



**Universidad  
Europea** CANARIAS

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

# PROGRAMACIÓN 1º E.S.O.:

## Educación Física

ALBA MARÍN RAMÍREZ

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

Dirigido por Pablo Borges

Convocatoria de julio del 2022



**Agradecimientos:** a mi madre y mi madrina, por ser mi inspiración en la docencia. A mi padre y a mi hermano, por su apoyo incondicional.

## Índice

<b>Resumen</b>	<b>5</b>
<b>Introducción y justificación</b>	<b>6</b>
Marco normativo	9
<b>Contextualización</b>	<b>9</b>
Características del entorno escolar	9
Centro	10
Aula	11
Alumnado	11
<b>Concreción curricular</b>	<b>12</b>
Objetivos de la etapa	12
Objetivos de nuestra materia y contribución a las competencias	15
Contribución a los objetivos de etapa	17
Criterios de evaluación, Contenidos y Estándares de Aprendizaje Evaluables	17
Unidades de programación	18
<b>Metodología</b>	<b>32</b>
Principios metodológicos	32
Estrategias	33
Tipos de actividades	35
Agrupamientos	37
Actividades complementarias	37
Criterios organizativos: espacios y temporalización de las unidades didácticas	38
Materiales y recursos didácticos	39
<b>Atención a la diversidad</b>	<b>40</b>
Aspectos generales y normativa	40
Medidas ordinarias	41
Medidas extraordinarias y otras medidas.	42
<b>Educación en valores, planes y programas</b>	<b>42</b>
Educación en valores desde la asignatura	43
Desarrollo de la comunicación lingüística	43
Integración de las TIC	44
Planes y programas del centro	44

Concreción en la programación de los planes institucionales del centro	45
<b>Evaluación del aprendizaje del alumnado</b>	<b>45</b>
Procedimientos e instrumentos de evaluación	45
Criterios de calificación	47
Planes de refuerzo y evaluación	48
<b>Conclusión</b>	<b>49</b>
<b>Referencias</b>	<b>50</b>
9.1 Artículos, Revistas y Libros	50
9.2 Normativa	51
<b>Anexos</b>	<b>54</b>

## Resumen

Realizar una programación es definir qué tareas se van a proponer a un alumnado concreto, teniendo en cuenta ciertos factores como su entorno y recursos disponibles para lograr la consecución de objetivos y competencias establecidos en el marco normativo de la educación. En la materia de Educación Física es necesario fomentar la competencia motriz desde diversas situaciones, puesto que de esta manera se enriquece el desarrollo del alumnado. Pero es necesario abordarlo con una visión de promoción de la salud de manera que los estudiantes sean capaces de desarrollar hábitos de vida saludables a partir de lo aprendido en el centro. En esta propuesta se encuentran once Unidades Didácticas planificadas para desarrollar el potencial de los alumnos en esa dirección, explorando sus capacidades físicas y poniéndolas a prueba: Salud, Thouchball, Béisbol, Orientación, Entrenamiento Funcional, Bádminton, Baloncesto, Voley, Gimnasia Rítmica, Juegos Tradicionales: La Pina, y Expresión Corporal. Esta última se encuentra desarrollada en su totalidad como ejemplo de Situación de Aprendizaje. Todas ellas cuentan con una estructura similar, teniendo una duración media de 6 sesiones. A lo largo de su desarrollo se proponen situaciones que fomentan la cooperación, el pensamiento crítico, el cuidado del entorno y la reflexión sobre los beneficios de la actividad física. Esta programación ha sido realizada para un alumnado formado por 30 estudiantes de 1º de la ESO que vienen de estar juntos durante primaria en el mismo centro. Durante su implementación el docente guía y evalúa el proceso de aprendizaje, adecuando los criterios exigidos a las características específicas del alumnado al que va dirigido. A ello hay que añadir los programas del centro de los que puede valerse el docente para profundizar en la materia e incluso trabajar competencias transversales que de otra manera quedarían apagadas por el peso de otras más visibles.

Palabras clave: Educación Física, Competencia Motriz, Salud, Programación y Expresión Corporal.

## 1. Introducción y justificación

El ejercicio de programar se podría definir como el proceso de planificación que realiza el docente para desarrollar el contenido comprendido en la normativa educativa para la adquisición de competencias y objetivos por parte del alumnado al que va dirigido. Programar ayuda a orientar la acción docente hacia el currículo de las Administraciones Educativas teniendo en cuenta las características del entorno donde se va a desarrollar y los estudiantes que la van a recibir. “Según Bloom, programar es la visión anticipada y estructurada de una actividad y de todos los elementos que intervienen en ella para su realización y consiste en elaborar un plan de acción ante cualquier actividad humana que se ha de realizar, sea esta de la naturaleza que fuere, prever todos los elementos que se necesita tener en cuenta para realizarla y buscar la coordinación entre objetivos, contenidos y medios, para la consecución de un resultado determinado.” (Soler et al., 2013). Imberñón (1992) justifica la necesidad de programar alegando que ayuda a eliminar el azar y permite adaptar el trabajo pedagógico a las características culturales y ambientales del centro” (Fernández et al., 2010) Sin olvidar que además sistematiza el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Por lo tanto, la programación es un instrumento que sirve para planificar, y como tal debe cumplir una serie de características: adecuación al alumnado y al contexto; concreción del plan que se va a seguir durante el año en el aula; flexibilidad para poder modificarse en cualquier momento cuando se detecte que algo no funcione; y viabilidad para que pueda ser llevada a cabo de la manera en la que ha sido prevista. (Soler et al., 2013)

En la labor de unificar las enseñanzas en todo el territorio español, este documento se rige por una serie de elementos constitutivos que se encuentran establecidos en las órdenes y decretos que regulan los currículos de las Comunidades Autónomas: objetivos, contenidos, metodología, secuenciación y evaluación. Los objetivos indican el propósito de lo que se va a enseñar. Los contenidos especificarán qué es lo que se va a enseñar. La metodología y actividades conforman el cómo se va a enseñar. La secuenciación indica la temporalidad en la que se van a llevar a cabo los contenidos y, finalmente, la evaluación, que describe qué, cuándo y cómo se evalúa. (Soler et al., 2013)

Para elaborar esta programación se han seguido los objetivos curriculares descritos en la normativa de la Comunidad Autónoma de Canarias. Se ha tenido en cuenta la línea pedagógica del centro donde se va a llevar a cabo y se ha desarrollado siguiendo las características de un grupo de estudiantes concreto. Según Polo (2011) los objetivos están definidos en las materias de la etapa de secundaria. Y que, a su vez, cada materia consta de un currículo con unos objetivos que deben ser alcanzados, el modo en que contribuyen a la adquisición de competencias básicas, los contenidos de la materia y los Criterios de Evaluación (C.E.) organizados por cursos. Los C.E. indican el tipo y grado de aprendizaje necesario de alcanzar para superar el curso, es decir, son el referente para valorar el grado de adquisición de competencias básicas y objetivos. Además de los C.E., deben explicarse con detalle los instrumentos de evaluación que aplica el profesorado.

A lo largo del proceso de creación de esta programación se ha consultado el marco legislativo que engloba el currículum educativo de la Comunidad Autónoma de Canarias para establecer como base de la planificación la consecución de C.E. y objetivos del curso, se han estudiado y valorado diferentes metodologías para llevar a cabo las Situaciones de Aprendizaje (S.A.), seleccionando aquellas que podían adecuarse más al tipo de alumnado al que va dirigida esta programación. Además se han seleccionado tareas y actividades teniendo en cuenta el entorno para sacarle el mayor partido a los recursos disponibles

La programación que se ha desarrollado bajo estas líneas ha sido planteada siguiendo la normativa anterior y por lo tanto pretende dar respuesta a cuestiones que se manifiestan en la actualidad. Durante las últimas décadas hemos podido comprobar cómo nuestra realidad se ha ido transformando de forma vertiginosa alrededor de un fenómeno de alcance mundial: La Revolución Tecnológica. Los cambios que ha traído consigo han sido en su mayoría positivos, pero hay algunos sobre los que debemos reflexionar de cara a las generaciones del futuro. Dónde antes encontrábamos niños y niñas en la calle jugando a pillar unos a otros, saltando a la comba o practicando escalada en cualquier muro donde hubiera posibilidades, hoy en día vemos jóvenes enchufados a los dispositivos inteligentes que les entretienen y les mantienen “ocupados”. Esta evolución es estremecedora, ya que afecta en múltiples facetas del desarrollo del ser humano, la cognitiva y la motriz entre otras. Cada vez es más frecuente encontrar niños y jóvenes con sobrepeso, y que dedican más horas del día a las pantallas que a realizar actividad física. De hecho, es alarmante la baja

proporción de jóvenes que cumple con las recomendaciones de actividad física, a pesar de los esfuerzos de instituciones nacionales e internacionales para promocionar su necesidad (Serrano et al., 2022)

(Alderman et al. (2012) proponen que los Centros Educativos, deberían considerarse el canal principal para promover la actividad física y reducir el sedentarismo, ya que a ellos acuden de manera obligatoria todos los jóvenes de hasta 16 años. No obstante, la proyección no puede limitarse a fomento de la práctica del deporte bajo la mirada de la prevención y tratamiento de enfermedades, es necesario extender el concepto y abarcar la promoción de un estilo de vida activo como objetivo final (Sallis et al., 2006) tal y como manifiesta el Real Decreto 1105/2014: “El objetivo principal de esta asignatura es que el alumnado aprenda a realizar actividad física correctamente, y que ese aprendizaje resulte desde la propia práctica”. Por ello, el propósito final de cualquier programación de Educación Física debe ser el de desarrollar un estilo de vida saludable desde la adquisición de conocimientos, recursos y competencias para realizar una adecuada gestión autónoma de la vida físico-deportiva. Para poder desarrollar correctamente este planteamiento es imprescindible realizar un trabajo exhaustivo de programación didáctica donde se tenga en cuenta la proyección de la actividad física en el sujeto: desde el aprendizaje motor, la superación de retos, la interacción con otros compañeros, la adaptación al entorno... de esta forma se podrá desarrollar una planificación enfocada a la motivación, diversión y bienestar abordada desde dinámicas recreativas (Alberga et al., 2019 y van Sluijs et al., 2011). De igual modo, la práctica deportiva facilita la integración social debido a la gran repercusión sociocultural que lleva implícita. Esta competencia debe servir de lanzadera para llevar a cabo actividades y juegos que desarrollen la conducta motriz en toda su extensión. Pero como indican Martin Ginis et al. (2012) no debemos olvidar que a lo largo de esta etapa educativa, los estudiantes están experimentando cambios personales. Debido a que la actividad física genera un impacto en la imagen corporal a través de los cambios físicos en un mismo, la percepción de dichos cambios o incluso en la confianza en sí mismo. Es muy importante desarrollar un programa que ayude a los estudiantes a construir una autoimagen positiva, así como la actitud crítica que se menciona más arriba para cuidar su salud y no dejarse llevar por los cánones de belleza de la sociedad.

Teniendo en cuenta todo lo anterior, se ha desarrollado esta programación destinada al alumnado de 1º de la E.S.O. El grupo incluye 30 alumnos, entre los que encontramos 18 chicas y 12 chicos, ninguno de ellos es repetidor. En general el alumnado es de clase media, de nacionalidad española, que vive en el mismo municipio, cerca del centro escolar. Al ser un colegio concertado casi todos ellos han estado juntos en primaria y por lo tanto ya se conocen. El centro está subvencionado por una entidad religiosa de monjas, y los valores tradicionales están integrados en el modelo educativo. El ratio alumno profesor es medio-bajo, y hay muy pocos alumnos NEAE, siendo en su mayoría alumnos DEA o TDAH.

### **1.1. Marco normativo**

Esta programación se enmarca en el cuadro legal de La Constitución Española y tiene su origen en la Ley Orgánica de Educación 2/2006 (LOE) y la posterior Ley de Mejora de Educación de 8/2013 (LOMCE). Hay que añadirle el Real Decreto 1105/2014 por el que se establece el currículo básico de la ESO y la orden ECD/65/2015 por la que se establecen los contenidos y Criterios de Evaluación en la ESO, la Ley 3/2020 que modifica 2/2016 y el Real Decreto 984/2021 para la Evaluación y Promoción de la ESO.

Además en la Comunidad Autónoma de Canarias hay que incluir la LEy 6/2014 por la que se rigen las enseñanzas no universitarias, el Decreto 315/2015, el Decreto 83/2016 y la Orden de 3 de septiembre/2016 por la que se describen las enseñanzas mínimas, el currículo y la evaluación y promoción en la Educación Secundaria Obligatoria, respectivamente.

Por último, para redactar este documento, se han consultado El Proyecto Educativo (PE), Las Normas de Organización y Funcionamiento (NOF), El Proyecto de Gestión (PG) y La Programación General Anual (PGA) del centro educativo, como manda el Decreto 81/2010, de 8 de julio.

## **2. Contextualización**

### **2.1. Características del entorno escolar**

El municipio donde se localiza el centro escolar se describe como un entorno urbano de clase media. Hay una mezcla social abundante, con aproximadamente 24.163 habitantes, de los cuales 2.413 se encuentran en edad escolar. Aunque el marco socioeconómico y geográfico

no parece que presente un problema, se encuentra una tasa absoluta del paro del 6,69%, rondando la media del municipio al que pertenece el barrio donde se encuentra el centro. Las familias están formadas por profesionales, empresarios y funcionarios de diferentes niveles culturales y económicos, en las que encontramos a la mujer como una figura más dentro del mundo laboral. El modelo educativo del centro y los valores que propone se identifican con las familias en un nivel medio alto, que practiquen la religión católica o, al menos, creyentes. No obstante, en muchos casos, se ve afectado por la influencia de la sociedad, claramente divergente. Cabe destacar que en este municipio se encuentran 6 centros escolares entre centros públicos y privados de educación primaria y secundaria.

## **2.2. Centro**

El centro en el que desarrollamos la programación se trata de un centro Concertado-Privado financiado por una orden religiosa de monjas. La sección primaria y secundaria son las que reciben la parte concertada, y el resto de cursos la privada. Debido a la asociación con dicha orden, la práctica religiosa es obligatoria en la jornada diaria y se destina un tiempo a primera hora para llevarla a cabo. La plantilla docente está compuesta en general por profesorado con una edad media de 47 años, la mayoría con más de 7 años de experiencia en la docencia. En secundaria y bachillerato hay un total de 23 profesores, de los cuales 12 son fijos, y actualmente ninguno de ellos pertenece a la orden religiosa. Es un centro de dos líneas, por lo que solamente cuentan con un profesor de Educación Física que imparte en secundaria y bachillerato. En el caso de primaria e infantil ocurre lo mismo, de manera que el departamento de Educación Física está formado por tres profesores entre los que se encuentra el jefe de departamento que es el profesor de secundaria. No necesariamente los docentes deben ser practicantes pero si estar familiarizados con la identidad del centro. El centro cuenta con servicio de comedor, en el cual trabajan 5 cocineras, un coordinador, 5 monitores y 4 profesores se que van turnando para hacer guardias.

En cuanto a los recursos, el centro se compone de una edificación de 3 bloques más residencia anexa de las monjas (actualmente ninguna de ellas se dedican a la docencia). El edificio consta de 3 plantas más el sótano. En la planta baja se encuentra el salón de actos, y las aulas de primaria. En el sótano encontramos aulas multiusos (laboratorio, aula de informática), gimnasios, comedor y aulas de infantil. En la primera planta se encuentran las

aulas de la ESO y la capilla y en la segunda planta encontramos las aulas de bachillerato, aulas multiusos (para desdobles) y biblioteca.

En todas las aulas docentes hay una pizarra digital, un proyector, un ordenador y una pizarra convencional de tiza. Además cuentan con la posibilidad de acceder a tablets propias del centro. Por último, los recursos materiales con los que cuenta el centro son: tablets, aulas con pizarra virtual, cañón y ordenador por aula. Aula de informática, laboratorio, comedor, biblioteca, capilla, salón de actos, dos gimnasios, pista polideportiva.

Para finalizar este apartado, menciono los proyectos educativos a los que está adscrito el centro: RED CANARIA-InnovAS, donde se desarrolla el programa de La Educación Ambiental y Sostenibilidad y el programa de La Promoción de la Salud y la Educación Emocional. Además el centro también cuenta con Programas de Atención a la Diversidad. El desarrollo de los mismos se encuentra más adelante, en el apartado 6.4.

### **2.3. Aula**

Teniendo en cuenta lo mencionado en la introducción acerca de la poca actividad física que realizan los jóvenes de forma general, vamos a procurar que las sesiones de Educación Física sean puramente activas y por tanto tener a nuestra disponibilidad las instalaciones necesarias: 2 gimnasios que cuentan con espalderas y espejos o la pista polideportiva. Así como el material de educación física del almacén: balones de diferentes modalidades y tamaños (voley, baloncesto, fútbol sala, gomaespuma, goma, gimnasia rítmica, rugby, balonmano...) raquetas de bádminton, conos, aros de distintos tamaños, cuerdas, bates, pelotas de tenis, altavoces, metro, colchonetas, sticks de hockey, petos...

### **2.4. Alumnado**

En el centro educativo encontramos un alumnado en su mayoría de familia con buena situación económica y con tendencia religiosa. En total no superan los 250 alumnos entre secundaria y bachillerato, de los cuales 117 son chicos y 133 chicas, podemos ver que es pobre la cantidad de alumnado en relación a la media en los centros de alrededor. Destaca ver que las clases con mayor cantidad de alumnado son las de cursos menores y conforme aumenta el nivel, va decreciendo el número de alumnos matriculados. Sin embargo las estadísticas muestran óptimos resultados de aprobados, siendo mínimo el número de alumnos que repiten curso.

