



**Universidad  
Europea** CANARIAS

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

# **Corre, salta, juega, vive: educando a través del deporte**

*Programación didáctica de educación física para 4º de la ESO*

Cristóbal López Herreros – 49210147Z

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

Dirigido por Silvia A. Velázquez

Convocatoria del 2 de septiembre de 2022

## Índice.

Resumen.....	3
1. Introducción y justificación. ....	4
1.1. ¿Qué es una programación y para qué programar? .....	5
1.2. Criterios seguidos para elaborar la programación. ....	6
1.3. Marco normativo.....	7
2. Contextualización. ....	11
2.1. Características del entorno escolar. ....	11
2.2. Centro. ....	11
2.3. Instalaciones y recursos materiales.....	14
2.4. Alumnado. ....	15
3. Concreción curricular. ....	16
3.1. Objetivos de la etapa.....	16
3.2. Objetivos de la educación física y su contribución a las competencias. ....	18
3.3. Contribución a los objetivos de etapa. ....	20
3.5. Unidades de programación. ....	21
4. Metodología. ....	30
4.1. Principios metodológicos. ....	30
4.2. Estrategias. ....	31
4.3. Tipos de actividades. ....	32
4.4. Agrupamientos. ....	32
4.5. Actividades complementarias. ....	33
4.6. Criterios organizativos: espacios y temporalización de las unidades didácticas. ....	35
4.7. Materiales y recursos didácticos. ....	35
5. Atención a la diversidad. ....	36
5.1. Aspectos generales y normativa.....	36
5.2. Medidas ordinarias. ....	37
5.3. Medidas extraordinarias.....	39
5.4. Medidas excepcionales. ....	40
6. Educación en valores, planes y programas .....	40

6.1.	Educación en valores desde la educación física.....	40
6.2.	Desarrollo de la comunicación lingüística.....	41
6.3.	Integración de las TIC.....	42
6.4.	Planes y programas del centro.....	43
6.5.	Concreción en la programación de los planes institucionales del centro.....	43
7.	Evaluación del aprendizaje del alumnado.....	44
7.1.	La evaluación de la práctica docente.....	45
7.2.	La temporalización de las unidades didácticas: qué evaluar y cuándo evaluar.....	46
7.3.	Procedimientos e instrumentos de evaluación.....	47
7.4.	La evaluación del alumnado absentista.....	48
7.5.	Criterios de calificación.....	49
7.6.	Planes de refuerzo y evaluación.....	50
8.	Conclusión.....	51
9.	Referencias.....	52
	Anexos.....	54

## Resumen.

La programación didáctica es el eje fundamental del proceso de enseñanza-aprendizaje, siendo el marco de referencia del profesor en el ejercicio de su labor docente. Esta programación didáctica no es un documento estático, sino todo lo contrario, dinámico y flexible, que permite una adaptación fácil del profesor según las necesidades de los diferentes alumnos. Sin duda, la confección de la programación didáctica ha sufrido, a lo largo de los años, grandes cambios, ya que hemos pasado de una enseñanza más tradicional y expositiva, a otra mucho más deductiva y participativa en la que se requiere una mayor implicación por parte del alumnado. Hoy en día se aplican nuevas metodologías y estrategias que hace unos años eran impensables, como por ejemplo los trabajos cooperativos, juegos de roles o juegos de simulación. Ya no solo se trata de que el alumno adquiriera conocimientos teóricos, *hard skills*, sino también que adquiriera esos valores y habilidades sociales necesarios para un adecuado desarrollo de la vida adulta, *soft skills*. Sin duda, en esta evolución ha tenido un papel importante el desarrollo de las nuevas tecnologías de la información y de la comunicación (NTICs). Para finalizar, esta programación ha partido del principio de inclusividad, pretendiendo dar respuesta a las necesidades sociales y educativas de todos nuestros alumnos.

