balonmano, por otro lado, los tres pasos, y finalmente uniremos los dos conceptos. También se tratará la condición física en balonmano.						
Criterios de evaluación	Estándares de aprend. evaluables	Contenidos	Competencias	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
SEF04C01.	17, 18, 21, 22, 33.	5, 8, 13.	AA, CSC, SIEE, CL.	Observación sistemática.	Registro anecdótico.	Realización correcta de lo explicado en clase.
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Notas del registro anecdótico.	Autoevaluación.	Trabajo en parejas (TPAR).	4.	Página web para tratar las reglas básicas. https://www.competize.com/blog/reglas-balonmano-resumen-historia-faltas/	Gimnasio.	Si la alumna presenta ingreso hospitalario, deberá visualizar la página adjuntada en recursos y contestar a varias preguntas facilitadas por el docente. Alumno con hipoacusia; se pintarán en pizarra los ejercicios.

ACTIVIDAD: 2		TÍTULO: LANZANDO.				
DESCRIPCIÓN: Los alumnos aprenderán lanzamientos a portería, sin olvidar los pases y pasos. Comenzaremos a jugar partidos en superioridad numérica el equipo que ataca.						
Criterios de evaluación	Estándares de aprend. evaluables	Contenidos	Competencias	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
SEF04C02.	1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12.	1, 2, 3, 4, 5.	AA, CSC, SIEE, CL.	Observación sistemática.	Registro anecdótico.	Realización correcta de lo explicado en clase.
Productos	Tipos de evaluación	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones

	según el agente					
Notas del registro anecdótico.	Autoevaluación.	Trabajo en parejas (TPAR), equipos móviles o flexibles (EMOV).	4.	Nociones básicas sobre un partido de balonmano. https://www.youtube.com/watch?v=QxyPbPZxf9A&ab_channel=DEPORTV	Gimnasio.	Si la alumna presenta ingreso hospitalario, deberá visualizar el video adjuntado en recursos y contestar a varias preguntas facilitadas por el docente. Alumno con hipoacusia; se pintarán en pizarra los ejercicios.

ACTIVIDAD: 3		TÍTULO: ¡A JUGAR!				
DESCRIPCIÓN: Las dos primeras sesiones los alumnos jugarán por primera vez en esta unidad de aprendizaje, partidos 6 vs 6. Finalmente, durante las dos últimas sesiones se desarrollará un torneo.						
Criterios de evaluación	Estándares de aprend. evaluables	Contenidos	Competencias	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
SEF04C02.	1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12.	1, 2, 3, 4, 5.	AA, CSC, SIEE, CL.	Observación sistemática.	Rúbrica	Participación del alumno en los partidos.
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Intervención del alumno.	Coevaluación.	Equipos móviles o flexibles (EMOV).	4.	Campeonato del mundo de la selección española masculina de balonmano de 2013	Gimnasio.	Visualización de esta entrevista en caso de que nuestra alumna se encuentre en ingreso hospitalario. Posteriormente hará una reflexión. https://www.youtube.com/watch?v=ZLZqMUGkEGc&ab_channel=LaResistenciaPorMovistarPlus%2B El alumno con hipoacusia siempre jugará en la misma posición.