Este año el centro cuenta con 14 alumnos matriculados con NEAE distribuidos a lo largo de secundaria y bachillerato.

En cuanto al alumnado de primero de la ESO del centro, encontramos alumnos que han estado matriculados en el colegio desde primaria e incluso educación infantil, por lo que se conocen entre ellos bastante bien.

La clase para la que voy a desarrollar la SA es la clase de 1º ESO A, hay una proporción similar en cuanto a chicas y chicos. En su gran mayoría son alumnos que han estado matriculados en el colegio desde primaria e incluso educación infantil, por lo que se conocen entre ellos bastante bien. El alumnado es bastante participativo, incluso hay estudiantes federados en diferentes deportes: fútbol, baloncesto, natación, atletismo y gimnasia rítmica. En este grupo se encuentra el siguiente alumnado con NEAE: 2 disléxico, 1 TDA. Es una clase en la que encontramos una proporción mayor de chicas que de chicos (18 chicas y 12 chicos).

Relacionando la ideología del centro con la labor del alumnado, cabe destacar la gran actividad solidaria que lleva a cabo durante todo el año, realizando labores de apoyo y recaudación de ropa y material para colectivos marginales.

### **3. Concreción curricular**

#### **3.1. Objetivos de la etapa**

Según se define en los artículos 10 y 11 del RD 1105/2014, la Educación Secundaria Obligatoria tiene como finalidad lograr que los alumnos y alumnas adquieran los elementos básicos de la cultura, especialmente en sus aspectos humanístico, artístico, científico y tecnológico; desarrollar y consolidar en ellos hábitos de estudio y de trabajo; prepararles para su incorporación a estudios posteriores y para su inserción laboral y formarles para el ejercicio de sus derechos y obligaciones en la vida como ciudadanos. Del mismo modo se prestará especial atención a la orientación educativa y profesional del alumnado. No debemos olvidar que la Educación Secundaria Obligatoria se organiza de acuerdo con los principios de educación común y de atención a la diversidad del alumnado. Las medidas de atención a la diversidad en esta etapa estarán orientadas a responder a las necesidades educativas concretas del alumnado y al logro de los objetivos de la Educación Secundaria

Obligatoria y la adquisición de las competencias correspondientes y no podrán, en ningún caso, suponer una discriminación que les impida alcanzar dichos objetivos y competencias y la titulación correspondiente.

La Educación Secundaria Obligatoria, según el Artículo 11 del RD 1105/2014, contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.
- l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

De igual forma, según el artículo 20 del capítulo II del Decreto 315/2015, de 28 de agosto, por el que se establece el currículo básico de la etapa en la Comunidad Autónoma de Canarias, se contribuirá, además, a que el alumnado de esta etapa conozca, aprecie y respete los aspectos culturales, históricos, geográficos, naturales, sociales y lingüísticos más relevantes de nuestra Comunidad Autónoma, así como los de su entorno más cercano, según lo requieran las diferentes materias, valorando las posibilidades de acción para su conservación.

Dicho currículo se implementará en la Comunidad Autónoma de Canarias orientado a la consecución de los siguientes fines:

- a) La igualdad efectiva entre hombres y mujeres, en todos los aspectos, y el respeto a la diversidad afectivo sexual, eliminando los prejuicios, los estereotipos y los roles en función de su identidad de género u orientación sexual; la integración del saber de las mujeres y su contribución social e histórica al desarrollo de la humanidad; y la prevención de la violencia de género y el fomento de la coeducación.
- b) El desarrollo en el alumnado de hábitos y valores solidarios para ejercer una ciudadanía crítica que contribuya a la equidad y la eliminación de cualquier tipo de discriminación o

desigualdad por razón de sexo, identidad de género, orientación afectiva y sexual, edad, religión, cultura, capacidad, etnia u origen, entre otras.

c) El afianzamiento de la autoestima, el autoconocimiento, la gestión de las emociones y los hábitos de cuidado y salud corporales propios de un estilo de vida saludable en pro del desarrollo personal y social.

d) El fomento de actitudes responsables de acción y cuidado del medio natural, social y cultural.

### **3.2. Objetivos de nuestra materia y contribución a las competencias**

Tal y como manifiestan el Decreto 83/2016 y la Orden ECD/65/2015: “La Educación Física en la Educación Secundaria pretende el desarrollo integral del alumnado a partir de la competencia motriz, entendida como el conjunto de capacidades, conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones que intervienen en las múltiples interacciones que los individuos realizan en su medio y con los demás, y que les permiten resolver diferentes problemas motores que requieren de una conducta motriz adecuada y cuya transferencia a otros contextos contribuye a una mejor calidad de vida y a su desarrollo social como ciudadano. A partir de ella se producen los encuentros con otras competencias y los elementos que contribuyen a su desarrollo en diferentes materias”.

- Comunicación lingüística (CL) : se contribuye a esta competencia mediante los intercambios lingüísticos que se producen durante la práctica, el uso de las normas, el empleo del vocabulario específico e incluso con la decodificación de mensajes de la motricidad. Vamos a desarrollar esta competencia en UD como Salud, Béisbol, Orientación, Bádminton, Baloncesto, Voley, La Pina y Expresión Corporal ya que se darán este tipo de situaciones.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT): nuestra materia va a contribuir en aquellos aspectos relacionados con el orden y secuencia de acciones, dimensiones, trayectorias espaciales, velocidades... Además la comprensión y conocimiento del funcionamiento del cuerpo favorecen la valoración de la práctica de actividad física así como hábitos saludables, desarrollando la competencia básica en ciencia. En las UD de Tchoukball, Béisbol,

Entrenamiento Funcional, Bádminton, Baloncesto, Voley, Gimnasia Rítmica y La Pina se fomentará esta competencia.

- Competencia digital (CD): es imprescindible el uso de esta herramienta de forma crítica, pues tenemos aplicaciones que pueden ser de utilidad para recabar información de orientación, gasto energético o análisis cualitativo del movimiento. Esta competencia se trabajará únicamente en la UD de Salud.
- Aprender a aprender (AA): esta competencia se trabaja de forma intrínseca a la Educación Física, por lo que la encontraremos en todas las UD. Se va a favorecer a través de la comprensión de la finalidad de la misma haciendo consciente al alumnado de sus capacidades y limitaciones con el objetivo de progresar en ellas. De esta forma se concientia sobre los efectos tanto en la salud individual como colectiva y lleva a la reflexión sobre los cambios en nuestro cuerpo para motivarles a perseguir metas alcanzables.
- Competencias sociales y cívicas (CSC): mediante el análisis y la valoración del deporte como un hecho cultural así como interacciones sociales que se producen y la elaboración de normas, aceptación de diferencias o las limitaciones y posibilidades propias y ajenas forman parte de la aportación de Educación Física a esta competencia. Esta competencia se promociona en las UD de Tchoukball, Béisbol, Orientación, Entrenamiento Funcional, Bádminton, Baloncesto, Voley y Expresión Corporal ya que se llevan a cabo los hechos mencionados.
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE): se fomenta esta competencia estimulando al alumnado a tomar decisiones sobre aspectos de ejecución y organización así como el desarrollo de la creatividad mediante la resolución de problemas motrices. Estas situaciones las vamos a encontrar en casi todas las UD por lo que es una competencia que se desarrolla durante todo el curso.
- Conciencia y expresiones culturales (CEC): nuestra materia va a contribuir al fomento de esta competencia a través de la comunicación creativa de ideas, sentimientos, emociones... mediante el uso del movimiento y recursos del cuerpo. También se promoverá por medio de las diferentes manifestaciones sociales de la motricidad, destacando aquellas de Canarias. Por ello esta competencia está presente en las UD de Orientación, Gimnasia Rítmica, La Pina y Expresión Corporal

### 3.3. Contribución a los objetivos de etapa

La materia de Educación Física contribuye a los objetivos de etapa de la siguiente manera:

- Educación Inclusiva: a través del conocimiento del cuerpo humano aprenden las diferencias, los hábitos de salud necesarios, la necesidad de la práctica deportiva... todo ello contribuye a su desarrollo personal y social.
- Convivencia: aprendiendo los derechos y deberes que tienen como personas, el respeto, la tolerancia, la cooperación y la solidaridad les otorga un conocimiento en la ciudadanía democrática con disciplina para el trabajo individual y en equipo.
- Capacidades Afectivas: se fomentan mediante la prevención y resolución de conflictos, respeto de los Derechos Humanos, el aprendizaje de las diferentes culturas y personas, la igualdad entre hombres y mujeres y la no discriminación a personas con discapacidad.
- Lenguaje: para adquirir o favorecer nuevos conocimientos.
- Cultura: a través del conocimiento, valoración y respeto, así como la comprensión y promoción de diferentes manifestaciones motrices expresivas.
- Conocimiento Científico: entendiendo que existen distintas disciplinas que se apoyan entre sí para generar un todo.
- Confianza: favoreciendo la participación, iniciativa, sentido crítico, la toma de decisiones, asumir responsabilidades y la creatividad, entre otros.

### 3.4. Criterios de evaluación, Contenidos y Estándares de Aprendizaje Evaluables

La tabla donde se encuentra la relación de estos conceptos se puede consultar en Anexos.

Tabla 1: Tabla Resumen.

Criterios	Contenidos	Estándares Evaluación
1	1, 2, 3 4, 5, 6, 7, 8, 9 y 10	14, 18, 20, 21, 22 y 23
2	1, 2, 3 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 y 12	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 y 9
3	1	24 y 25
4	1, 2, 3 4, 5, 6, 7, 8, 9 y 10	27, 28, 29, 30, 31, 33 y 35
5	1 y 2	36 y 37

### 3.5. Unidades de programación

Tabla 2: Unidades de Programación

<b>N.º 1</b>		<b>TÍTULO: SALUD</b>	
<b>Curso: 1º ESO</b>		<b>Periodo de implementación:</b> primera semana de cada trimestre	<b>Nº de sesiones: 6</b>
		<b>Trimestre: 1º, 2º y 3º</b>	
<p><b>Descripción:</b> Se va a aprender en qué consisten las capacidades físicas y coordinativas básicas. Van a aprender cómo medirlas y poder comparar el progreso a lo largo del curso escolar. Valoración de la implicación de la actividad física como hábito en la rutina diaria y de diferentes instrumentos que nos ayudan a evaluarla y a compararla. El alumnado aprenderá mediante la práctica deportiva y la observación y comparación de los resultados obtenidos con la medición del pulsómetro durante los ejercicios. La finalidad es que entiendan qué son las pruebas físicas, cuál es su capacidad física y cómo pueden mejorarla.</p>		<p><b>Justificación:</b> El objetivo de esta unidad es que el alumnado tenga un primer contacto con las nociones básicas de capacidades físicas, para qué sirve conocerlas y cómo nos influye en el día a día tener una mejor condición física. Así mismo queremos enseñarle al alumnado instrumentos que nos faciliten su medición para poder comparar una evolución en el futuro, con la intención de crear una razón para motivarlos a trabajar y mejorar.</p>	
<b>FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR</b>			
<b>CRITERIO/S DE EVALUACIÓN</b>		<b>COMPETENCIAS</b>	
<p><b>Código:</b> SEFI01C01 SEFI01C05</p>	<p><b>Descripción:</b> 1. Incrementar las capacidades físicas y coordinativas básicas, previa valoración del nivel inicial, utilizando los valores de la frecuencia cardíaca como indicadores para la dosificación y control del esfuerzo y adoptando hábitos higiénicos, alimentarios y posturales asociados a una actividad física segura y saludable. 5. 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>CD, AA y CL</p>	
<b>CONTENIDOS</b>		<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES</b>	
<p>1 .Educación Física y salud. Conceptos básicos y objetivos. Su tratamiento desde la práctica físico-motriz. 2. Capacidades físicas y coordinativas básicas relacionadas con la salud. Conceptos básicos. Definición y clasificación general. Aplicación al desarrollo de juegos motores y deportivos. 3. Acondicionamiento de la resistencia, fuerza general, velocidad, flexibilidad. 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. 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>14. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. 18. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. 20. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. 21. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 23. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. 36. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 37. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>	

<b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b>	<b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b> Deductivo (DEDU) y enseñanza directa (EDIR).
	<b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b> Se realizará mediante Preguntas Socráticas y Mando Directo. Se le propondrán preguntas al alumnado para que vaya reflexionando acerca de la teoría y posteriormente se le dará al alumnado la explicación restante y las indicaciones necesarias para llevar las tareas a cabo.
	<b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b> CD: se utilizan recursos digitales AA: inherente a educación física, por ser consciente de sus capacidad y límites. CL: aprenden a relacionar y entender los resultados de las pruebas de su condición física.
	<b>AGRUPAMIENTOS:</b> Trabajo individual (TIND)
	<b>ESPACIOS:</b> Pista multideporte
	<b>RECURSOS:</b> Instrumental: pulsómetro, cuaderno, bolígrafo, tablet, balón medicinal, metro, cronómetro, banco sueco. Informático: excel

<b>N.º 2</b>	<b>TÍTULO: TCHOUKBALL</b>		
<b>Curso: 1º</b>	<b>Periodo de implementación:</b> de la semana nº 2 la 6	<b>Nº de sesiones: 9</b>	<b>Trimestre:PRIMERO</b>
<b>Descripción:</b> A lo largo de esta unidad didáctica se pretende que el alumnado se familiarice con una forma más adulta de considerar la actividad física y el deporte: se comienzan a trabajar los deportes de manera más técnica pero le vamos a dar un enfoque lúdico. Se busca que el alumnado centre su evolución en mejorar el trato con los compañeros, que aprendan deportividad, solidaridad y compromiso a la par que trabajan una actividad física. Se realizarán actividades primero en pequeños grupos, para simplificar las tareas del juego. En ellas se explicará la parte técnica del mismo y se llevará a cabo la práctica de lanzamientos, jugadas y estrategias que en las últimas sesiones se pondrán en práctica en situación real de partido. La finalidad de esta unidad didáctica es que los alumnos mediante el juego entren en una dinámica de juego limpio y deportividad sin discriminación en la diferenciación de ejecuciones entre componentes de un equipo. Todo ello se complementa con el enriquecimiento de situaciones motrices diferentes que potencian las capacidades físicas y coordinativas básicas.		<b>Justificación:</b> Para llevar a cabo esta unidad didáctica se proponen sesiones basadas en el juego del Tchoukball, también conocido como el Deporte de la Paz. Este deporte fomenta las relaciones interpersonales así como la competitividad, siempre desde un punto de vista de alta deportividad, ya que de manera oficial no hay juez o árbitro que dictamine faltas. En caso de situación de conflicto o desacuerdo actuará el profesor mediando.	
<b>FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR</b>			
<b>CRITERIO/S DE EVALUACIÓN</b>		<b>COMPETENCIAS</b>	
<b>Código:</b> SEFI01C01 SEFI01C04	<b>Descripción:</b> 1. Incrementar las capacidades físicas y coordinativas básicas, previa valoración del nivel inicial, utilizando los valores de la frecuencia cardíaca como indicadores para la dosificación y control del esfuerzo y adoptando hábitos higiénicos, alimentarios y posturales asociados a una actividad física segura y saludable. 4. Mostrar tolerancia y deportividad en las actividades físico-motrices y artístico-expresivas, aceptando las reglas y normas establecidas, considerando la competición y la cooperación como	AA, CSC, SIEE, CMCT, CL.	

	una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo y valorándolas como formas de recreación y de ocupación saludable del tiempo libre.	
<b>CONTENIDOS</b>		<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES</b>
<p>4. Estructura y funcionalidad del cuerpo. Función del aparato locomotor y sistema cardiovascular en la actividad física. Práctica de actividades físico- motrices para su desarrollo, mantenimiento y comprensión.</p> <p>7. Fortalecimiento de la musculatura de sostén. Práctica de ejercicios de movilidad articular, tonificación muscular y relajación.</p> <p>9. Actitud de autoexigencia y autoconfianza en la realización de actividades físico-motrices. Adecuación del esfuerzo y ritmo respiratorio a cada situación.</p> <p>10. Uso correcto de espacios, materiales e indumentaria.</p> <p>2. Respeto a la diversidad de ejecuciones en la práctica de actividades físico- motrices.</p> <p>4. Participación en los diferentes juegos y actividades físicas y respeto a la diversidad de prácticas.</p>		<p>18. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>23. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p> <p>27. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>28. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>29. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>
<b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b>	<b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b> Enseñanza directa (EDIR) y juego de roles (JROL).	
	<b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b> Se realizará mediante el método expositivo: se le dará al alumnado la explicación y las indicaciones necesarias para llevar las tareas a cabo.	
	<b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b> A través de las distintas actividades de cooperación y mediante la puesta en práctica de este juego se va a fomentar la competencia CSC, en tanto en cuanto se pongan de acuerdo para enviar y recibir el balón entre los diferentes componentes del equipo. También se trabajará la CMCT al tener que calcular trayectorias de lanzamiento y recogida de balón, CL mediante la comunicación entre compañeros para la realización de actividades, SIEE en tanto a la toma de decisiones durante la ejecución de las tareas motrices y AA ya que es inherente a la educación física puesto que se trabaja la conciencia de la propia capacidad y límites.	
	<b>AGRUPAMIENTOS:</b> trabajo individual (TIND), trabajo en parejas (TPAR), pequeños grupos (PGRU)	
	<b>ESPACIOS:</b> Deberán proponerse y justificarse los diversos espacios que se consideren idóneos para el desarrollo de la SA y el logro de los aprendizajes deseados vinculados a la misma.	
	<b>RECURSOS:</b> 6 pelotas de balonmano, 2/4 porterías, conos y petos.	