**Palabras clave:** soft skills, hard skills, orientación, inclusion, TICs.

## 1. Introducción y justificación.

Desde el comienzo de la oficialización, estructuración y organización de la educación y de la didáctica, la educación física siempre ha sido objeto de mucha controversia. A diferencia de otras asignaturas presentes en todos los currículos tanto nacionales como internacionales (matemáticas, idioma oficial del país, idioma secundario...) la educación física ha sido considerada, por la mayoría de docentes, como una materia de ‘segundo’ nivel. Esta afirmación puede ser corroborada y observada, a nivel nacional, en la escasa cantidad de horas lectivas de la asignatura en los diferentes currículos autonómicos y estatales de todos los cursos de la educación secundaria obligatoria (ESO) y el bachillerato. Por ello, y a parte del desarrollo de una programación didáctica anual, este trabajo busca responder a la siguiente pregunta: ¿Cuál es la verdadera importancia de la educación física? ¿Son suficientes las horas establecidas en los diferentes currículos para un correcto y completo desarrollo tanto físico como cognitivo del joven?

En primer lugar y como apuntaba Granero-Gallegos *et al.* (2014) se debe decir que, dudar de la importancia de la asignatura de educación física en una época donde las nuevas tecnologías, el sedentarismo y los problemas de salud (en su mayoría cardiovasculares) imperan en nuestra sociedad, es verdaderamente atrevido. Desde el comienzo de la historia del ser humano hasta nuestros días, el hombre se ha servido de su motricidad para conseguir solución a todas sus necesidades. Es cierto que, con el paso de los años y los avances en los diferentes ámbitos, el pensamiento matemático e innovador, así como la destreza tecnológica han sido habilidades que han recibido más reconocimiento. Sin embargo, no debemos olvidarnos de la esencia principal tanto del ser humano como de cualquier animal sobre la tierra... el movimiento. Por ello se debe recordar que, si se quiere conseguir un correcto desarrollo y mantenimiento de la persona, tanto en la juventud como en la adultez, es muy importante un trabajo continuo, variado y eficiente de la motricidad y de los diferentes sistemas corporales que la hacen posible.

En segundo lugar y tal y como indican Vargas y Orozco (2003), se debe aclarar que, para conseguir esa evolución progresiva de la motricidad de una persona, que nos ayudará a conseguir un bienestar físico y mental, es necesario un trabajo de los diferentes sistemas que componen nuestro cuerpo. Se debe conocer el cuerpo como un conjunto de sistemas que trabajan de manera simultánea para la consecución de diferentes objetivos. Conocer

nuestro organismo desde esta perspectiva nos ayudará, tanto a conocernos mejor a nosotros mismos como a poder solventar diferentes problemas que pudieran surgir en el futuro.

Además, al tratarse de una asignatura fundamentalmente práctica, podemos trabajar algunos contenidos vitales para el desarrollo del ser humano que nos sería muy difícil trabajar dentro de un aula. Se habla tanto de valores éticos (empatía, responsabilidad, justicia...) como de las diferentes habilidades sociales necesarias para un correcto desarrollo de la persona dentro de esta sociedad tan globalizada. Una de las principales características que diferencia la educación física de otras materias es la situación y colocación de los alumnos y del profesor durante el transcurso de la clase. Durante el 90% de las clases de las diferentes materias, el alumno, en primer lugar, no tiene un contacto visual directo con sus compañeros y, en segundo lugar, conecta con el profesor desde una vista ascendente, es decir, no lo ve a su misma altura. Sin embargo, en la educación física nos encontramos con un 90% del tiempo de clase donde alumnos y profesor se pueden mirar unos a otros y a la misma altura (todos de pie, tumbados, sentados...).

Por todas las razones expuestas anteriormente, se ha elegido realizar la programación de la asignatura de educación física en un curso de 4º de la ESO. Posteriormente se darán más características tanto de la programación, como del centro y alumnado con el que se va a desarrollar.

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

La programación didáctica o educativa, al igual que cualquier otra planificación que se pueda dar en la vida de una persona sirve para saber la utilidad de lo que vamos a hacer, las causas de por qué lo vamos a hacer, el proceso o los pasos que deberemos seguir para realizar la acción u objetivo en cuestión, donde va a tener lugar y de qué manera (materiales...) se va a llevar a cabo (Antúnez *et al.*, 1992).

Si extrapolamos esta definición al campo de la educación, se podría definir como ese instrumento utilizado y elaborado (junto con las instituciones y centros) por los docentes tanto para la facilitación del proceso de enseñanza-aprendizaje como para la mejora de la calidad de los contenidos y estrategias desarrolladas en el aula/gimnasio. Además, una correcta programación se considera vital para una educación de calidad, no solo para evitar

la improvisación sino para una correcta clarificación y selección de los contenidos, tanto primarios como secundarios, que se deseen trabajar.