<b>N.º 3</b>	<b>TÍTULO: BÉISBOL</b>		
<b>Curso:</b> 1	<b>Periodo de implementación:</b> de la semana nº 6 a la 9	<b>Nº de sesiones:</b> 7	<b>Trimestre:</b> 1º
<b>Descripción:</b> Se va a aprender el juego del béisbol. Las normas y el funcionamiento del mismo, así como a mejorar sus capacidades físicas para mejorar su práctica. También se desarrollará el trabajo en equipo y la toma de decisiones. En las primeras sesiones el alumnado trabajará de forma más analítica los pases y los golpes con el bate, y se irá en progresión, trabajando también situaciones de partidos. La finalidad es que los estudiantes mantengan la dinámica de la UD anterior, mejorando su competencia motriz a la vez que trabajan el juego limpio, la deportividad y la no discriminación.		<b>Justificación:</b> A lo largo de esta UD, el alumnado trabajará de manera analítica gestos técnicos que deberá incorporar progresivamente a una situación real de partido. Se pretende seguir la dinámica de la UD anterior en cuanto al trabajo en equipo, respeto de normas... para profundizar en ello desde otra perspectiva.	
<b>FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR</b>			
<b>CRITERIO/S DE EVALUACIÓN</b>		<b>COMPETENCIAS</b>	

<b>Código:</b> SEFI01C01 SEFI01C04	<b>Descripción:</b> 1. Incrementar las capacidades físicas y coordinativas básicas, previa valoración del nivel inicial, utilizando los valores de la frecuencia cardíaca como indicadores para la dosificación y control del esfuerzo y adoptando hábitos higiénicos, alimentarios y posturales asociados a una actividad física segura y saludable. 4. Mostrar tolerancia y deportividad en las actividades físico-motrices y artístico-expresivas, aceptando las reglas y normas establecidas, considerando la competición y la cooperación como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo y valorándolas como formas de recreación y de ocupación saludable del tiempo libre.	AA, CSC, SIEE, CMCT Y CL.
<b>CONTENIDOS</b>		<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES</b>
4. Estructura y funcionalidad del cuerpo. Función del aparato locomotor y sistema cardiovascular en la actividad física. Práctica de actividades físico-motrices para su desarrollo, mantenimiento y comprensión. 7. Fortalecimiento de la musculatura de sostén. Práctica de ejercicios de movilidad articular, tonificación muscular y relajación. 9. Actitud de autoexigencia y autoconfianza en la realización de actividades físico-motrices. Adecuación del esfuerzo y ritmo respiratorio a cada situación. 10. Uso correcto de espacios, materiales e indumentaria. 5. Aceptación del propio nivel de ejecución y autoexigencia en su mejora. 7. Respeto y aceptación de las reglas de las actividades físicas, juegos y deportes practicados.		14. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. 18. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. 27. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 30. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. 31. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas
<b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b>	<b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b> Expositivo (EXPO), enseñanza directa (EDIR) y juego de roles (JROL).	
	<b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b> Se realizará mediante el método expositivo: se le dará al alumnado la explicación y las indicaciones necesarias para llevar las tareas a cabo.	
	<b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b> AA: inherente a educación física, por ser consciente de sus capacidad y límites. CSC: por las interacciones sociales que se llevan a cabo durante la sesión , así como aceptación de diferencias, posibilidades y limitaciones propias y ajenas. SIEE: lo trabajaremos en cuanto a la toma de decisiones durante la ejecución de tareas motrices CMCT: mediante lanzamiento y recogida de pelota durante la sesión. CL: comunicación entre compañeros para la realización de actividades.	
	<b>AGRUPAMIENTOS:</b> Pequeños grupos (PGRU)	
	<b>ESPACIOS:</b> Pista multideporte	
	<b>RECURSOS:</b> 6 Bates de béisbol, 6 pelotas de tenis, conos	

N.º 4	<b>TÍTULO: ORIENTACIÓN</b>		
Curso: 1º	Periodo de implementación: de la semana nº 10 a la 12	Nº de sesiones: 6	Trimestre: 1

<p><b>Descripción:</b> Durante esta UD el alumnado aplicará sus habilidades motrices para la resolución de problemas. Este sistema se pondrá en práctica mediante el aprendizaje de los fundamentos teóricos básicos de la orientación mediante el uso de sistemas tradicionales como el uso de brújula y mapa. Esta UD se desarrollará en el centro escolar y en el medio natural. Se realizará una parte de la evaluación de la misma en el medio natural, donde deberán encontrar por parejas o grupos de 3, las balizas escondidas en el monte dentro de un período de tiempo. La finalidad es que el alumno mediante los recursos disponibles sea capaz de resolver un problema (encontrar las balizas escondidas) planteado mediante la gamificación de la carrera de orientación.</p>	<p><b>Justificación:</b> Esta UD va ligada al programa de RED-CANARIA innovAS, concretamente a La Educación Ambiental y Sostenibilidad. En la asignatura se colaborará durante la UD fomentando la concienciación sobre los peligros de la crisis climática que hay actualmente, y haciendo hincapié en aquellas acciones que podemos realizar de manera individual para contribuir al cuidado del ecosistema. El día de la salida de la Carrera de Orientación, se plantea el torneo de recolección de basura, otorgando premio al equipo que más basura recoja. A través de esta propuesta el alumnado pondrá en práctica la aplicación de habilidades motrices para la solución de problemas así como reflexión acerca de la naturaleza y nuestro deber de cuidarla.</p>
--	---

**FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR**

CRITERIO/S DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS
<p><b>Código:</b> SEFI01C02 <b>Descripción:</b> 2. Aplicar las habilidades motrices a la resolución de distintos problemas motores en distintos entornos y en situaciones motrices individuales y colectivas, aceptando el nivel alcanzado y utilizando los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo y la motricidad, con especial atención a las prácticas motrices, rítmicas y expresivas tradicionales de Canarias, valorándolas como situaciones motrices con arraigo cultural.</p>	AA, CL, CSC, SIEE Y CEC

**CONTENIDOS** **ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES**

<p>7. Práctica de actividades físico-motrices en el medio natural. 8. Realización de recorridos a partir de la identificación de señales de rastreo.</p>	<p>5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p>
--	--

<b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b>	<p><b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b> Formación de conceptos (FORC), expositivo (EXPO) y enseñanza directa (EDIR)</p>
	<p><b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b> Se realizará mediante el método expositivo: se le dará al alumnado la explicación y las indicaciones necesarias para llevar las tareas a cabo. Además se incluirá la Gamificación en una parte de la UD para llevar a cabo el programa de La Educación Ambiental y Sostenibilidad.</p>
	<p><b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b> CL: se trabajará mediante la comunicación con los compañeros durante la realización de tareas. AA: inherente a educación física, por ser consciente de sus capacidad y límites. CSC: se trabajará mediante las interacciones sociales, aceptación de diferencias y posibilidades así como limitaciones propias y ajenas. SIEE: se trabajará mediante toma de decisiones, y el trabajo de auto-superación y perseverancia. CEC: se trabajará mediante la utilización de posibilidades y recursos del cuerpo y del movimiento.</p>
	<p><b>AGRUPAMIENTOS:</b> trabajo individual (TIND), trabajo en parejas (TPAR), pequeños grupos (PGRU).</p>
	<p><b>ESPACIOS:</b> Espacio general del centro, Parque de Canarias</p>
	<p><b>RECURSOS:</b> Brújulas, mapas fotocopiados, balizas.</p>

<b>N.º 5</b>	<b>TÍTULO: ENTRENAMIENTO FUNCIONAL</b>		
<b>Curso: 1º</b>	<b>Periodo de implementación:</b> de la semana nº 13 a la 16	<b>Nº de sesiones: 7</b>	<b>Trimestre: 2º</b>

<p><b>Descripción:</b>                  En esta UD el alumnado aprenderá la técnica de los ejercicios funcionales más sencillos así como los objetivos y efectos de practicarlos bien y mal. También aprenderá a detectar errores durante la práctica del mismo y prevención de malas posturas.                  Se llevará a cabo mediante la práctica de los ejercicios en sí. Los primeros días se realizará de forma más analítica, se propondrán rutinas para practicar en clase de forma más suave y conforme avancen las sesiones se incrementará la dificultad.                  La finalidad es que el alumnado sea capaz de llegar a establecer una rutina siguiendo unos objetivos y sabiendo las posibilidades y limitaciones para evitar lesiones.</p>		<p><b>Justificación:</b>                  Se pretende enseñar el valor de la correcta postura para realizar movimientos y ejercicios a través del beneficio o perjuicio que puede suponer para el cuerpo humano el ejercicio de los mismos. Con ello se busca que el alumnado tenga un criterio a la hora de realizar actividad física.</p>
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR		
CRITERIO/S DE EVALUACIÓN		COMPETENCIAS
<p><b>Código:</b> SEFI01C01 SEFI01C04</p>	<p><b>Descripción:</b>                  1. Incrementar las capacidades físicas y coordinativas básicas, previa valoración del nivel inicial, utilizando los valores de la frecuencia cardíaca como indicadores para la dosificación y control del esfuerzo y adoptando hábitos higiénicos, alimentarios y posturales asociados a una actividad física segura y saludable.                  4. Mostrar tolerancia y deportividad en las actividades físico-motrices y artístico-expresivas, aceptando las reglas y normas establecidas, considerando la competición y la cooperación como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo y valorándolas como formas de recreación y de ocupación saludable del tiempo libre.</p>	<p>AA, CMCT, SIEE Y CSC</p>
CONTENIDOS		ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES
<p>5. Adquisición y toma de conciencia de las posturas corporales adecuadas en la práctica de actividades físico-motrices y en situaciones de la vida cotidiana.                  6. Aplicación de normas básicas y principios generales para la prevención de accidentes y tratamiento de lesiones durante la realización de actividades físico-motrices.                  8. Autonomía en los hábitos alimenticios e higiénicos para la mejora de las capacidades físicas, la salud, y de la calidad de vida                  3. Conciencia y aceptación de la propia realidad corporal, de las posibilidades y limitaciones durante la práctica físico-motriz.                  6. Valoración de las actividades físicas como una forma de autosuperación y mejora de la salud.</p>		<p>21. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.                  22. Aplica los fundamentos de la higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.                  23. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.                  31. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas                  33. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.                  35. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>
<p><b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b></p>	<p><b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b>                  Expositivo (EXPO), deductivo (DEDU) y enseñanza directa (EDIR).</p>	
	<p><b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b>                  Se realizará mediante Preguntas Socráticas y Mando Directo. Se le propondrán preguntas al alumnado para que vaya reflexionando acerca de la teoría y posteriormente se le dará al alumnado la explicación restante y las indicaciones necesarias para llevar las tareas a cabo.</p>	
	<p><b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b>                  SIEE: se trabajará mediante la ejecución y organización de distintas tareas motrices, teniendo en cuenta los elementos de riesgo y las medidas preventivas.                  AA: inherente a educación física, por ser consciente de sus capacidad y límites.                  CMCT: se llevará a cabo teniendo en cuenta el orden y secuencia de acciones físicas.                  CSC: se trabajará mediante el conocimiento de las posibilidades y limitaciones propias y ajenas.</p>	
	<p><b>AGRUPAMIENTOS:</b>                  Trabajo individual (TIND) y grupos de expertos (GEXP).</p>	

	<b>ESPACIOS:</b> Pabellón
	<b>RECURSOS:</b> Esterillas, conos, aros, combas, balones de fútbol, balones medicinales.

<b>N.º 6</b>	<b>TÍTULO: BÁDMINTON</b>		
<b>Curso: 1º</b>	<b>Periodo de implementación:</b> de la semana nº 18 a la 20	<b>Nº de sesiones: 6</b>	<b>Trimestre: 2º</b>
<b>Descripción:</b> Se van a trabajar actividades físico-motrices para el desarrollo y mantenimiento del aparato locomotor. Se va a fortalecer y tonificar la musculatura así como las articulaciones. Además se va a trabajar la autoexigencia y adecuación del esfuerzo y ritmo a una situación. Importante también la aplicación de las diferentes fases de una práctica deportiva: activación y vuelta a la calma al inicio y final respectivamente. Se va a llevar a cabo mediante la práctica del bádminton. Se trabajará de manera individual y por parejas al principio para familiarizarse con el manejo y reglas del juego, y en grupos pequeños al final para incrementar la dificultad. El objetivo es que el alumnado adquiera hábitos saludables en el deporte y actividad física a la par que mejore sus capacidades físicas.		<b>Justificación:</b> Siguiendo la normativa vigente, con esta UD se busca que el alumnado mejore su forma física, y adquiera nociones de hábitos saludables. Que aprenda a esforzarse y a mejorar en función del ritmo exigido.	
<b>FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR</b>			
<b>CRITERIO/S DE EVALUACIÓN</b>		<b>COMPETENCIAS</b>	
<b>Código:</b> SEFI01C01 SEFI01C03	<b>Descripción:</b> 1. Incrementar las capacidades físicas y coordinativas básicas, previa valoración del nivel inicial, utilizando los valores de la frecuencia cardíaca como indicadores para la dosificación y control del esfuerzo y adoptando hábitos higiénicos, alimentarios y posturales asociados a una actividad física segura y saludable. 3. Realizar la activación y la vuelta a la calma de manera autónoma.	AA, CSC, SIEE, CL Y CMCT	
<b>CONTENIDOS</b>		<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES</b>	
4. Estructura y funcionalidad del cuerpo. Función del aparato locomotor y sistema cardiovascular en la actividad física. Práctica de actividades físico-motrices para su desarrollo, mantenimiento y comprensión. 7. Fortalecimiento de la musculatura de sostén. Práctica de ejercicios de movilidad articular, tonificación muscular y relajación. 9. Actitud de autoexigencia y autoconfianza en la realización de actividades físico-motrices. Adecuación del esfuerzo y ritmo respiratorio a cada situación. 10. Uso correcto de espacios, materiales e indumentaria. 1. Activación general y vuelta a la calma. Concepto y fases. Aplicación y valoración como hábitos saludables al inicio y final de una actividad físico- motriz.		14. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. 21. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 22. Aplica los fundamentos de la higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. 23. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. 24. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.	
<b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b> ,Enseñanza directa (EDIR ) y simulación (SIM)			
<b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b> Se realizará mediante el método expositivo: se le dará al alumnado la explicación y las indicaciones necesarias para llevar las tareas a cabo.			

<b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b>	<b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b> AA: inherente a educación física, por ser consciente de sus capacidad y límites. CSC: mediante las interacciones sociales que se llevan a cabo en las actividades aceptando las diferencias, posibilidades y limitaciones propias y ajenas. SIEE: mediante la toma de decisiones durante la ejecución de distintas tareas motrices así como la autosuperación y perseverancia. CL: mediante los intercambios comunicativos y decodificación de mensajes provenientes de la motricidad. CMCT: a través de las trayectorias espaciales, así como orden y secuencia de acciones.
	<b>AGRUPAMIENTOS:</b> Trabajo individual (TIND), trabajo en parejas (TPAR), equipos móviles o flexibles (EMOV).
	<b>ESPACIOS:</b> Pista multideporte y pabellón.
	<b>RECURSOS:</b> 30 raquetas de bádminton, 15 volantes de badminton, 2 redes de bádminton, conos.

<b>N.º 7</b>		<b>TÍTULO: BALONCESTO</b>	
<b>Curso: 1º</b>	<b>Periodo de implementación:</b> de la semana nº 21 a la 25	<b>Nº de sesiones: 9</b>	<b>Trimestre: 2º</b>
<b>Descripción:</b> Se van a aprender las normas y movimientos básicos del baloncesto. Se va a trabajar también la activación al inicio y la vuelta a la calma como parte fundamental de una sesión de actividad física. Se llevará a cabo mediante el desarrollo de ejercicios relacionados con el baloncesto, situaciones analíticas al principio, que poco a poco se irán dificultando hasta llegar a la situación de partido donde se pondrá en práctica todo lo aprendido. El objetivo es que el alumnado trabaje distintas situaciones psicomotrices para mejorar su competencia motriz, así como reglas y pensamiento crítico.		<b>Justificación:</b> Es fundamental el implemento de diferentes situaciones motrices para que el alumnado pueda ir enriqueciéndose de las mismas en su desarrollo motriz. Durante el trabajo de esta UD buscamos la puesta en práctica de técnicas y habilidades siguiendo unas normas, se trabaja la autoevaluación para la mejora, así como la adecuación del ritmo en función del nivel exigido.	
<b>FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR</b>			
<b>CRITERIO/S DE EVALUACIÓN</b>		<b>COMPETENCIAS</b>	
<b>Código:</b> SEFI01C02 SEFI01C03	<b>Descripción:</b> 2. Aplicar las habilidades motrices a la resolución de distintos problemas motores en distintos entornos y en situaciones motrices individuales y colectivas, aceptando el nivel alcanzado y utilizando los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo y la motricidad, con especial atención a las prácticas motrices, rítmicas y expresivas tradicionales de Canarias, valorándolas como situaciones motrices con arraigo cultural. 3. Realizar la activación y la vuelta a la calma de manera autónoma.	AA, CL, CMCT, CSC y SIEE	
<b>CONTENIDOS</b>		<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES</b>	
<p>1. El deporte como fenómeno sociocultural. Su tratamiento y comprensión desde la práctica en diferentes situaciones psicomotrices y sociomotrices.</p> <p>3. Realización de tareas físico-motrices dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos, reglamentarios y estratégicos de algún deporte psicomotriz.</p> <p>5. Realización de juegos motores y tareas físico-motrices grupales modificadas, regladas o adaptadas para el aprendizaje de los aspectos comunes a los deportes sociomotrices.</p> <p>1. Activación general y vuelta a la calma. Concepto y fases. Aplicación y valoración como hábitos saludables al inicio y final de una actividad físico- motriz.</p>		<p>1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</p> <p>24. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p>	

<b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b>	<b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b> Expositivo (EXPO), enseñanza directa (EDIR), simulación (SIM) y juego de roles (JROL).
	<b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b> Se realizará mediante el método expositivo: se le dará al alumnado la explicación y las indicaciones necesarias para llevar las tareas a cabo.
	<b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b> AA: inherente a educación física, por ser consciente de sus capacidad y límites. CL: mediante los intercambios comunicativos que se llevan a cabo en las actividades CMCT: mediante el orden y secuencia de acciones, dimensiones y trayectorias espaciales. CSC: a través de las interacciones sociales que se reproducen en las actividades, aceptación de normas, diferencias y posibilidades propias y ajenas. SIEE: mediante la toma de decisiones, ejecución y organización de distintas tareas motrices. Además la superación y perseverancia.
	<b>AGRUPAMIENTOS:</b> Trabajo individual (TIND), trabajo en parejas (TPAR), equipos móviles o flexibles (EMOV).
	<b>ESPACIOS:</b> Pista multideporte y pabellón.
	<b>RECURSOS:</b> 15 pelotas de baloncesto, 4/6 canastas, conos, aros y petos.

<b>N.º 8</b>		<b>TÍTULO: VOLEY</b>	
<b>Curso: 1º</b>	<b>Periodo de implementación:</b> de la semana nº 25 a la 29	<b>Nº de sesiones: 9</b>	<b>Trimestre: 2º</b>
<b>Descripción:</b> En esta UD vamos a continuar con la dinámica anterior en cuanto a la aplicación de las fases de una práctica deportiva pero cambiando completamente la situación motriz. El alumnado va a aprender las fases del juego, así como la aplicación de mecanismos de percepción, decisión y ejecución durante la práctica. Se va a llevar a cabo mediante la puesta en práctica de ejercicios más analíticos al principio para la familiarización con el deporte y se irá incrementando la dificultad hasta llegar a la situación de partido. El objetivo final es que el alumnado valore sus habilidades motrices y sea capaz de ejecutarlas en diferentes situaciones siguiendo unas normas. También que sea capaz de realizar un calentamiento orientado a la práctica deportiva que va a realizar así como la vuelta a la calma.		<b>Justificación:</b> Se busca que el alumnado aplique los fundamentos básicos de la técnica del deporte, y que realice una autoevaluación que le permita mejorar con la práctica continua. También es importante el pensamiento crítico para evaluar las partes del cuerpo implicadas y qué calentamiento/vuelta a la calma debe realizar para ello.	
<b>FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR</b>			
<b>CRITERIO/S DE EVALUACIÓN</b>		<b>COMPETENCIAS</b>	
<b>Código:</b> SEFI01C02 SEFI01C03	<b>Descripción:</b> 2. Aplicar las habilidades motrices a la resolución de distintos problemas motores en distintos entornos y en situaciones motrices individuales y colectivas, aceptando el nivel alcanzado y utilizando los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo y la motricidad, con especial atención a las prácticas motrices, rítmicas y expresivas tradicionales de Canarias, valorándolas como situaciones motrices con arraigo cultural. 3. Realizar la activación y la vuelta a la calma de manera autónoma.	AA, CL, CMCT, CSC Y SIEE	
<b>CONTENIDOS</b>		<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES</b>	
2. Las fases del juego en los deportes sociomotrices: práctica, conceptos y objetivos.		1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	

<p>4. Aplicación de mecanismos de percepción, decisión y ejecución para el desarrollo de habilidades motrices vinculadas a situaciones lúdicas deportivas.</p> <p>5. Realización de juegos motores y tareas físico-motrices grupales modificadas, regladas o adaptadas para el aprendizaje de los aspectos comunes a los deportes sociomotrices.</p> <p>1. Activación general y vuelta a la calma. Concepto y fases. Aplicación y valoración como hábitos saludables al inicio y final de una actividad físico- motriz.</p>	<p>2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto-exigencia y superación.</p> <p>25. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p>
<p><b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b></p>	<p><b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b> Expositivo (EXPO), enseñanza directa (EDIR) y simulación (SIM)</p>
	<p><b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b> Se realizará mediante el método expositivo: se le dará al alumnado la explicación y las indicaciones necesarias para llevar las tareas a cabo.</p>
	<p><b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b> AA: inherente a educación física, por ser consciente de sus capacidad y límites. CL: mediante los intercambios comunicativos que se llevan a cabo en las actividades CMCT: mediante el orden y secuencia de acciones, dimensiones y trayectorias espaciales. CSC: a través de las interacciones sociales que se reproducen en las actividades, aceptación de normas, diferencias y posibilidades propias y ajenas. SIEE: mediante la toma de decisiones, ejecución y organización de distintas tareas motrices. Además la superación y perseverancia.</p>
	<p><b>AGRUPAMIENTOS:</b> Trabajo individual (TIND), trabajo en parejas (TPAR), equipos móviles o flexibles (EMOV) gran grupo (GGRU).</p>
	<p><b>ESPACIOS:</b> Pista multideporte y pabellón.</p> <p><b>RECURSOS:</b> 15 pelotas de voley, 1 red de voley, conos, aros y petos.</p>

<p><b>N.º 9</b></p>		<p><b>TÍTULO: GIMNASIA RÍTMICA CUERDA Y ARO</b></p>		
<p><b>Curso:</b> 1º</p>	<p><b>Periodo de implementación:</b> de la semana nº 31 a la 33</p>	<p><b>Nº de sesiones:</b> 6</p>	<p><b>Trimestre:</b> 3º</p>	
<p><b>Descripción:</b> A lo largo de esta UD el alumnado aprenderá a manejar diferentes objetos. Se le exigirá que sepa hacerlo siguiendo un ritmo y acompañado con la expresión corporal. También se le pedirá que sea capaz de implementar un calentamiento y una vuelta a la calma adecuada para ello. Se llevará a cabo siguiendo la dinámica de la gimnasia rítmica: los aparatos elegidos para este alumnado serán la cuerda y el aro. Con ellos se llevará a cabo la ejecución de ciertos elementos para desarrollar lo propuesto. El objetivo es que los estudiantes mejoren su coordinación, ritmo y esquema corporal y sean capaces de mejorar su motricidad en general.</p>		<p><b>Justificación:</b> Con esta UD se pretende que el alumnado desarrolle su creatividad, ponga en práctica movimientos siguiendo un ritmo y con la dificultad añadida de manejar un objeto que debe aprender a mover correctamente. Esto es importante ya que ayuda en el desarrollo del esquema corporal y la coordinación, imprescindibles para la mejora de la competencia motriz</p>		
<p><b>FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR</b></p>				
<p><b>CRITERIO/S DE EVALUACIÓN</b></p>			<p><b>COMPETENCIAS</b></p>	
<p><b>Código:</b> SEFI01C02 SEFI01C03</p>	<p><b>Descripción:</b> 2. Aplicar las habilidades motrices a la resolución de distintos problemas motores en distintos entornos y en situaciones motrices individuales y colectivas, aceptando el nivel alcanzado y utilizando los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo y la motricidad, con especial atención a las prácticas motrices, rítmicas y expresivas tradicionales de Canarias, valorándolas como situaciones motrices con arraigo cultural.</p>		<p>AA, CEC, CL, CMCT y SIEE</p>	

3. Realizar la activación y la vuelta a la calma de manera autónoma.			
<b>CONTENIDOS</b>		<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES</b>	
10. Realización de actividades expresivas orientadas a favorecer una dinámica positiva del grupo. 11. Práctica de actividades en las que se combinan distintos tipos de ritmos y el manejo de objetos. 1. Activación general y vuelta a la calma. Concepto y fases. Aplicación y valoración como hábitos saludables al inicio y final de una actividad físico-motriz.		6. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 7. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 9. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. 25. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.	
<b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b>	<b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b> Expositivo (EXPO), enseñanza directa (EDIR), juego de roles (JROL) y simulación (SIM)		
	<b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b> Se realizará mediante el método expositivo: se le dará al alumnado la explicación y las indicaciones necesarias para llevar las tareas a cabo.		
	<b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b> AA: inherente a educación física, por ser consciente de sus capacidades y límites. CEC: mediante la comunicación creativa de ideas, exploración y utilización de posibilidades y recursos del cuerpo. CL: a través de la decodificación de mensajes provenientes de la motricidad. CMCT: mediante orden y secuencia de acciones y trayectorias espaciales. SIEE: a través de la toma de decisiones, ejecución y organización de diferentes tareas motrices y desarrollo de la creatividad. Auto-superación y perseverancia.		
	<b>AGRUPAMIENTOS:</b> Trabajo individual (TIND), trabajo en parejas (TPAR), equipos móviles o flexibles (EMOV) gran grupo (GGRU).		
	<b>ESPACIOS:</b> Pista multideporte		
	<b>RECURSOS:</b> 15 aros, 15 combas, 1 comba grande.		

<b>N.º 10</b>	<b>TÍTULO: JUEGOS TRADICIONALES: LA PINA</b>		
<b>Curso: 1º</b>	<b>Periodo de implementación:</b> de la semana nº 34 a la 35	<b>Nº de sesiones: 3</b>	<b>Trimestre: 3º</b>
<b>Descripción:</b> En esta UD se trabajarán las habilidades motrices implicadas en los juegos y deportes tradicionales de Canarias. Se aprenderá el origen e identificación del deporte tradicional de La Pina, y se pondrá en práctica la crítica ante comportamientos antisociales, así como las actitudes de respeto de las normas de conservación del entorno habitual. Todo ello se va a aprender a través del deporte tradicional de la Pina. Esta UD se va a desarrollar la identificación y práctica de un deporte tradicional de Canarias, así como la aceptación de normas y crítica ante comportamientos antisociales.		<b>Justificación:</b> Esta UD se ha propuesto siguiendo la normativa en la que se demanda la práctica relacionada con situaciones motrices con arraigo cultural de Canarias. Se ha considerado La Pina como deporte a desarrollar debido a la sencillez del juego y la aplicación posterior a deportes actuales como puede ser el Floorball o Hockey. A través de este deporte se busca la implicación de la autoevaluación motriz, el trabajo en equipo en situaciones de cooperación, así como la práctica deportiva como práctica habitual para mejorar su calidad de vida.	
<b>FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR</b>			
<b>CRITERIO/S DE EVALUACIÓN</b>		<b>COMPETENCIAS</b>	
<b>Código:</b> SEFI01C02 SEFI01C04	<b>Descripción:</b> 2. Aplicar las habilidades motrices a la resolución de distintos problemas motores en distintos entornos y en situaciones motrices individuales y colectivas, aceptando el nivel alcanzado y utilizando los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo y la motricidad, con especial atención a las prácticas motrices, rítmicas y expresivas tradicionales de Canarias, valorándolas como situaciones motrices con arraigo cultural.	AA, CL, CMCT, CEC y SIEE	

	4. Mostrar tolerancia y deportividad en las actividades físico-motrices y artístico-expresivas, aceptando las reglas y normas establecidas, considerando la competición y la cooperación como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo y valorándolas como formas de recreación y de ocupación saludable del tiempo libre.	
<b>CONTENIDOS</b>		<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES</b>
6. Práctica de los juegos y deportes tradicionales de Canarias, aplicando las habilidades motrices implicadas en su realización. 12. Identificación, origen y práctica de los principales juegos y bailes de Canarias. 8. Actitud reflexiva y crítica ante los comportamientos antisociales relacionados con la práctica deportiva 9. Aceptación y respeto de las normas de conservación del entorno habitual y del medio natural en la práctica físico-motriz.		2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. 3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. 4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. 28. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. 29. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. 35. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.
<b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b>	<b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b> Expositivo (EXPO), enseñanza directa (EDIR) y juego de roles (JROL).	
	<b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b> Se realizará mediante el método expositivo: se le dará al alumnado la explicación y las indicaciones necesarias para llevar las tareas a cabo.	
	<b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b> AA: inherente a educación física, por ser consciente de sus capacidad y límites. CL: mediante los intercambios comunicativos, respeto en el uso de las normas. CMCT: a través del cálculo de trayectorias espaciales. CEC: mediante las manifestaciones sociales de la motricidad, destacando aquellas de Canarias. SIEE: a través de la toma de decisiones, ejecución y organización de distintas tareas motrices.	
	<b>AGRUPAMIENTOS:</b> trabajo individual (TIND), trabajo en parejas (TPAR), equipos móviles o flexibles (EMOV)	
	<b>ESPACIOS:</b> Pista multideporte y pabellón.	
	<b>RECURSOS:</b> 30 picas, pelotas de floorball, conos y petos.	

<b>N.º 11</b>	<b>TÍTULO: EXPRESIÓN CORPORAL</b>		
<b>Curso:</b> 1º	<b>Periodo de implementación:</b> de la semana nº 36 a la39	<b>Nº de sesiones:</b> 6	<b>Trimestre:</b> 3º
<b>Descripción:</b> En esta UD se busca que el alumno aprenda conciencia corporal y cómo aplicarla mediante el espacio-tiempo combinando ritmo y el uso de objetos. También se pretende que el alumnado identifique y practique bailes de Canarias. Durante la realización de esta UD el alumnado aprenderá a tener actitud crítica ante los estereotipos así como una disposición favorable a la desinhibición y respeto a este tipo de actividades.		<b>Justificación:</b> El contexto seleccionado se fundamenta en que la expresión corporal es muy personal y cada estudiante debe ir descubriendo por medio de la práctica cómo realizar determinados movimientos para lograr el mismo fin: la expresión corporal para comunicar. Se ha elegido una serie de actividades relacionadas con el juego y el reto para motivar al alumnado, así como la participación en grupos pequeños para reforzar la confianza a la hora de estar ante un	

<p>El alumno va a tener en cuenta unas directrices y va a experimentar con el movimiento para lograr un objetivo. Durante la UD el alumno realizará bailes, representaciones y evaluaciones para desarrollar este potencial. La finalidad es que el alumno obtenga unas técnicas corporales, que desarrolle la creatividad y la improvisación, que sea capaz de ajustarse a un ritmo y trabaje con objetos. Además de analizar el entorno para determinar qué actividades pueden ser adecuadas y cuáles un elemento de riesgo.</p>		<p>público. Además la participación como jueces les permite conocer cuál es la finalidad que hay detrás de los ejercicios propuestos y darle valor a lo que están aprendiendo.</p>
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR		
CRITERIO/S DE EVALUACIÓN		COMPETENCIAS
<p><b>Código:</b> SEFI01C02 SEFI01C04</p>	<p><b>Descripción:</b> 2. Aplicar las habilidades motrices a la resolución de distintos problemas motores en distintos entornos y en situaciones motrices individuales y colectivas, aceptando el nivel alcanzado y utilizando los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo y la motricidad, con especial atención a las prácticas motrices, rítmicas y expresivas tradicionales de Canarias, valorándolas como situaciones motrices con arraigo cultural. 4. Mostrar tolerancia y deportividad en las actividades físico-motrices y artístico-expresivas, aceptando las reglas y normas establecidas, considerando la competición y la cooperación como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo y valorándolas como formas de recreación y de ocupación saludable del tiempo libre.</p>	<p>AA, CEC, SIEE, CSC y CL.</p>
CONTENIDOS		ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES
<p>9. El cuerpo expresivo: postura, gesto y movimiento. Aplicación de la consciencia corporal, el espacio, el tiempo y el uso de objetos a las actividades expresivas. 11. Práctica de actividades en las que se combinan distintos tipos de ritmos y el manejo de objetos. 12. Identificación, origen y práctica de los principales juegos y bailes de Canarias. 1. Actitud crítica ante los estereotipos sociales relacionados con el cuerpo y actitud responsable hacia prácticas nocivas para la salud individual y colectiva. 10. Disposición favorable a la desinhibición y respeto hacia la realización de actividades de expresión corporal y baile.</p>		<p>6. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 7. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 8. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. 9. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. 30. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. 33. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p>
<p><b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b></p>	<p><b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b> Juego de roles (JROL), Enseñanza directa (EDIR), Simulación (SIM). En algunas tareas será necesario el Memorístico (MEM)</p>	
	<p><b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b> Se realizará mediante mando directo. Se le dará al alumnado la explicación y las indicaciones necesarias para llevar las tareas a cabo y se les dejará cierta libertad para que exploren la mejor manera de expresar para llegar al objetivo de comunicación. Se emplea la gamificación para hacer las primeras sesiones más lúdicas.</p>	
	<p><b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b> AA: inherente a educación física, por ser consciente de sus capacidad y límites CEC: mediante la comunicación creativa de ideas, sentimientos, emociones y vivencias por medio del movimiento del cuerpo. SIEE: a través del desarrollo de la creatividad. CSC: mediante las interacciones sociales, promoción igualdad de oportunidades CL: a través de los intercambios comunicativos y decodificación de mensajes provenientes de la motricidad.</p>	
	<p><b>AGRUPAMIENTOS:</b> trabajo individual (TIND), pequeños grupos (PGRU), grupos fijos (GFIJ). Se comenzará en las primeras sesiones haciendo un trabajo individual explorando a través de unas directrices iniciales y se continuará en grupos para reforzar la confianza.</p>	
	<p><b>ESPACIOS:</b></p>	

	Las sesiones se llevarán a cabo en el gimnasio, para poder contar con un entorno tranquilo, íntimo, donde poder poner música y realizar la interpretación sin ruidos molestos de fondo ni alumnado o gente que pueda pasar y ver a los alumnos para que no les de vergüenza.
	<b>RECURSOS:</b> Materiales: se requerirá de un equipo de música al que conectar el móvil para poner música, material variado para caracterización de personajes que se traerán los alumnos de casa. También se puede utilizar aquello que haya en el almacén y pueda servirles para improvisar.