Antúnez et al. (1993) señalan que para que una programación sea considerada correcta y útil debe concebirse como un proyecto de investigación y estar siempre sometida a reflexión, es decir, cualquier planificación educativa debería incluir 3 rasgos principales:

1. La correcta selección y elección de los contenidos a mostrar dentro de esta.
2. La flexibilidad necesaria para una posible mejora o corrección de esta,
3. La esencia de investigación, tratándose de un documento que innove o aporte algo novedoso al sector.

Para conseguir llegar a ser un buen docente, es necesario, no sólo realizar una programación, sino también velar siempre porque esta programación cumpla con las necesidades presentes de cada sociedad, investigando e innovando a partir de los diferentes errores que surjan y de la diferente formación que vayamos adquiriendo con el paso de los años como docente.

## **1.2. Criterios seguidos para elaborar la programación.**

Una vez determinados por las administraciones educativas los currículos prescriptivos de las distintas etapas educativas (**primer nivel de concreción curricular**), y los correspondientes centros educativos los han contextualizado a través del Proyecto Educativo, las normas de convivencia, organización y funcionamiento, la programación general anual, el plan de acción tutorial y de orientación profesional, el plan de autoprotección y de prevención de riesgos laborales, el plan de formación del profesorado, la memoria de final de curso y se han perfilado los documentos necesarios para dar realidad a los distintos programas y planes en los que interviene el Centro (**segundo nivel de concreción curricular**), participa el equipo docente, en particular a través de los **Departamentos de Coordinación Didáctica**, elaborando las Programaciones Didácticas de cada asignatura, materia, módulo profesional o ámbito (**tercer nivel de concreción curricular**).

Por tanto, podemos señalar los **criterios** seguidos a la hora de proponer esta programación didáctica:

- **Normatividad**, es decir, la programación didáctica no puede contravenir lo dispuesto en los currículos prescriptivos ni en el resto de normativa de desarrollo, ya sea estatal o de la propia CCAA.
- **Globalidad**, en el sentido de que la programación didáctica ha de contener todos los aspectos contenidos en la normativa (objetivos, contenidos temporalizados, metodología, atención a la diversidad, transversalidad, participación en planes y programas, evaluación del alumnado y de la propia programación y actividades de refuerzo y repaso para alumnos con asignaturas pendientes), en tal caso, los regulados en el artículo 44.3 del **Decreto 81/2010**, de 8 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los centros docentes públicos no universitarios de la Comunidad Autónoma de Canarias.
- **Realidad**, es decir, nuestra programación didáctica y su desarrollo a través de unidades didácticas o unidades de trabajo y situaciones de aprendizaje debe ajustarse a las características del centro, a sus grandes fines e intenciones educativas plasmados en los distintos documentos programáticos, pero sobre todo a las cualidades y singularidades de los alumnos.
- **Coherencia**, es decir, todos los elementos de la programación están íntimamente relacionados, por lo que deben estar suficientemente ligados para que el todo resulte congruente.
- **Adaptabilidad**, en el sentido que la programación didáctica no es un compartimento estanco, sino un documento flexible y abierto, que se puede modificar en función de las realidades anteriormente comentadas.
- **Temporalidad**, es decir, las programaciones didácticas tienen la vigencia del curso académico, ya que deben ser aprobadas por el Claustro y por el Consejo Escolar en cada curso y comprobadas por el Servicio de Inspección educativa, debiendo ser revisadas, modificadas o sustituidas en cursos ulteriores.

### 1.3. Marco normativo.

Para la correcta elaboración de la programación didáctica he consultado la normativa que se relaciona a continuación, especificando que en primer lugar, se muestra la normativa de nivel estatal para después dejar paso a la normativa autonómica, en concreto de la CCAA de



Canarias. También se hace referencia en un último apartado a los documentos Programáticos del Centro.