## 4. Metodología

### 4.1. Principios metodológicos

Para desarrollar esta programación se han tenido en cuenta las orientaciones metodológicas y estrategias didácticas redactadas en el Decreto 83/2016: “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. El grado de apertura de estas estrategias marcará su orientación hacia la instrucción, la participación y la emancipación en función del objetivo, su dificultad, el momento o la situación de enseñanza en que se encuentre, así como las variables de organización de las actividades, recursos y agrupamientos”.

A lo largo de esta programación encontramos Unidades Didácticas enraizadas en una metodología activa y participativa en la que el estudiante es el verdadero protagonista. El docente interactúa como un guía en el proceso de aprendizaje, y proporciona al alumnado herramientas para gestionar la información. El contexto será dinámico y flexible en la medida de lo posible así como el carácter práctico que tendrán los contenidos que se redactan en esta programación. No obstante, este contexto puede sufrir cambios en algún aspecto o se pueden establecer ayudas puntuales para facilitar la participación activa de todo el grupo, sobre todo de aquellos alumnos que presenten mayores dificultades. Pues así se indica en el RD 1105/2014 para instaurar el principio de inclusión como modelo educativo, reemplazando al integrador que estaba establecido previamente. De esta forma el entorno ofrecerá situaciones motrices que estimularán el desarrollo cognitivo del alumnado cuando tengan que plantear estrategias para superar a un adversario, o ponerse de acuerdo para trabajar en equipo; así como el desarrollo motriz cuando se enseñen gestos técnicos y el alumnado trate de aprenderlos y perfeccionarlos, al trabajar con su cuerpo y aprender sus límites y cómo mejorarlos.

Además de lo descrito anteriormente, la selección de actividades, así como la secuenciación de las mismas se ha concebido siguiendo los principios desarrollados por Merrill para las metodologías activas y se han organizado teniendo en cuenta la Taxonomía de Bloom y las investigaciones de Gardner para las inteligencias múltiples:

1. Conocimiento Previo: considerar siempre lo que los alumnos conocen y saben hacer previamente a realizar las tareas para poder tener un nivel adecuado que vaya a estimular su capacidad de aprendizaje sin pasar por encima de sus posibilidades.
2. Inteligencias Múltiples: tener en cuenta las capacidades del alumnado y fomentar la adquisición de información mediante los diferentes canales.
3. Aplicación práctica: fundamental para que el alumnado entienda qué está haciendo y pueda trasladarlo a su vida. Trabajar la reflexión en las actividades para la resolución de problemas.
4. Aprendizaje Significativo: considerando la multidisciplinariedad durante el proceso de aprendizaje. Identificar las habilidades de adquisición de conocimientos que ocurren en el aula y motivar al alumnado a través de ellas.
5. Integración: valorar las características del alumnado y adaptar o facilitar la realización de tareas. Fomentar el respeto y el apoyo entre compañeros como parte fundamental del proceso integrador.

El objetivo de estos principios es crear una base sólida sobre la que se han construido las UD, desarrollando las actividades con una coherencia y cohesión común y adheridas al marco normativo que actualmente avala la Enseñanza Secundaria Obligatoria.

## **4.2. Estrategias**

Siguiendo con el ideario del centro, el PEC y teniendo en cuenta lo registrado el año anterior en la Memoria Anual (MA) a lo largo de la programación se establecen diferentes estilos, estrategias y técnicas de enseñanza. Para la elaboración de las UD se ha hecho una distribución previa de los Criterios de Evaluación, aunque más abajo se explica en detalle voy a esclarecer brevemente cuál ha sido mi intención. Al encontrarnos con alumnos de primero de la ESO es preciso tener en cuenta el cambio que supone el paso a una nueva etapa educativa, de manera que he considerado que era necesario desarrollar las actividades de manera que se tuviera en cuenta una progresión. Es por ello que las primeras unidades didácticas están más orientadas al conocimiento básico de la salud, y trabajar en la deportividad y unas reglas, mientras que la segunda parte del curso está más enfocada a una parte más técnica de la actividad física. Es necesario explicar esto porque influye directamente en los modelos, las estrategias y técnicas propuestas.

- Método Expositivo: es el método utilizado por excelencia, y en esta programación lo vamos a ver en diferentes versiones. En las primeras unidades, como pueden ser Salud, Tchoukball o Béisbol, se emplea el método expositivo narrativo con la técnica de exposición oral, ya que fundamentalmente se busca explicar unas reglas básicas que acompañan a los ejercicios simples que hay que realizar. Sin embargo en la UD de Entrenamiento Funcional, Baloncesto o Voley ya se requiere una explicación más técnica, para la cual es imprescindible una demostración y se llevará a cabo mediante un tutorial o role-playing para aprender a realizarlo.
- En algunas UD también nos ayudaremos del Método por Elaboración Interrogativo de Preguntas Socráticas, concretamente en el de Salud y en el de Entrenamiento Funcional, para fomentar el pensamiento crítico en los alumnos.

Acompañando a estos métodos, se emplearán una serie de modelos de enseñanza en función de las UD:

- Modelo de Procesamiento de la Información: este modelo está presente en la mayoría de las unidades didácticas. Es muy importante en la UD de Orientación el carácter de Formación de Conceptos, ya que es una unidad que contiene más teoría de lo habitual y es imperativo saber poner en práctica todo ello en la evaluación. Otro de los modelos que está muy presente es el Memorístico, imprescindible en UD como Gimnasia Rítmica o Expresión Corporal, donde hay que aprender una secuencia, trabajar en ella y posteriormente realizarla en el aula. Por último, destacar también el modelo Expositivo, presente en UD como Béisbol, Tchoukball o Entrenamiento Funcional.
- Modelo Social: fundamental en el desarrollo de la UD de expresión corporal, donde los alumnos experimentan con diferentes roles la comunicación a través del movimiento. También se experimenta con diferentes roles en aquellas UD donde hay oponentes y atacantes, como Tchoukball, Béisbol, Baloncesto y La Pina.
- Modelo Conductual: tiene lugar en aquellas unidades didácticas en las que para facilitar el entendimiento de la dinámica en las actividades se realiza una Simulación previa a la actividad real. Lo vemos sobre todo en las UD de Bádminton, Baloncesto, Voley y Gimnasia Rítmica.

Estas son, en líneas generales, las estrategias didácticas propuestas en esta programación que se han desarrollado en las tablas del punto anterior. Quiero enfatizar que el rumbo de las

mismas ha sido establecido siguiendo los principios de Merrill, así como la taxonomía de Bloom para la secuenciación.

### **4.3. Tipos de actividades**

En la asignatura de Educación Física se busca abordar aprendizajes más allá de las propias acciones motrices. Esto es porque el hecho de ejecutar una misma implica un proceso de pensamiento y razonamiento crítico que se debe fomentar poniendo a prueba las capacidades del alumno. Se debe tener en cuenta el objetivo buscado para seleccionar la situación o situaciones motrices adecuadas, teniendo en cuenta que en el último momento siempre se puedan hacer variaciones porque el resultado varíe a lo que en un principio se había planificado. A lo largo de esta planificación vamos a encontrar la siguientes situaciones motrices:

- De cooperación, con o sin oposición: en ellas se busca lograr un objetivo común. Se deben tener en cuenta las capacidades del equipo, las debilidades y fortalezas, para ajustarlas según la necesidad. Algunas características que se trabajan en esta situaciones es la lectura de la acción del contrario en caso de oponente, así como de los compañeros, el trabajo en grupo para elaborar estrategias colectivas, previsión y estructuración espacio-temporal. Además estas situaciones abordan el tema de las relaciones interpersonales, muy importante en nuestro día a día. Se trabaja bajo una normativa que se debe tener presente en todo momento.
- Individuales: en este caso el propósito está más centrado en el perfeccionamiento de la acción motriz. La lectura del entorno, la gestión de riesgo, la autoevaluación, la gestión de las capacidades para realizar un gesto motor. Favorecen el desarrollo del esquema corporal.
- Oposición: en estas situaciones es muy importante la atención para interpretar correctamente la acción del contrario y poder anticiparse a la misma así como la selección adecuada de acción para contrarrestar la misma. En este tipo de actividades buscaremos que el alumno preste importancia a la ejecución, previsión y atención, bajo un marco normativo preestablecido.
- Adaptación al entorno : este tipo de situaciones son muy interesantes porque genera múltiples aprendizajes de índole muy distinta en el alumnado. Como el medio no siempre es el mismo genera incertidumbre y los jóvenes van a tener que interpretar

el entorno, gestionar su conducta y la intensidad de sus esfuerzos y priorizar la seguridad a lo largo de la actividad. Es todo un reto para los estudiantes, a veces incluso incluyen cierta carga emocional que también deberán aprender a manejar, facilitando la conexión con otras áreas de conocimiento, y profundizando en valores como la conservación del medio natural.

- Expresión Artística: con estas situaciones se busca el uso del movimiento del cuerpo y la imaginación para expresar. En estas actividades el alumnado trabajará la desinhibición, el control motor, el ritmo, el uso del espacio... Se pone en funcionamiento un proceso de comunicación del movimiento similar al que se utiliza cuando se realiza una traducción entre dos idiomas.

En cuanto a la selección de los criterios, a lo largo de la programación se ha intentado coordinar el objetivo de la actividad con lo dictado en el criterio, organizando las mismas con concordancia. Generalmente se pueden relacionar las unidades didácticas más enfocadas a la mejora de las capacidades físicas con el criterio número 1 y suelen ser actividades más individuales. Es el caso de otras unidades didácticas en las que se trabaja este mismo criterio, más enfocado a la concienciación de la salud y adquisición de hábitos saludables donde se llevan a cabo actividades de oposición y cooperación puesto que también se trabaja el criterio número 4 y se busca desarrollar actitudes de tolerancia, deportividad, relaciones interpersonales...

Si se observa con detenimiento la programación, se puede ver que el criterio número 2 está fundamentalmente desarrollado en la parte media-final del curso. Esto se debe a que en esta edad se busca mayor repercusión en la forma social en la que interviene la actividad física en la vida de los jóvenes más que en la correcta realización de un gesto técnico. En las primeras fases del curso se pretende que el alumnado se meta en la dinámica de una sesión de educación física, que se familiaricen con unos objetivos más ambiciosos, sin tener en cuenta tanto la técnica como la evolución de actitudes, procesos de pensamiento, etc. Una vez superada esta fase, se pretende subir el nivel y retar a los estudiantes a realizar tareas con mayor dificultad. Es por ello que también se introduce el criterio número 3 por estas fechas, donde se busca que el alumnado identifique las partes de una sesión.

Finalmente, para introducir el criterio número 5 se ha buscado una actividad en la que el entorno sea real y aplicable a la vida diaria.

#### **4.4. Agrupamientos**

A lo largo del curso se llevan básicamente 4 tipos de agrupamiento, en función del objetivo de la actividad que se lleva a cabo.

En primer lugar Trabajo Individual: generalmente este agrupamiento se propone cuando se busca que el alumnado aprenda o perfeccione un gesto o acción motriz. Suele darse al inicio de las unidades didácticas.

En segundo lugar el trabajo en Parejas: este tipo de agrupamiento busca la interacción entre los estudiantes. Que haya una coevaluación entre compañeros, que se trabaje la lectura de acción motriz, trabajo con adversario, trayectorias, estructuración espacio-temporal o la simplificación de acciones,

Por último el trabajo en pequeños grupos, donde se pretende buscar una situación similar a la del juego real, simplificar la misma según el número de participantes, la interacción entre compañeros, el trabajo en equipo o el respeto de normas entre otros. Por ejemplo, en la UD de Baloncesto, cuando trabajemos la defensa o el ataque, se hará en pequeños grupos donde habrá menos atacantes y menos oponentes para que el alumnado pueda centrarse en la técnica del ejercicio.

#### **4.5. Actividades complementarias**

Siguiendo la Orden de 15 de enero de 2001, a lo largo del curso se proponen varias actividades complementarias, siguiendo la dinámica de las UD para la optimizar el desarrollo de las competencias en la materia.

- Salida de Orientación: a principios de diciembre, coincidiendo con el final de esta UD, se llevará a cabo una salida a la montaña. La actividad consistirá en una carrera de orientación en la que el alumnado deberá servirse de los conocimientos teóricos practicados en el centro y por grupos fijos, trabajar en equipo para encontrar las balizas, fichar y terminar el recorrido en un período de tiempo concreto.
- Día de Canarias: aprovechando el festivo local, en el centro se trabaja durante el mes de mayo el juego tradicional de La Pina. El día lectivo previo a la festividad se realizan actividades lúdicas en relación a la cultura canaria y se propone que el curso de primero de la ESO lleve a cabo un torneo entre las dos clases del juego mencionado.

De esta forma se motiva al alumnado a trabajar en las sesiones previas y a mejorar en esta UD.

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

Como ya se ha comentado en apartados anteriores, el centro para el que se realiza esta programación cuenta con 2 gimnasios y una pista multideporte. La mayor parte de las sesiones se realizarán en dichas instalaciones. No obstante se cuenta con que a lo largo del curso escolar se lleven a cabo actividades complementarias, pudiendo cambiar el entorno de desarrollo para estas sesiones.

En cuanto a la configuración del aula, se fomentará la interacción entre el alumnado y la participación y colaboración. Este modelo se relaciona estrechamente con los agrupamientos y tipo de actividades descritas previamente

Para explicar el modelo de temporalización es necesario recordar las Unidades de Programación que componen este documento:

- |                            |                                   |
|----------------------------|-----------------------------------|
| 1. Salud                   | 7. Baloncesto                     |
| 2. Tchoukball              | 8. Voley                          |
| 3. Béisbol                 | 9. Gimnasia Rítmica               |
| 4. Orientación             | 10. Juegos Tradicionales: La Pina |
| 5. Entrenamiento Funcional | 11. Expresión Corporal            |
| 6. Bádminton               |                                   |

Se llevarán a cabo del siguiente modo: 4 durante la primera evaluación, 3 durante la segunda y otras 3 durante la tercera. Además, la unidad didáctica nº 1 que se desarrollará en los 3 trimestres del curso. Esto se ha propuesto así pensando en las múltiples aplicaciones que ofrecen los contenidos que se trabajan en la misma, y de esta forma el alumnado puede conocer y experimentar en diferentes situaciones.

Figura 1: planificación de UD

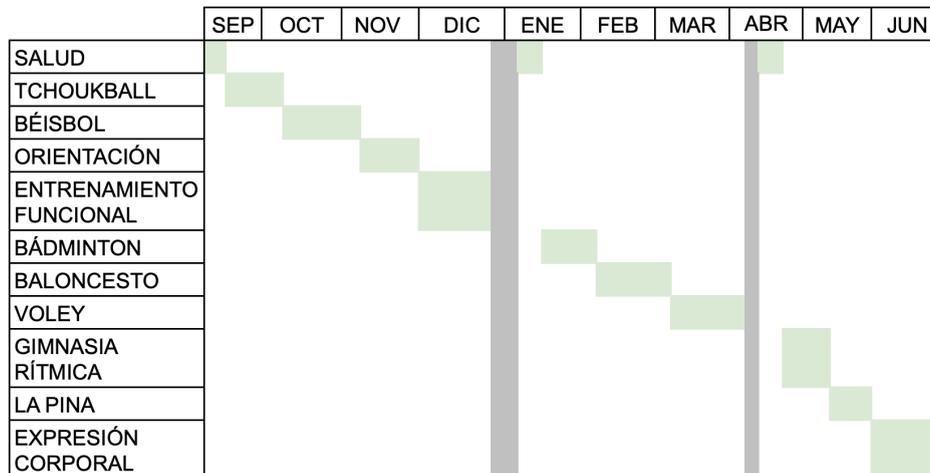


Diagrama de Gantt

#### 4.7. Materiales y recursos didácticos

Descripción de todos los materiales y recursos didácticos previstos a utilizar en las unidades didácticas: material audiovisual, libros, programas informáticos, aplicaciones, equipamiento tecnológico, etc.

Recursos didácticos:

- Humanos o Personales: el profesor de educación física.
- Ambientales: pista multideporte y gimnasios, almacén, vestuarios.
- Materiales:
  - Instrumentales: balones de todo tipo (baloncesto, voley, balonmano, pelotas de goma, de tenis...), volantes de bádminton, palas de bádminton, red de voley, canastas, porterías, aros, combas, brújulas, conos, setos, sticks o picas, bates, aparato de música, disfraces, metro.
  - Impresos: mapa relieve del centro, mapa relieve del espacio donde se desarrolla la actividad complementaria de orientación.
  - Materiales informáticos: cronómetro, programa y ordenador donde lleven a cabo el trabajo de la UD de salud, pulsómetro y dispositivo para registrar la información del pulsómetro.

## **5. Atención a la diversidad**

### **5.1. Aspectos generales y normativa**

La primera normativa es básica su consulta y su nombramiento es la siguiente:

La Ley Orgánica de Educación (LOE) y, posteriormente La Ley Orgánica para la mejora de la calidad educativa (LOMCE) que establecen las bases de la educación, llaman a la inclusión y a la atención de la diversidad en los centros escolares: “La equidad, que garantice la igualdad de oportunidades para el pleno desarrollo de la personalidad a través de la educación, la inclusión educativa, la igualdad de derechos y oportunidades que ayuden a superar cualquier discriminación y la accesibilidad universal a la educación, y que actúe como elemento compensador de las desigualdades personales, culturales, económicas y sociales, con especial atención a las que se deriven de cualquier tipo de discapacidad.”

La Educación es un derecho fundamental, establecido en la Constitución Española y por lo tanto es imprescindible que esté garantizado para todas las personas siguiendo el principio de igualdad. De esta manera se debe considerar la atención a la diversidad un aspecto trascendental en el proceso educativo para garantizar el Derecho a la Educación sobre todo en aquellas personas que por distintas razones puedan encontrarse con dificultades al llevar a cabo el proceso mencionado. Así lo recoge el Decreto 25/2018: “La atención a la diversidad se establece como principio fundamental que debe regir toda la enseñanza básica, con el objetivo de proporcionar a todo el alumnado una educación de calidad, adecuada a sus características y necesidades. Una educación de calidad es aquella capaz de promover el éxito escolar y la excelencia en todo el alumnado, de acuerdo a sus potencialidades, desde un enfoque inclusivo y competencial.”

Resulta evidente que si se acepta que el alumnado presenta diferentes necesidades educativas en el aula debido a la existencia de diversidad, deberían ser los centros escolares los que se encargaran de dar la respuesta apropiada. La Orden de 12 de diciembre de 2010 establece que:

“(…) corresponde a las Administraciones educativas asegurar los recursos necesarios para que los alumnos y alumnas que requieran una atención educativa

diferente a la ordinaria, por presentar necesidades específicas de apoyo educativo, puedan alcanzar de ese modo el máximo desarrollo posible de sus capacidades personales y, en todo caso, los objetivos establecidos con carácter general para todo el alumnado.”

Se incluye también 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.

Finalmente añadir 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. Aunque no se vaya a aplicar en esta programación, es necesario tenerla en cuenta para el marco legal de la misma.

## **5.2. Medidas ordinarias**

Como ya se ha mencionado anteriormente, el alumnado para el que ha sido desarrollada esta programación está conformado por 30 estudiantes, siendo un poquito superior el número de chicas que de chicos. Aunque el grupo es bastante similar en cuanto a desarrollo intelectual, pues casi todos han estado juntos en primaria, hay un estudiante con necesidades específicas de apoyo educativo:

- Trastorno de Déficit de Atención sin Hiperactividad. El alumno presenta características del subtipo inatento. El alumno ha llevado un seguimiento psicopedagógico, diagnosticado y tratado por un experto, llevando a cabo las medidas farmacológicas necesarias. A nivel escolar se han aplicado las adaptaciones curriculares pertinentes en primaria y así se mantendrá en secundaria, observando de cerca la evolución del alumno. Entre los criterios de intervención considerados, se encuentra: ubicar al alumno junto al profesor durante la explicación de las tareas a desarrollar de las sesiones. El docente realizará una graduación de las mismas y al final de cada explicación repetirá un breve resumen basado en una secuencia de

acciones. Comprobar que ha entendido las normas y el objetivo de la actividad. En cuanto a los procedimientos e instrumentos de evaluación, siguiendo la Orden de 13 de Diciembre de 2010, se será flexible en la duración de la misma y además se dejará por escrito en un lado visible del aula lo que hay que hacer.

### **5.3. Medidas extraordinarias y otras medidas.**

Una vez estudiadas las características del alumnado que recibe nuestra programación queda claro que éste tiene un referente curricular acorde con sus compañeros y por lo tanto no precisa de medidas extraordinarias a lo largo de la programación.

## **6. Educación en valores, planes y programas**

Uno de los objetivos a los que debe responder una programación es la educación en valores. Así se establece en el artículo 20 Decreto 315/2015 de 28 de agosto, donde se expone la consecución de los siguientes fines en la Comunidad Autónoma de Canarias:

- La igualdad efectiva entre hombres y mujeres, en todos los aspectos, y el respeto a la diversidad afectivo sexual, eliminando los prejuicios, los estereotipos y los roles en función de su identidad de género u orientación sexual; la integración del saber de las mujeres y su contribución social e histórica al desarrollo de la humanidad; y la prevención de la violencia de género y el fomento de la coeducación.
- El desarrollo en el alumnado de hábitos y valores solidarios para ejercer una ciudadanía crítica que contribuya a la equidad y la eliminación de cualquier tipo de discriminación o desigualdad por razón de sexo, identidad de género, orientación afectiva y sexual, edad, religión, cultura, capacidad, etnia u origen, entre otras.
- El afianzamiento de la autoestima, el autoconocimiento, la gestión de las emociones y los hábitos de cuidado y salud corporales propios de un estilo de vida saludable en pro del desarrollo personal y social.
- El fomento de actitudes responsables de acción y cuidado del medio natural, social y cultural.

La educación de los valores como elementos transversales derivan en la consolidación de la madurez social y personal del individuo. Es por ello que a lo largo de esta programación, y

teniendo presentes los valores del centro, se ha contribuido en la medida de lo posible al fomento de aspectos directamente relacionados con lo mencionado en este apartado. En el desarrollo de las UD se implementan valores como el compañerismo, la igualdad, el respeto, el diálogo o el cuidado del medio ambiente.

### **6.1. Educación en valores desde la asignatura**

Desde la materia de educación física se va a contribuir al desarrollo de la educación en valores a través de la competencia motriz. Esto es debido a que el desarrollo de dicha competencia está directamente relacionada con alcanzar el estado de bienestar físico, emocional y social en un ambiente saludable. De esta manera se trabajarán valores los hábitos saludables como la práctica habitual de actividad física y valoración crítica de los hábitos sociales relacionados con la salud mediante la educación inclusiva. Se fomentará el respeto, la tolerancia e incluso la disciplina, la cooperación y la solidaridad a través de la convivencia, desarrollando los derechos y deberes del alumnado. Se impulsará el respeto de los derechos humanos, la igualdad de personas y la no discriminación entre otros, desde la promoción de las capacidades afectivas. Y no podemos olvidar de la valoración y respeto por los aspectos culturales impulsado por la creación artística en el deporte, o el fomento de la confianza en sí mismo, la participación e iniciativa personal o reconocimiento de responsabilidades.

### **6.2. Desarrollo de la comunicación lingüística**

La materia de educación física contribuye al desarrollo de la comunicación lingüística en múltiples formas. Teniendo en cuenta que la asignatura es enteramente práctica, en todas las sesiones se van a producir interacciones entre el alumnado de manera voluntaria o indirecta que conlleva un intercambio de información acompañado. Esta comunicación no tiene por qué ser específicamente verbal, también puede producirse mediante el lenguaje corporal. Este tipo de situaciones se van a producir sobre todo en tareas donde aparezca un adversario, ya que el alumnado deberá saber decodificar el mensaje que transmite la acción del oponente para poder anticiparse a ella. Así mismo ocurre también en ejercicios de trabajo en equipo. No obstante hay otras ocasiones en las que se pone en marcha el proceso de comunicación lingüística. Otras situaciones donde se puede reconocer dicho proceso es durante el uso de unas reglas, dando lugar al entendimiento de las mismas, en el uso del diálogo para la resolución de un conflicto o durante la ordenación de ideas y pensamiento

sobre la ejecución motriz que se va a llevar a cabo. La mayoría de estas situaciones se proponen a lo largo de esta programación didáctica: en las unidades de Tchoukball, Baloncesto, Voley o Bádminton donde se trabaja en equipo contra un adversario; en la unidad de Entrenamiento Funcional donde se requiere una ejecución motriz determinada; y en el resto de unidades, en las que por supuesto se trabaja bajo una normativa que los estudiantes deben asumir.

### **6.3. Integración de las TIC**

Hoy en día las TIC forman parte del entorno en el que vivimos y por lo tanto es imprescindible educar al alumnado en el uso correcto de las mismas. En la materia de educación física vamos a contribuir a ello utilizando unos dispositivos de medida de frecuencia cardíaca que se conectan a un dispositivo que controla el profesor donde recibe los datos recopilados por dicho dispositivo. Teniendo en cuenta que el alumnado al que va dirigida esta programación es el más joven de la E.S.O. considero importante que aprendan el funcionamiento de la tecnología que les pueda resultar más útil en los años venideros, para su desarrollo como persona y sus hábitos saludables. El empleo de las TIC de la forma propuesta fomenta el hábito de actividad deportiva, así como la comprensión y el objetivo de la misma y del uso de las TIC como medio de ayuda para mejorar.

### **6.4. Planes y programas del centro**

El centro para el que se ha desarrollado esta programación cuenta con varios programas a los que está adscrito:

- RED CANARIA-InnovAS. Dentro de esta red, el centro participa en varios ejes temáticos.

En primer lugar La Educación Ambiental y Sostenibilidad, donde participa la materia de educación física en la unidad didáctica de Orientación. Aprovechando la naturaleza que abarca la isla, en este programa se busca fomentar los valores de cuidado del planeta y las especies que habitan en él, el pensamiento crítico y reflexión acerca de la crisis climática o el reencuentro con la naturaleza entre otros.

Y en segundo lugar La Promoción de la Salud y la Educación Emocional. Este proyecto se abarca desde múltiples perspectivas, pues no solo busca mejorar los hábitos de vida para promocionar la salud, sino que también se preocupa por las condiciones

sociales, ambientales y económicas. Además se desarrollan habilidades relacionadas con la Educación Emocional, de forma que el alumnado adquiera herramientas para afrontar situaciones que puedan ser difíciles (estrés, agresividad...) y fomentar emociones positivas.

- Programas de Atención a la Diversidad. Este programa busca eliminar las barreras a la educación aplicando medidas tanto en el centro como en el aula que puedan responder a las necesidades del alumnado para lograr los objetivos de cada etapa. Estas acciones deben regirse por lo establecido según el principio de normalización, flexibilidad, prevención y atención, entre otros.

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

Sabiendo los planes a los que está asociado el centro, nos vamos a detener el programa de La Educación Ambiental y Sostenibilidad. Como se ha mencionado previamente, la materia de Educación Física contribuye en su programación al desarrollo de este programa. Desde la Unidad Didáctica de Orientación se pretende hacer una reflexión y concienciación de la crisis climática que hay actualmente, haciendo hincapié en aquellas acciones que podemos realizar de manera individual para contribuir al cuidado del ecosistema. A lo largo de la UD se tendrán en cuenta también los peligros y efectos de nuestros malos actos contra el planeta. Finalmente, el día de la evaluación, durante la salida de orientación, se colaborará haciendo una recogida de basura por el monte mediante la metodología de gamificación: se creará un contador de basura y el grupo que más basura recoja recibirá un premio.

## **7. Evaluación del aprendizaje del alumnado**

La evaluación de la Educación Secundaria Obligatoria está reglada por la Orden de 3 de septiembre de 2016: “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”

### **7.1. Procedimientos e instrumentos de evaluación**

Esta programación está configurada para llevar a cabo la evaluación de la siguiente manera:

- Evaluación inicial. Al ser estudiantes de primero de la ESO es el primer contacto que tendrá el docente con ellos. Es necesario realizar una evaluación previa al inicio del curso para ver con qué tipo de alumnado nos encontramos y su desarrollo motriz. Esto servirá también para poder adecuar las actividades de manera más precisa y realizar las adaptaciones pertinentes.
- Evaluación continua: este modelo de evaluación nos proporciona información acerca del proceso de aprendizaje que está teniendo lugar. Este feedback servirá para detectar puntos fuertes y débiles, cómo aprenden los estudiantes y aquello que les motiva o les resulta más tedioso. Se llevará a cabo durante todo el curso.
- Evaluación final: nos permite conocer la evolución general que ha tenido el alumno a lo largo del curso. Si ha logrado o no alcanzar los objetivos y si ha habido una progresión. Se llevará a cabo a final de curso y se tendrá en cuenta toda la información de la evolución que ha tenido a lo largo del curso.

El proceso de evaluación establecido en esta programación siguiendo la normativa vigente es continuo, formativo e integrador. Se tendrá en cuenta el punto de partida del alumnado de forma individual y se valorará su evolución, teniendo en cuenta las características personales.

Para llevar a cabo las evaluaciones descritas, esta programación propone tres tipos de técnicas de evaluación. En primer lugar la observación sistemática, que se lleva a cabo en la mayor parte de la programación por el carácter práctico que tiene la asignatura de Educación Física. En segundo lugar la encuestación, mediante alguna lista de control o escala de valoración que rellenen brevemente los alumnos en el aula al final de la sesión, o bien el propio docente con el uso de rúbricas u otras herramientas/instrumentos con el mismo objetivo. Por último la producción, concretamente realizan una producción en una de las UD.

Siguiendo la dinámica descrita en la programación, las herramientas de evaluación tendrán un carácter más diverso. El registro anecdótico será el predominante en las UD, pero las listas de control, las escalas de valoración y las rúbricas van a apoyar esa información recopilando datos con mayor detalle.

Para finalizar con este apartado, queda concluir los tipos de evaluaciones que aparecen en la programación según el agente evaluador:

- Heteroevaluación: es el docente quien evalúa y en estos casos buscamos evaluar de manera más analítica al alumnado. En la SA que se desarrolla en esta programación se lleva a cabo una heteroevaluación a lo largo de las sesiones por medio de la observación sistemática.
- Autoevaluación: se evalúa el alumno a sí mismo. En estas evaluaciones además de la práctica realizada, se busca que haya un proceso de reflexión acerca de los conocimientos adquiridos. En la SA propuesta en la programación podemos ver un ejemplo en la sesión 6, donde los estudiantes completan una lista control.
- Coevaluación: los alumnos se evalúan entre sí. En estos casos se buscará que dicha reflexión sea conjunta. El alumnado deberá realizar un trabajo en equipo, poniendo en práctica además una serie de habilidades que también son evaluadas. Se puede ver un ejemplo de coevaluación en la sesión 5 de la SA desarrollada en esta programación, donde el alumnado completa en grupo una escala de valoración.

Como se puede apreciar, el proceso evaluador propuesto en la programación es variado para poder abarcar diferentes puntos de vista y otorgar mayor flexibilidad al mismo. Se pretende de esta forma ajustarse a todo el alumnado.

## **7.2. Criterios de calificación**

Durante el curso escolar, se trabajan las actividades propuestas en la programación. Estas actividades se sirven de los Criterios de Evaluación para establecer una guía de aprendizaje de las competencias de cada etapa escolar. De esta forma se pretende uniformar la enseñanza a nivel autonómico, estatal y europeo. Estos Criterios son un referente para evaluar las materias y a su vez el nivel de adquisición de competencias obtenido. Cabe decir que la Orden de 3 de septiembre de 2016 dicta que las materias de la Educación Secundaria Obligatoria tendrán la siguiente calificación en función del resultado obtenido en la evaluación:

- Insuficiente: 1, 2, 3 o 4
- Suficiente: 5
- Bien: 6
- Notable: 7 u 8
- Sobresaliente: 9 o 10

Además queda establecido que el proceso de la evaluación de los aprendizajes expuestos en Criterios de Evaluación se describe mediante las rúbricas como la que aparece bajo estas líneas. Mediante este sistema se logra un formato que es común y fácil de manejar para evaluar de manera objetiva al alumnado.

Criterio de evaluación	Insuficiente (1/4)	Suficiente/ Bien (5/6)	Notable (7/8)	Sobresaliente (9/10)

En cuanto al desarrollo y adquisición de competencias, los resultados de la evaluación se expondrán en los siguientes términos: Poco adecuado, Adecuado, Muy adecuado y Excelente.

Por lo tanto de los productos de evaluación obtenemos una calificación para cada criterio realizando la media ponderada, y sacando la media ponderada de dichos criterios de evaluación obtendremos la calificación final de la asignatura.

Para ello la relación entre productos será la siguiente:

- 10 % equipación adecuada
- 50 % calificación conseguida en la evaluación de cada UD
- 40% actitud

Es preciso añadir que para superar la asignatura, es preciso obtener una calificación final de 5 o más. Si el alumnado pierde el derecho a la evaluación por falta de asistencias tiene la opción de realizar una prueba extraordinaria en junio. Para aquellos alumnos que de una forma u otra no hayan superado la asignatura en junio, tendrán una convocatoria extraordinaria en julio.

### **7.3. Planes de refuerzo y evaluación**

A lo largo del curso se observará de cerca el desarrollo de las actividades y se tendrá en cuenta la evolución de la evaluación, de manera que en caso de verlo necesario se llevarán a cabo actividades de refuerzo y/o recuperación para aquel alumnado que lo precise. No debemos olvidar que uno de los principios básicos de la educación es la flexibilidad y adaptación de las actividades para amoldarse correctamente a los jóvenes que la reciben.

## 8. Conclusión

A lo largo de esta programación se han descrito en varias ocasiones el entorno cargado de estímulos que rodea a los niños y jóvenes estudiantes actualmente. Esta realidad ha ido apareciendo e introduciéndose en nuestras vidas que apenas nos ha dado tiempo a conocer sus efectos a largo plazo. Pero, por desgracia, lo que sí está claro es la alta repercusión que está teniendo sobre el sedentarismo en el alumnado. Es cierto que en la última década se han puesto en marcha programas para revertir este resultado, pero no podemos olvidar que este alumnado nos lo encontramos en las aulas y desde ahí también nos corresponde actuar.