### **1. Normativa estatal.**

- **Constitución española del año 1978.** Nuestra constitución es la norma básica del ordenamiento jurídico español. En su artículo 27 se reconoce a la educación como un derecho fundamental.
- **Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo de educación (LOE)**, que ha sido modificada por ejemplo por la LOMCE, Ley Orgánica 8/2013 del 9 de diciembre para la mejora de la calidad educativa, o por la LOMLOE, Ley Orgánica 3/2020 del 29 de diciembre por la que se modifica la LOE. La Ley Orgánica de educación establece a grandes rasgos los principios y fines de la educación, la estructura del sistema educativo, la organización de los centros docentes, la participación en el funcionamiento y gobierno de los centros, etc.
- **Real Decreto 242/2009, de 27 de febrero**, por el que se establecen convalidaciones entre las enseñanzas profesionales de Música y de Danza y la Educación secundaria obligatoria y el Bachillerato, así como los efectos que sobre la **materia de Educación física deben tener la condición de deportista de alto nivel o rendimiento** y las enseñanzas profesionales de Danza (BOE n.º 51, de 28 de febrero). Lo más destacado de la norma en lo que se refiere a nuestra materia, es la posibilidad que tienen nuestros alumnos que cursen las etapas de **ESO o Bachillerato de solicitar la exención** de la materia de educación Física, en tanto tengan la consideración de deportistas de alto nivel o rendimiento.
- **Real Decreto 1105/2014**, de 26 de diciembre, donde se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. Corresponde al Gobierno la fijación de las enseñanzas mínimas de cada etapa educativa con la finalidad de asegurar una formación común a todos los alumnos del sistema educativo español, así como garantizar la validez de los títulos (ESO, Bachillerato...).
- **Real Decreto 984/2021**, de 16 de noviembre por el que se regula la evaluación y la promoción en la educación primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la ESO, el Bachillerato y la Formación Profesional.

- **Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo**, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria (BOE n.º 76, de 30 de marzo).

## 2. Normativa autonómica.

- **Ley 6/2014, de 25 de julio, Canaria de Educación no Universitaria.** Norma legal publicada tanto en Boletín de la Comunidad Autónoma de Canarias como en el BOE, «BOC» núm. 152, de 7 de agosto de 2014 y «BOE» núm. 238, de 1 de octubre de 2014.
- **Decreto 81/2010, de 8 de julio**, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los centros docentes públicos no universitarios de la Comunidad Autónoma de Canarias
- **Decreto 315/2015, de 28 de agosto**, por el que se establece la ordenación de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias (BOC n.º 169, de 31 de agosto).
- **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 (BOC n.º 136, de 15 de julio). Esta norma completa de manera definitiva para la CCAA de Canarias el currículo básico establecido por el Gobierno.
- **Decreto 25/2018, 26 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.
- **Decreto 174/2018, de 3 de diciembre**, de aprobación del reglamento por el que se regula la prevención, la intervención y el seguimiento del absentismo escolar y del abandono escolar temprano en el ámbito de la Comunidad Autónoma de Canarias.
- **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.
- **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.

- **Orden de 5 de febrero de 2018**, por la que se establecen las características y la organización de los Programas de Mejora del Aprendizaje y del Rendimiento en la Comunidad Autónoma de Canarias, así como los currículos de los ámbitos y de la materia de libre configuración autonómica, propios de estos programas.
- **Orden de 24 de mayo de 2022**, por la que se regulan la evaluación y la promoción del alumnado que cursa la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, hasta la implantación de las modificaciones introducidas por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 diciembre, en la Comunidad Autónoma de Canarias.
- **Instrucciones sobre la evaluación**, promoción y titulación en las etapas de Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, de aplicación en el curso escolar 2021-2022.
- **Resolución** de la Dirección General de ordenación, innovación y calidad, n.º 692/2021 de 12 de abril de 2021, por la que se dictan instrucciones para la solicitud de las medidas de atención a la diversidad a desarrollar durante el curso 2021-2022 en centros escolares que imparten enseñanza básica en la Comunidad Autónoma de Canarias (modificada en algunos aspectos por la Resolución nº 1114).

### **3. Documentos Programáticos del Centro.**

Una vez ordenado el currículo prescriptivo y toda la normativa de desarrollo, los Centros contextualizan al entorno y realidades más próximas a través de los documentos programáticos, de obligada consulta, para que la programación resulte coherente. Estos documentos son: El Proyecto Educativo de Centro, la Programación General Anual, las Normas de Organización y Funcionamiento del Centro, la Memoria de final de curso, el plan de atención a la diversidad y de orientación profesional, el plan de autoprotección del centro, el plan anual de actividades extraescolares y complementarias, el plan de formación del profesorado y los planes o programas en los que el centro participa y que se comentan más adelante.

## **2. Contextualización.**

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

El centro donde se va a desarrollar e implementar esta programación didáctica es un Instituto de Educación Secundaria (I.E.S), de carácter público.