La programación aquí propuesta responde a este problema social de una manera enteramente práctica y lúdica, motivando al alumnado a ir más allá e introducirlo en la rutina de su día a día. Las UD descritas en este documento presentan diferentes objetivos para abarcar desde varios ángulos todos los C.E. y contenidos comprendidos en el currículum y enriquecer su desarrollo. Esto es así porque a mayor cantidad de escenarios de aprendizaje, mayor cantidad de experiencia motriz. Además, esta programación está enfocada a percibir el deporte como una manera positiva de socialización, promoviendo diferentes agrupamientos entre el alumnado para la consecución de las tareas. Sin olvidar que durante las UD se invita a la reflexión y toma de conciencia de los efectos, resultados obtenidos y la evolución que ha adquirido durante su práctica.

Este documento ha sido elaborado siguiendo la normativa legal vigente y por lo tanto también debe ser tenido en cuenta la capacidad de adaptación al nivel y características que tiene el alumnado que la va a recibir. Los estudiantes comienzan su formación como futuros adultos y las enseñanzas aquí propuestas serán su primer contacto con la actividad física y el deporte de una manera más seria. Nuestro objetivo como profesionales es que sean capaces de ver la gran utilidad y los beneficios que tiene y sean capaces de trasladarlo de manera responsable para el cuidado de su salud.

## 9. Referencias

### 9.1 Artículos, Revistas y Libros

Alberga, A. S., Fortier, M., Bean, C., y Freedhoff, Y. (2019). Youth get a D+ grade in physical activity: How can we change public health messages to help reverse this trend? *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*. 10.1139/apnm-2018-0479

Alderman, B. L., Benham-Deal, T., Beighle, A., Erwin, H. E., & Olson, R. L. (2012). Physical education's contribution to daily physical activity among middle school youth. *Pediatric exercise science*, 24(4), 634-648

Bloom, B. S. et al (eds.) (1956) Taxonomy of Educational Objectives. Vol. 1: Cognitive Domain. New York: McKay

Fernández, M. L. A. (2010). Importancia y elementos de la programación didáctica. *Hekademos: revista educativa digital*, (7), 5-22

Gardner, H. (2005). Inteligencias múltiples (Vol. 46). Barcelona: Paidós.

Imbernon, F. (1992). Reflexiones sobre la Educación Física y la reforma educativa. *Apunts. Educación física y deportes*, 4(30), 69-72

Martin Ginis KA, Bassett-Gunter RL and Conlin C (2012) Body image and exercise. In: Acevedo EO (ed) The Oxford Handbook of Exercise Psychology. New York: Oxford University Press, pp.55–75.  
Mayorga-Vega D, Cocca JVA and Villen BR (2012) Effect of a physical fitness program on physical self-concept and physical fitness elements in primary school students. *Perceptual and Motor Skills* 115(3):984–996.

Merrill, M. D. (1983). Component display theory. *Instructional-design theories and models: An overview of their current status*, 1, 282-333

Polo Martínez, I. (2011). Los criterios de evaluación como detonante de la programación didáctica. *Avances en supervisión educativa*.

Sallis, J. F., Cervero, R. B., Ascher, W., Henderson, K. A., Kraft, M. K., y Kerr, J. (2006). An ecological approach to creating active living communities. *Annual Review of Public Health*, 27, 297-322.  
<https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.27.021405.102100>

Serrano, J. S., Casterad, J. Z., Lanaspá, E. G., & Solana, A. A. (2022) Capítulo 1.1. La promoción de actividad física en jóvenes. En A. Abarca-Sos (ed.), *La promoción de comportamientos saludables desde los centros educativos. Ejemplos de proyectos de intervención eficaces* (nº 1 ed., pp. 17-31) Universidad de Zaragoza. DOI: 10.26754/uz.978-84-18321-37-5

Soler, V. G., & Nadal, C. B. (2013). Análisis de la importancia de la programación didáctica en la gestión docente. *3c Empresa: investigación y pensamiento crítico*, 2(3), 3.

van Sluijs, E. M., Ekelund, U., Crochemore-Silva, I., Guthold, R., Ha, A., Lubans, D., Oyeyemi, A. L., Ding, D., y Katzmarzyk, P. T. (2021). Physical activity behaviours in adolescence: current evidence and opportunities for intervention. *The Lancet*, 398(10298), 429-442.  
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)01259-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)01259-9)

## 9.2 Normativa

Constitución Española. Boletín Oficial del Estado, 29 de diciembre de 1978, núm. 311, pp. 29313 a 29424.

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. (2010). Boletín Oficial de Canarias, 143, de 22 de julio de 2010, de 19517 a 19541.  
<http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2010/143/001.html>

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. (2015). Boletín Oficial de Canarias, 169, de 31 de agosto de 2015, de 25289 a 25335. <http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2015/169/002.html>

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. (2016). Boletín Oficial de Canarias, 136, de 15 de julio de 2016, de 17046 a 19333.  
<http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2016/136/001.html>

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. (2018). Boletín Oficial de Canarias, 46, de 6 de marzo de 2018, de 7805 a 7820.  
<http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2018/046/001.html>

Ley 6/2014, de 25 de julio, Canaria de Educación no Universitaria. (2014). Boletín Oficial del Estado, 238, de 1 de octubre de 2014, de 77321 a 77371. <https://www.boe.es/eli/es-cn/l/2014/07/25/6>

LOE 2/2006, de 3 de mayo. (2006). Boletín Oficial del Estado, 106, de 4 de mayo de 2006. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2006/05/03/2/con>

LOMCE 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. (2013). Boletín Oficial del Estado, 295, de 10 de diciembre de 2013. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2013/12/09/8/con>

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. (2001). Boletín Oficial de Canarias, 11, de 24 de enero de 2001, de 810 a 814. <http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2001/011/003.html>

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. (2010). Boletín Oficial de Canarias, 250, de 22 de diciembre de 2010, de 32374 a 32398. <http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2010/250/001.html>

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. (2015). Boletín Oficial del Estado, 25, de 29 de enero de 2015, de 6986 a 7003. <https://www.boe.es/eli/es/o/2015/01/21/ecd65>

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. (2016). Boletín Oficial de Canarias, 177, de 13 de septiembre de 2016, de 24775 a 24853. <http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2016/177/001.html>

Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. (2015). Boletín Oficial del Estado, 3, de 3 de enero de 2015, de 169 a 545. <https://www.boe.es/eli/es/rd/2014/12/26/1105/con>

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. (2011). Boletín Oficial de Canarias, 40,

de 24 de febrero de 2011, de 3901 a 3925.  
<http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2011/040/005.html>

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. (2018). Boletín Oficial de Canarias, 108, de 6 de junio de 2018, de 18945 a 18973. <http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2018/108/005.html>

## Anexos

### Anexo 1: Relación de Criterios de Evaluación, Contenidos y Estándares de Aprendizaje en 1º de la ESO

CRITERIO EVALUACIÓN	CONTENIDOS	ESTÁNDARES APRENDIZAJE
<p><b>1. Incrementar las capacidades físicas y coordinativas básicas, previa valoración del nivel inicial, utilizando los valores de la frecuencia cardíaca como indicadores para la dosificación y control del esfuerzo y adoptando hábitos higiénicos, alimentarios y posturales asociados a una actividad física segura y saludable.</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Educación Física y salud. Conceptos básicos y objetivos. Su tratamiento desde la práctica físico-motriz.</li> <li>2. Capacidades físicas y coordinativas básicas relacionadas con la salud. Conceptos básicos. Definición y clasificación general. Aplicación al desarrollo de juegos motores y deportivos.</li> <li>3. Acondicionamiento de la resistencia, fuerza general, velocidad, flexibilidad.</li> <li>4. Estructura y funcionalidad del cuerpo. Función del aparato locomotor y sistema cardiovascular en la actividad física. Práctica de actividades físico- motrices para su desarrollo, mantenimiento y comprensión.</li> <li>5. Adquisición y toma de conciencia de las posturas corporales adecuadas en la práctica de actividades físico-motrices y en situaciones de la vida cotidiana.</li> <li>6. Aplicación de normas básicas y principios generales para la prevención de accidentes y tratamiento de lesiones durante la realización de actividades físico-motrices.</li> <li>7. Fortalecimiento de la musculatura de sostén. Práctica de ejercicios de movilidad articular, tonificación muscular y relajación.</li> <li>8. Autonomía en los hábitos alimenticios e higiénicos para la mejora de las capacidades físicas, la salud, y de la calidad de vida</li> <li>9. Actitud de autoexigencia y autoconfianza en la realización de actividades físico-motrices. Adecuación del esfuerzo y ritmo respiratorio a cada situación.</li> <li>10. Uso correcto de espacios, materiales e indumentaria.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>14. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</li> <li>18. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</li> <li>20. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</li> <li>21. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</li> <li>22. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</li> <li>23. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</li> </ol>

<p><b>2. Aplicar las habilidades motrices a la resolución de distintos problemas motores en distintos entornos y en situaciones motrices individuales y colectivas, aceptando el nivel alcanzado y utilizando los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo y la motricidad, con especial atención a las prácticas motrices, rítmicas y expresivas tradicionales de Canarias, valorándolas como situaciones motrices con arraigo cultural.</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El deporte como fenómeno sociocultural. Su tratamiento y comprensión desde la práctica en diferentes situaciones psicomotrices y sociomotrices.</li> <li>2. Las fases del juego en los deportes sociomotrices: práctica, conceptos y objetivos.</li> <li>3. Realización de tareas físico-motrices dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos, reglamentarios y estratégicos de algún deporte psicomotriz.</li> <li>4. Aplicación de mecanismos de percepción, decisión y ejecución para el desarrollo de habilidades motrices vinculadas a situaciones lúdicas deportivas.</li> <li>5. Realización de juegos motores y tareas físico-motrices grupales modificadas, regladas o adaptadas para el aprendizaje de los aspectos comunes a los deportes sociomotrices.</li> <li>6. Práctica de los juegos y deportes tradicionales de Canarias, aplicando las habilidades motrices implicadas en su realización.</li> <li>7. Práctica de actividades físico-motrices en el medio natural.</li> <li>8. Realización de recorridos a partir de la identificación de señales de rastreo.</li> <li>9. El cuerpo expresivo: postura, gesto y movimiento. Aplicación de la consciencia corporal, el espacio, el tiempo y el uso de objetos a las actividades expresivas.</li> <li>10. Realización de actividades expresivas orientadas a favorecer una dinámica positiva del grupo.</li> <li>11. Práctica de actividades en las que se combinan distintos tipos de ritmos y el manejo de objetos.</li> <li>12. Identificación, origen y práctica de los principales juegos y bailes de Canarias.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</li> <li>2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</li> <li>3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</li> <li>4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</li> <li>5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</li> <li>6. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</li> <li>7. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</li> <li>8. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</li> <li>9. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</li> </ol>
---	--	---

<p><b>3. Realizar la activación y la vuelta a la calma de manera autónoma.</b></p>	<p>1. Activación general y vuelta a la calma. Concepto y fases. Aplicación y valoración como hábitos saludables al inicio y final de una actividad físico- motriz.</p>	<p>24.Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. 25. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p>
<p><b>4. Mostrar tolerancia y deportividad en las actividades físico-motrices y artístico-expresivas, aceptando las reglas y normas establecidas, considerando la competición y la cooperación como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo y valorándolas como formas de recreación y de ocupación saludable del tiempo libre.</b></p>	<p>1. Actitud crítica ante los estereotipos sociales relacionados con el cuerpo y actitud responsable hacia prácticas nocivas para la salud individual y colectiva. 2. Respeto a la diversidad de ejecuciones en la práctica de actividades físico- motrices. 3. Conciencia y aceptación de la propia realidad corporal, de las posibilidades y limitaciones durante la práctica físico-motriz 4. Participación en los diferentes juegos y actividades físicas y respeto a la diversidad de prácticas. 5. Aceptación del propio nivel de ejecución y autoexigencia en su mejora. 6. Valoración de las actividades físicas como una forma de autosuperación y mejora de la salud. 7. Respeto y aceptación de las reglas de las actividades físicas, juegos y deportes practicados. 8. Actitud reflexiva y crítica ante los comportamientos antisociales relacionados con la práctica deportiva. 9. Aceptación y respeto de las normas de conservación del entorno habitual y del medio natural en la práctica físico-motriz. 10. Disposición favorable a la desinhibición y respeto hacia la realización de actividades de expresión corporal y baile.</p>	<p>27. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 28. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. 29. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. 30. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. 31. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas 33. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. 35. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>

<p><b>5. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y re- cursos 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 deporti- vas y de prácticas artístico-expresivas.</b></p>	<ol style="list-style-type: none"><li>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.</li><li>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.</li></ol>	<p>36. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p> <p>37. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>
--	---	---

## Anexo 2: Desarrollo de la Unidad Didáctica de Expresión Corporal

<b>N.º 11</b>		<b>TÍTULO: EXPRESIÓN CORPORAL</b>	
<b>Curso: 1º</b>		<b>Periodo de implementación:</b> de la semana nº 36 a la 39	<b>Nº de sesiones: 6</b>
		<b>Trimestre: 3º</b>	
<b>Descripción:</b> En esta UD se busca que el estudiante aprenda conciencia corporal y cómo aplicarla mediante el espacio-tiempo combinando ritmo y el uso de objetos. También se pretende que el alumnado identifique y practique baile típico o tradicionales de Canarias. Durante la realización de esta UD el alumnado aprenderá a tener actitud crítica ante los estereotipos así como una disposición favorable a la desinhibición y respeto a este tipo de actividades.  El alumno va a tener en cuenta unas directrices y va a experimentar con el movimiento para lograr un objetivo. Durante la UD el alumno realizará bailes, representaciones y evaluaciones para desarrollar este potencial.  La finalidad es que el alumno obtenga unas técnicas corporales, que desarrolle la creatividad y la improvisación, que sea capaz de ajustarse a un ritmo y trabaje con objetos. Además de analizar el entorno para determinar qué actividades pueden ser adecuadas y cuáles un elemento de riesgo.		<b>Justificación:</b>  El contexto seleccionado se fundamenta en que la expresión corporal es muy personal y cada estudiante debe ir descubriendo por medio de la práctica cómo realizar determinados movimientos para lograr el mismo fin: comunicar a través del movimiento y/o el cuerpo  Se ha elegido una serie de actividades relacionadas con el juego y el reto para motivar al alumnado, así como la participación en grupos pequeños para reforzar la confianza a la hora de estar ante un público. Además la participación como jueces les permite conocer cuál es la finalidad que hay detrás de los ejercicios propuestos y darle valor a lo que están aprendiendo.	
<b>FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR</b>			
<b>CRITERIO/S DE EVALUACIÓN</b>		<b>COMPETENCIAS</b>	
<b>Código:</b>	<b>Descripción:</b>	AA, CEC, SIEE, CSC y CL.	
SSEFI01C02	2. Aplicar las habilidades motrices a la resolución de distintos problemas motores en distintos entornos y en situaciones motrices individuales y colectivas, aceptando el nivel alcanzado y utilizando los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo y la motricidad, con especial atención a las prácticas motrices, rítmicas y expresivas tradicionales de Canarias, valorándolas como situaciones motrices con arraigo cultural.		
SEFI01C04	4. Mostrar tolerancia y deportividad en las actividades físico-motrices y artístico-expresivas, aceptando las reglas y normas establecidas, considerando la competición y la cooperación como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo y valorándolas como formas de recreación y de ocupación saludable del tiempo libre.		
<b>CONTENIDOS</b>		<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES</b>	
9. El cuerpo expresivo: postura, gesto y movimiento. Aplicación de la conciencia corporal, el espacio, el tiempo y el uso de objetos a las actividades expresivas. 11. Práctica de actividades en las que se combinan distintos tipos de ritmos y el manejo de objetos.		6. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.	

<p>12. Identificación, origen y práctica de los principales juegos y bailes de Canarias.</p> <p>1. Actitud crítica ante los estereotipos sociales relacionados con el cuerpo y actitud responsable hacia prácticas nocivas para la salud individual y colectiva.</p> <p>10. Disposición favorable a la desinhibición y respeto hacia la realización de actividades de expresión corporal y baile.</p>	<p>7. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>8. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>9. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p> <p>30. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>33. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p>
<p><b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b></p>	<p><b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b> Juego de roles (JROL), Enseñanza directa (EDIR).</p>
	<p><b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b> Se realizará mediante mando directo y asignación de tareas. Se emplea la gamificación para hacer las primeras sesiones más lúdicas</p>
	<p><b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b> AA: inherente a educación física, por ser consciente de sus capacidad y límites . CEC: mediante la comunicación creativa de ideas, sentimientos, emociones y vivencias por medio del movimiento del cuerpo. SIEE: a través del desarrollo de la creatividad. CMCT: gracias al orden y secuencia de acciones así como el posicionamiento e interacción de los compañeros y/u objetos con relación a sí mismos. CSC: mediante las interacciones sociales, promoción igualdad de oportunidades CL: a través de los intercambios comunicativos y decodificación de mensajes provenientes de la motricidad.</p>
	<p><b>AGRUPAMIENTOS:</b> trabajo individual (TIND)), pequeños grupos (PGRU), grupos fijos (GFU). Se comenzará en las primeras sesiones haciendo un trabajo individual explorando a través de unas directrices iniciales y se continuará en grupos para reforzar la confianza.</p>
	<p><b>ESPACIOS:</b> Las sesiones se llevarán a cabo en el gimnasio, para poder contar con un entorno tranquilo, íntimo, donde poder poner música y realizar la interpretación sin ruidos molestos de fondo ni alumnado o gente que pueda pasar y ver a los alumnos para que no les de vergüenza.</p>
	<p><b>RECURSOS:</b> Materiales: se requerirá de un equipo de música al que conectar el móvil para poner música, material variado para caracterización de personajes que se traerán los alumnos de casa. También se puede utilizar aquello que haya en el almacén y pueda servirles para improvisar.</p>

CONCRECIÓN. SECUENCIA DE ACTIVIDADES						
<b>ACTIVIDAD: 1</b>		<b>TÍTULO:JUGAMOS AL PARTY</b>			<b>ACTIVACIÓN</b>	
<p><b>DESCRIPCIÓN:</b>            En esta actividad primero comenzaremos explicando al alumnado las características del movimiento. Cómo nos movemos según las expresiones, o actitudes y cuáles son las características más representativas. Durante la explicación le pediremos a los estudiantes que prueben a imitarnos y a tratar de explorar dichos movimientos con su propio cuerpo.            A continuación les pediremos que se dividan en grupos de 5 y realizaremos un juego de mímica. Por tiempo, una parte de los integrantes de cada grupo deberán representar una película, escenas de la vida cotidiana, verbos (acciones), objetos o emociones. El nivel de dificultad irá aumentando a lo largo de la sesión. Se realizará de dos maneras: la primera parte del juego consistirá en la representación y el grupo que primero adivine sale a representar. Cada representación acertada cuenta por 1 punto para el grupo que representa. La segunda parte del juego se hará por turnos, de manera que todos tengan las mismas oportunidades de salir a participar. La puntuación seguirá igual (1 punto por representación). Los puntos acumulados servirán para el sumatorio de la nota final.</p>						
Crterios de evaluación	Estándares de aprend. evaluables	Contenidos	Competencias	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
SEFI01C02	6 y 9	9	CMCT, AA, CL, SIEE, CEC, CSC	Observación Sistemática	Registro anecdótico	Práctica y participación en clase
SEFI01C04	30 y 33	1 y 10	CMCT, AA, CL, SIEE, CEC, CSC	Observación Sistemática	Registro anecdótico	Práctica y participación en clase
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Trabajo y desarrollo de los movimientos del cuerpo enfocados a transmitir un mensaje más o menos claro.  Participación activa, motivación a los compañeros, desarrollo de la competitividad y deportividad.	Heteroevaluación	Trabajo individual (TIND), pequeños grupos (PGRU), grupos fijos (GFUJ)	1	Equipo de música Móvil o pendrive con música Tarjetas preparadas por el profesor donde indique la acción a representar por el alumnado.	Gimnasio con espejos y equipo de música	Situar al alumno con TDAH cerca del docente cuando vaya a explicar las tareas, asegurarnos que el alumno comprende lo explicado y graduar las mismas en caso de que veamos que el alumno no termina de entender el funcionamiento. Supervisar al alumno y reforzar su motivación haciéndole saber cuándo está haciendo un buen trabajo.
<b>ACTIVIDAD: 2</b>		<b>TÍTULO: PARTY MUSICAL</b>			<b>DEMOSTRACIÓN</b>	

**DESCRIPCIÓN:**  
 En la sesión anterior le pedimos a los estudiantes que trajeran material de teatro y accesorios de disfraces que tuvieran por casa (diademas, coronas, sombreros, gorras, capas, cinturones, máscaras...) y vamos a mantener una dinámica similar a la de la sesión anterior: primero una breve explicación, esta vez acerca del ritmo y de representación de objetos, mientras les dejamos explorar y probar con música de fondo. El juego en esta sesión se realizará de la siguiente manera: manteniendo los grupos, esta vez vendrá 1 solo voluntario de cada grupo (se irán turnando, en secreto para los 6 voluntarios se les indicará qué deben representar, esta vez acompañado de música o de un objeto que deben hacer protagonista de la actuación. Los 3 grupos que más rápido adivinen se llevarán puntos. En la siguiente parte del juego competirán 2 grupos en la pista: deberán marcar el ritmo con unos pocos pasos de baile improvisados, todo el grupo a la vez. Tendrán 1 minuto para ponerse de acuerdo y el resto de grupos votarán el grupo que más se haya sincronizado entre ellos y con la música. Habrá 2 categorías de competición simultánea: coordinación y originalidad en la coreografía / representación. Como he dicho unas veces se utilizará música y otras un objeto (imaginario o no).

Criterios de evaluación	Estándares de aprend. evaluables	Contenidos	Competencias	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
SEFI01C02	6, 7, 8 y 9	9 y 11	CMCT, AA, CL, SIEE, CEC, CSC	Observación Sistemática	Registro anecdótico	Práctica y participación en clase
SEFI01C04	30 y 33	1 y 10	CMCT, AA, CL, SIEE, CEC, CSC	Observación Sistemática	Registro anecdótico	Práctica y participación en clase
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Saber identificar las características principales de caracterización para representar un personaje así como seguir un ritmo.  Participación activa, motivación a los compañeros, desarrollo de la competitividad y deportividad.	Heteroevaluación	Trabajo individual (TIND), pequeños grupos (PGRU), grupos fijos (GFII)	1	Equipo de música Móvil o pendrive con música Objetos de caracterización que traiga el alumnado de casa: sombreros, gorras, gafas, corbatas, diademas...	Gimnasio con espejos y equipo de música	Situar al alumno con TDAH cerca del docente cuando vaya a explicar las tareas, asegurarnos que el alumno comprende lo explicado y graduar las mismas en caso de que veamos que el alumno no termina de entender el funcionamiento. Supervisar al alumno y reforzar su motivación haciéndole saber cuándo está haciendo un buen trabajo.

ACTIVIDAD: 3	TÍTULO: ZUMBA!	APLICACIÓN
<p><b>DESCRIPCIÓN:</b>                      En esta sesión vamos a desarrollar una serie de bailes sencillos que los alumnos deben imitar al ritmo de la música. Unos de ellos serán con ritmo más rápido y otros con un ritmo más lento. Se trata de que los alumnos se desinhiban, practiquen la expresión corporal y cojan ideas de cara a la evaluación.</p>		

Criterios de evaluación	Estándares de aprend. evaluables	Contenidos	Competencias	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
SEFI01C02	6, y 7	9 y 11	CMCT, AA, CL, CEC, CSC	Observación Sistemática	Registro anecdótico	Práctica y participación en clase
SEFI01C04	30 y 33	1 y 10	CMCT, AA, CL, CEC, CSC	Observación Sistemática	Registro anecdótico	Práctica y participación en clase
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Trabajo y desarrollo de los movimientos del cuerpo mientras se sigue un ritmo.  Participación activa, motivación a los compañeros.	Heteroevaluación	Trabajo individual (TIND)	1	Equipo de música Móvil o pendrive con música	Gimnasio con espejos y equipo de música	Situar al alumno con TDAH cerca del docente cuando vaya a explicar las tareas, asegurarnos que el alumno comprende lo explicado y graduar las mismas en caso de que veamos que el alumno no termina de entender el funcionamiento. Supervisar al alumno y reforzar su motivación haciéndole saber cuándo está haciendo un buen trabajo.
<b>ACTIVIDAD: 4</b>		<b>TÍTULO:BAILES CANARIOS</b>			<b>APLICACIÓN</b>	
<b>DESCRIPCIÓN:</b> Se realizará un baile canario con todo el grupo. Al ser el grupo más joven de secundaria llevarán a cabo la Malagueña, que es de los más sencillos. Empezaremos dividiendo el grupo entre los representantes femeninos y los representantes masculinos. En principio para ir más rápido intentaremos que concuerde con el género pero si algún alumno o alumna quiere cambiar es posible, siempre y cuando al final esté todo parejo. En un momento dado también se llevará a cabo un intercambio de puestos para que todo el alumnado participe en ambas posiciones. Se explicarán los pasos poco a poco, se irán haciendo demostraciones y se trata de que al final de la clase puedan realizar un baile completo.						
Criterios de evaluación	Estándares de aprend. evaluables	Contenidos	Competencias	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
SEFI01C02	6 y 7	9 y 12	CMCT AA, CL, CEC, CSC	Observación Sistemática	Registro anecdótico	Práctica y participación en clase
SEFI01C04	30 y 33	1 y 10	CMCT, AA, CL, CEC, CSC	Observación Sistemática	Registro anecdótico	Práctica y participación en clase
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones

Trabajo y desarrollo de los movimientos del cuerpo mientras se sigue un ritmo.  Participación activa, motivación a los compañeros.	Heteroevaluación	Trabajo individual (TIND), pequeños grupos (PGRU)	1	Equipo de música Móvil o pendrive con música	Gimnasio con espejos y equipo de música	Situar al alumno con TDAH cerca del docente cuando vaya a explicar las tareas, asegurarnos que el alumno comprende lo explicado y graduar las mismas en caso de que veamos que el alumno no termina de entender el funcionamiento. Supervisar al alumno y reforzar su motivación haciéndole saber cuándo está haciendo un buen trabajo.
--	------------------	---	---	---	---	---

<b>ACTIVIDAD: 5</b>	<b>TÍTULO: TÚ SI QUE VALES</b>	<b>METACOGNICIÓN Y EVALUACIÓN</b>
---------------------	--------------------------------	-----------------------------------

**DESCRIPCIÓN:**  
Para la evaluación, el grupo evaluado “subirá al escenario” y representará una composición preparada con antelación, de al menos 3 minutos. Puede ser un baile, puede ser un teatro, puede ser un mix... Pero debe reunir las siguientes condiciones:

- Duración de 3 minutos mínimo y 7 minutos máximo
- Participación de todos los componentes del grupo con el mismo protagonismo
- Idea original y propia
- Caracterización: tanto si es un baile como una representación no musical, los componentes del grupo deberán llevar algo que les caracterice de alguna forma (puede ser ropa, objetos, gestos...). Al final de la representación ese personaje con el que buscan mimetizarse debe ser adivinado por el jurado.

El jurado estará compuesto por el resto de compañeros. Se les entregará una **Escala de Valoración** que deberán cumplimentar durante la representación y al final de la misma cada grupo dará un veredicto basado en lo anotado en dicha **Escala de Valoración**. Habrá un “Pase de Oro” que será otorgado a uno de los grupos previo consenso de todo el alumnado. Este pase de oro significa 1 punto en la nota final de la evaluación. El veredicto final del grupo será dictado por el profesor de la asignatura, pero la opinión de los grupos nos interesa para evaluar parte del criterio de evaluación 4.

Criterios de evaluación	Estándares de aprend. evaluables	Contenidos	Competencias	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
SEFI01C02	6, 7, 8 y 9	9 y 12	CMCT, AA, CL, SIEE, CEC, CSC	Coevaluación y Heteroevaluación	Escala de Valoración	Representación
SEFI01C04	30 y 33	1 y 10	CMCT, AA, CL, SIEE, CEC, CSC	Heteroevaluación	Escala de Valoración	Representación
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Control de los movimientos del cuerpo enfocados a transmitir un mensaje más o menos claro, saber identificar las características	Heteroevaluación y coevaluación	Pequeños grupos (PGRU), grupos fijos (GFIJ)	1	Equipo de música Móvil o pendrive con música	Gimnasio con espejos y equipo de música	Situar al alumno con TDAH cerca del docente cuando vaya a repasar las reglas y los objetivos

principales de caracterización para representar un personaje así como seguir un ritmo.  Participación activa, motivación a los compañeros, desarrollo de la responsabilidad, trabajo en equipo y deportividad.				Objetos de caracterización que traiga el alumnado de casa: sombreros, gorras, gafas, corbatas, diademas...		de la evaluación antes de comenzar. Asegurarnos que el alumno comprende lo explicado. Supervisar al alumno y reforzar su motivación haciéndole saber cuándo está haciendo un buen trabajo.
--	--	--	--	--	--	--

<b>ACTIVIDAD: 6</b>	<b>TÍTULO: CHALLENGE!</b>	<b>METACOGNICIÓN Y EVALUACIÓN</b>
---------------------	---------------------------	-----------------------------------

**DESCRIPCIÓN:**  
Para esta actividad los alumnos se dividirán en los grupos que vienen trabajando estos días, y deberán improvisar aleatoriamente lo que se les indique, mientras algún componente del grupo u otros grupos adivinan lo que tratan de expresar. Será una competición por todo lo alto: cada vez que algún grupo adivine se llevarán un punto ellos y el grupo de la representación. Por lo que si el compañero que adivina pertenece al grupo representando, este grupo recibirá dos puntos. Si nadie consigue adivinar en un período de 3 minutos, nadie recibirá puntos. Para representar, los grupos se irán turnando, teniendo la capacidad de elegir quién sale a representar y quién se queda a adivinar, dependiendo del número de "actores/bailarines" que se requieran.

Lo que deban representar será elegido al azar por el profesor a través de sus tarjetas. En caso de ser un baile, uno de los actores llevará unos auriculares para escuchar la canción y el resto deberá seguir el ritmo, pero deberán representar lo que dice la letra para que el resto de compañeros adivinen la canción. Los actores tendrán 1 minuto para pensar y preparar la actuación.

Al finalizar la sesión, durante los últimos 5 minutos se les entregará la **Lista Control** de autoevaluación que deberán completar individualmente.

Criterios de evaluación	Estándares de aprend. evaluables	Contenidos	Competencias	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
SEFI01C02	6, 7, 8 y 9	9 y 12	CMCT, AA, CL, SIEE, CEC, CSC	Observación Sistemática	Diario de clase + diario de aprendizaje	Práctica y participación en clase
SEFI01C04	30 y 33	1 y 10	CMCT, AA, CL, SIEE, CEC, CSC	Observación Sistemática	Diario de clase + diario de aprendizaje + autoevaluación	Práctica y participación en clase
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Control de los movimientos del cuerpo enfocados a transmitir un mensaje más o menos claro, saber identificar las características principales de caracterización para representar un personaje así como seguir un ritmo.	Heteroevaluación y autoevaluación	Pequeños grupos (PGRU), grupos fijos (GFIJ)	1	Equipo de música Móvil o pendrive con música Objetos de caracterización que traiga el alumnado de casa: sombreros, gorras, gafas, corbatas, diademas...	Gimnasio con espejos y equipo de música	Situar al alumno con TDAH cerca del docente cuando vaya a repasar las reglas y los objetivos de la evaluación antes de comenzar. Asegurarnos que el alumno comprende lo explicado.

Participación activa, motivación a los compañeros, desarrollo de la competitividad y deportividad.						Supervisar al alumno y reforzar su motivación haciéndole saber cuándo está haciendo un buen trabajo.
<b>ACTIVIDADES DE AMPLIACIÓN Y REFUERZO</b>						

Anexo 3: tablas de evaluación de la SA

Escala de Valoración (Hetero y coevaluación grupal). Sesión 5: Tú sí que Vales

Nombre:	Curso:			
Criterios de evaluación:	Excelente: 10	Muy bien: 8-9	Bien: 5-7	Escaso: 1-4
<p>2. Aplicar las habilidades motrices a la resolución de distintos problemas motores en distintos entornos y en situaciones motrices individuales y colectivas, aceptando el nivel alcanzado y utilizando los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo y la motricidad, con especial atención a las prácticas motrices, rítmicas y expresivas tradicionales de Canarias, valorándolas como situaciones motrices con arraigo cultural.</p> <p>4. Mostrar tolerancia y deportividad en las actividades físico-motrices y artístico-expresivas, aceptando las reglas y normas establecidas, considerando la competición y la cooperación como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo y valorándolas como formas de recreación y de ocupación saludable del tiempo libre.</p>				
Participa activamente de las actividades grupales, evolucionando favorablemente en la desinhibición durante las mismas.				
Utiliza técnicas corporales de forma creativa, siendo capaz de combinar espacio, tiempo e intensidad.				
Identifica elementos característicos y es capaz de expresarlos para transmitirnos un mensaje				
Aplica el uso de objetos a la actividad expresiva				
Es capaz de llevar un ritmo y mantenerlo en el tiempo				
He colaborado en el diseño de la tarea teniendo en cuenta mis posibilidades y las de mis compañeros				
Es capaz de improvisar de forma efectiva continuando con la actividad vigente.				
Valora las diferentes posibilidades que presenta el entorno y es capaz de seleccionar las que más le convienen para realizar las actividades				

Es capaz de identificar los riesgos de las actividades para él y sus compañeros				
Tiene una actitud crítica hacia los estereotipos sociales.				

Lista Control (Autoevaluación). Sesión 6: Challenge!

Nombre:	Curso:		
Criterio de evaluación:			
4. Mostrar tolerancia y solidaridad en la realización de actividades físico-motrices para la consecución de objetivos comunes y considerando la competición y la cooperación como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo, valorándolas como formas de organización saludables del tiempo libre.			
	Si	A veces	No
Muestro deportividad cuando participé en las actividades deportivas.			
Participo activamente de las actividades grupales y asumo las responsabilidades para obtener los objetivos comunes.			
Ejecuto los movimientos utilizando todo el cuerpo, me ayudo de objetos e incluso me atrevo a seguir un ritmo			
Identifico los juegos y bailes tradicionales de Canarias y participo activamente en ellos			
Tengo una actitud responsable durante las actividades y soy crítico con los estereotipos sociales (no tengo prejuicios)			
Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.			