En cuanto a su localización geográfica, el instituto se encuentra en un barrio periférico de una ciudad con una población de aproximadamente 180.000 habitantes. La localidad en la que se enmarca nuestro centro tiene 33 Colegios Públicos y 5 Colegios Concertados, en tanto que son 15 los Institutos de Educación Secundaria de carácter público y un centro privado. Completa la oferta educativa un Centro de Educación de adultos y un Centro de Educación Especial.

La ciudad donde se encuentra localizado el centro es considerada una ciudad ‘tranquila’, dedicada al sector servicios, con una industria consolidada en varios polígonos industriales y una gran influencia de la agricultura a nivel de la provincia. Esta gran presencia de la agricultura hace que la población se incremente de manera estacional.

Como ya he comentado anteriormente, nuestro Centro se sitúa en un barrio periférico, donde confluye una zona residencial de clase media-alta, otra de grandes edificios donde los precios de los alquileres son muy asequibles (muy demandadas por los trabajadores del sector servicios) y otra zona considerada suburbial donde residen varias familias de diferentes razas y etnias. Esto hace que se cree una auténtica diversidad tanto a nivel de nacionalidad como a nivel socioeconómico. De los 400 alumnos que tiene el Centro, 107 son extranjeros (55 colombianos, 20 marroquíes, 20 rumanos, 10 ucranianos, 1 chino y 1 búlgaro). Sin duda, la presencia de alumnos inmigrantes ha creado una mayor aceptación de la diversidad racial así como una tolerancia hacia las diferentes religiones.

### **2.2. Centro.**

Como Centro de Educación Secundaria se imparten las siguientes Enseñanzas:

- La Etapa de la Educación Secundaria Obligatoria. En los cursos segundo y tercero de la ESO se oferta de forma paralela un Programa de Mejora del Aprendizaje y del Rendimiento (PMAR), estructurado en tres Ámbitos (Lingüístico y Social, Ámbito Científico y Matemático, y Lenguas Extranjeras). Está concebido como una medida de

atención a la diversidad para que los alumnos con más dificultades puedan titular en 4º de la ESO. El próximo curso el PMAR es sustituido por el programa de Diversificación Curricular, cuyo primer curso se comenzará a ofertar en tercero de la ESO, y al que se pueden incorporar los alumnos de 1º de PMAR que promocionen y los de 2º de PMAR que no estén en condiciones de promocionar a 4º de la ESO.

- Un Ciclo de Formación Profesional de Grado Básico en Servicios Administrativos. Este Ciclo Formativo supone también una medida de atención a la diversidad y va dirigido a los alumnos de 3º de la ESO, y excepcionalmente 2º de la ESO, que pretenden obtener una cualificación profesional vinculada a un perfil profesional concreto, obteniendo, además del Título Profesional, en el caso de finalizar estudios, el Título de la ESO.
- La Etapa del Bachillerato, impartándose las modalidades de Ciencias y Humanidades y Ciencias Sociales.
- Un Ciclo de Formación Profesional de Grado Medio en Gestión Administrativa.
- Un Ciclo de Formación Profesional de Grado Superior en Administración y Finanzas.

En cuanto al número de unidades resultan un total de 23, distribuidas de la siguiente forma:

4 unidades de 1º de la ESO; 3 unidades de 2º de la ESO, incluidos los desdobles de PMAR; 3 unidades de 3º de la ESO, incluidos los desdobles de PMAR; 3 unidades de 4º de la ESO; 2 unidades de 1º de Bachillerato; 2 unidades de 2º de Bachillerato; 2 unidades del Ciclo Formativo Básico de Servicios Administrativo; 2 unidades del Ciclo Formativo de Grado Medio de Gestión Administrativa y 2 unidades del Ciclo Formativo de Grado Superior de Administración y Finanzas.

En el centro se imparte el **programa ‘British Council’** en todos los cursos de la ESO, y que, sin duda, es un importante **aspecto diferenciador** respecto de otros IES del entorno. El alumnado que opte por esta modalidad tendrá una hora diaria de lengua inglesa, además de combinarlo con otras asignaturas que se impartirán de manera bilingüe. A continuación, detallo las asignaturas que nuestros alumnos tendrá la posibilidad de realizar en inglés:

- 1º ESO= Geografía e Historia, Biología y Geología y Educación Física; 2º ESO= Física y Química. Optativa: Tecnología; 3º ESO= Biología y Geología, Física y Química. Optativa:

Cultura Clásica; 4º ESO= Geografía e Historia, Biología y Geología, Física y Química, Artes Escénicas y Danza.

Para impartir todas las enseñanzas mencionadas anteriormente, han sido necesarios un total de 52 Profesores repartidos en las distintas especialidades docentes, de los Cuerpos de Enseñanza Secundaria, Técnicos de Formación profesional y Maestros.

Junto con el programa mencionado anteriormente, el centro también participa en los distintos Programas aprobados por las administraciones Educativas, destacando:

- Programa de materiales curriculares gratuitos en la Etapa de la ESO.
- Proyecto Escolar Saludable, de carácter interdisciplinar coordinado por el Departamento Didáctico de Educación Física.
- Plan de Éxito Educativo y Prevención del Abandono Escolar Temprano: Programa Ilusiona, Prepárate y Titula.
- Programa Erasmus y Erasmus + dirigido a los alumnos de Grado Medio y Grado Superior, con la finalidad de cursar el módulo de Formación en Centros de Trabajo en países de la UE.

Toda la Comunidad Educativa utiliza distintas Plataformas a través de Internet para realizar los distintos trámites educativos. Sin duda, el uso de las mismas se ha generalizado con los periodos de confinamientos a causa de la COVID 19. Todos los procesos educativos, como la comunicación con los padres y alumnos, seguimiento académico de los alumnos, cuestiones de Secretaría como preinscripción, matriculación, certificados, o el reparto de apuntes y actividades de cada materia, se hace a través de este tipo de plataformas. También han sido y son de gran ayuda para ejercer la labor docente aplicaciones como canvas, flipped classroom o strava.

Este centro sólo cuenta con turno matinal, con horario continuado de 8:15 a 14:15, dejando un espacio de media hora de recreo, entre las 11:00 y 11:30, durante los 10 meses del curso escolar. Por las tardes, el centro se utiliza para las reuniones de los órganos colegiados del Centro, a saber: el Claustro de profesores, el Consejo Escolar, la Comisión de Coordinación pedagógica y de los distintos Departamentos Didácticos. También el centro es utilizado en

horario vespertino por la Asociación de Padres y Madres de alumnos (AMPA), muy activa en este centro, para la realización de distintos tipos de actividades.

Como no puede ser de otra forma, el centro cuenta con su propio dominio en internet, correo electrónico y está presente en las distintas RRSS como Facebook, Instagram, Tik Tok o YouTube.

### **2.3. Instalaciones y recursos materiales.**

Al estar situado en las afueras, el centro cuenta con un espacio relativamente amplio. Desde siempre, el centro ha estado formado por 2 edificios, el gimnasio y el aula principal; una pista de baloncesto, otra pista de fútbol y varias zonas verdes y arenosas que rodean ambos edificios. En el año 2007 el centro fue ampliado con otro edificio que actúa como segundo aula.

El aula principal cuenta con un total de 25 clases normales, 2 clases con ordenadores, 2 laboratorios, 2 aulas de música grandes, insonorizadas y bien equipadas; y los espacios necesarios para docentes y trabajadores del centro (jefatura, conserjería, sala de profesores, departamentos...). El gimnasio tiene las dimensiones de una pista de fútbol sala, con una altura bastante considerable que permite la práctica de cualquier deporte. Además, cuenta con 2 vestuarios donde encontramos 4 bicis estáticas y 2 mesas de Pin pon, una sala para profesores (dónde encontramos además una pequeña biblioteca dedicada a la actividad física) y el almacén para el material. Por último, el nuevo edificio cuenta con un total de 2 talleres tecnológicos y 12 clases normales, usadas para descongestionar el aula principal.

Finalmente añadir que, durante los últimos 3 años y gracias a la ayuda de los alumnos y de varios departamentos como el de Educación Física e Inglés, se está creando, en una de las zonas arenosas, un pequeño huerto con varios tipos de cultivos, con el objetivo de enseñar ciertas técnicas básicas de agricultura y supervivencia.

En cuanto a los deportes colectivos, se tiene la posibilidad de practicar baloncesto (8 canastas contando exteriores e interiores), voleibol (2 redes grandes), fútbol (1 campo interior y otro exterior), balonmano (igual que fútbol) y hockey (material abundante).

Dentro de los deportes individuales, podemos contar con varias redes para deportes de raqueta (bádminton, palas, familiarización con el pádel), 6 mesas de tenis de mesa y espacio bastante y amplio y colchonetas para la práctica de atletismo y deportes de contacto.

Además, durante los últimos cursos, el centro y el departamento han hecho un gran esfuerzo por comprar y crear material adecuado para el trabajo de fuerza y acondicionamiento físico. Gracias a ello, se puede ver en el almacén del gimnasio una gran variedad de material deportivo actual como gomas elásticas, kettlebells, TRX, fitball e incluso 2 bicicletas estáticas.

Por último, se ha incrementado la presencia de material para deportes alternativos como es el caso del spikeball, slackline o datchball. Los docentes del centro han recibido varios cursos de formación en este tipo de deportes que, por lo general, suelen tener una muy buena aceptación dentro de la clase.

#### **2.4. Alumnado.**

El centro cuenta con 400 alumnos, según datos del curso pasado, repartidos de manera homogénea en cuanto a edad y en cuanto a sexo, con porcentajes próximos al 50% en ambas variables.

Esta diversidad racial también provoca que en el centro se produzca una convivencia de diversas religiones y costumbres. Este ambiente promueve una tolerancia racial que puede no ser tan notable en otros institutos o colegios del entorno. A título de ejemplo, podemos hablar de la gran normalización y aceptación que se tiene con el Ramadán, haciendo que alumnos y profesores ayuden y estén siempre pendientes de aquellos alumnos que realizan está arraigada costumbre musulmana.

Centrándonos en el grupo-clase escogido para la programación didáctica anual y el desarrollo de una situación de aprendizaje, decir que se trata del curso de 4º de la ESO C. El grupo está formado por un total de 24 jóvenes. 14 chicas y 10 chicos. En líneas generales, se trata de una buena clase donde no existen, en principio, problemas conductuales graves. Las relaciones entre los alumnos son sanas y no se entrevén problemas grupales o sociales. La nota media es de 7.5 y sólo hay 2 repetidores que, además, muestran actitudes positivas hacia los estudios.

En cuanto a la asignatura de Educación Física, existe una gran variedad de deportes practicados entre los alumnos, lo que hace aún más nutritivo el desarrollo de las diferentes situaciones de aprendizaje presentes en la programación anual. Fútbol sala, baloncesto,



gimnasia rítmica y artística y ciclismo son algunas de las disciplinas practicadas por los alumnos.

Cabe destacar que dentro del aula existe un caso de ambliopía (pérdida total o parcial de la visión en un ojo) en una de las chicas. Además, durante el desarrollo de la situación de aprendizaje, uno de los alumnos sufrió una rotura de tibia y peroné, lo que le obligó a tener que realizar 2 situaciones de aprendizaje completas donde el alumno tuvo que hacer uso de la silla de ruedas y de las muletas. Más adelante se hablarán de las diferentes adaptaciones y medidas que se han adoptado para el correcto desarrollo de la clase y por el bienestar físico y mental de los alumnos afectados.

### 3. Concreción curricular.

Tal y como se ha mencionado anteriormente en la fundamentación normativa de esta Programación Didáctica, el Estado reguló el currículo básico de ESO y bachillerato mediante Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, y ha sido la comunidad autónoma de Canarias la que lo ha contextualizado a la realidad y al ámbito territorial de las islas a través de dos normas básicas, a saber:

- **Decreto 315/2015**, de 28 de agosto, por el que se establece la ordenación de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias.
- **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.

#### 3.1. Objetivos de la etapa.

El Decreto autonómico 315/2015, antes de referirse a los objetivos de la ESO, menciona ciertos principios básicos y generales de la etapa educativa de la Educación Secundaria Obligatoria, siendo estos la consecución de los siguientes fines:

1. Preparar al alumnado para cursar estudios superiores, su inserción laboral y a la formación permanente a lo largo de su vida.
2. Formarlos para incorporarlos a la sociedad ejerciendo sus derechos y obligaciones.
3. Generar en el alumnado hábitos de lectura, de estudio y de trabajo.
4. Adquirir por el alumnado los elementos básicos de la cultura.

En el mismo sentido, el artículo 10 de la normativa básica del Estado, Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre.

Una vez relacionados los principios o grandes fines educativos de la etapa de la Educación Secundaria Obligatoria, El Decreto autonómico 315/2015 hace una remisión expresa a la normativa básica estatal en cuanto a la definición de los Objetivos de la Etapa de la ESO, siendo estos, por tanto, los previstos en el artículo 11 del Real Decreto 1105/2014. De una lectura comprensiva del citado precepto, destaco:

- La integración en una sociedad democrática afianzando valores como la igualdad entre mujeres y hombres, la cooperación, tolerancia, solidaridad...
- Desarrollar hábitos y estrategias de estudio y de trabajo tanto a nivel individual como colectivo.
- Valorar y respetar la diferencia de sexos, rechazando cualquier tipo de discriminación entre hombres y mujeres.
- Favorecer capacidades que rechacen la violencia comportamiento sexistas potenciando la resolución pacífica de los conflictos.
- Favorecer el sentido crítico, así como adquirir una formación y destrezas básicas en el uso de NNTT o TICs.
- Concebir el conocimiento científico como un saber integrado pero estructurado en distintas disciplinas.
- Favorecer el espíritu emprendedor de creación de empresas y de innovación.
- Comprender y expresarse de forma correcta en lengua castellana.
- Comprender y expresarse de forma correcta en una o más lenguas extranjeras.
- Valorar y respetar los aspectos básicos, tradiciones y costumbres de nuestra cultura.
- Conocer y aceptar nuestro propio cuerpo y el de los demás fomentando hábitos de salud incorporando la educación física y la práctica del deporte para el desarrollo personal y social. Además, fomentar hábitos sociales relacionados con el medio ambiente, la salud, el consumo y el cuidado de los seres vivos.
- Apreciar y valorar la creación, el sentido y las capacidades artísticas.

El Decreto autonómico 315/2015, a la hora de contextualizar el currículum a la realidad de Canarias, establece en su artículo 20, que el currículo de la Comunidad Autónoma de Canarias 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. Junto a ello, también se pretende:

- La consecución de la igualdad efectiva de género, realizando acciones de prevención de la violencia, fomentando la coeducación.
- El desarrollo en el alumnado de hábitos y valores solidarios, fomentando el espíritu crítico y eliminado cualquier tipo de desigualdad por cualquier motivo, ya sea sexo, identidad de género, orientación afectiva y sexual, edad, religión, cultura, capacidad, etnia u origen.
- El afianzamiento de la autoestima, el autoconocimiento, la gestión de las emociones y la generación de hábitos de cuidado, higiene y salud corporales, encaminado a adquirir un estilo de vida saludable.
- El fomento de actitudes responsables de acción y cuidado del medio natural, social y cultural.

### **3.2. Objetivos de la Educación Física y su contribución a las competencias.**

El Decreto 315/2015, de 28 de agosto, por el que se establece la ordenación de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias, así como el Decreto 83/2016, de 4 de julio, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias, configuran la asignatura de Educación Física como una materia de índole específica y obligatoria, que se imparte en todos los cursos de la ESO, así como en el PMAR, con una carga lectiva de 2 horas. También se imparte en el primer curso de Bachillerato como materia obligatoria y con la misma carga lectiva. En segundo de Bachillerato se imparte la asignatura **Acondicionamiento Físico**, como materia optativa y una carga lectiva de 2 horas.

Según el informe Eurydice publicado por la Comisión Europea en el año 2013 se estima que el 80% de nuestros alumnos sólo realizan actividad físico deportivas en el colegio o en el instituto. Es obvio que el creciente uso de las nuevas tecnologías en nuestra sociedad hace que muchos de nuestros alumnos dediquen un tiempo excesivo en el uso de dispositivos electrónicos, tabletas, ordenadores, videoconsolas... lo que sin duda facilita el sedentarismo,

la obesidad y otros malos hábitos. Es por ello por lo que la materia de Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar la competencia motriz y procedimientos y actitudes relacionados con el cuerpo y la motricidad. Por tanto, se pretende que nuestros alumnos practiquen la actividad física de manera regular adquiriendo unos hábitos de vida saludables.

En cuanto a la contribución de la asignatura de Educación Física a las competencias clave presentes, tanto en el currículo autonómico como en el estatal, se podría empezar hablando de las diversas posibilidades y situaciones ofrecidas durante el desarrollo de nuestra materia para la consecución de dichos objetivos o competencias.

La Educación Física es una asignatura principalmente activa y social, esto quiere decir que todas las actividades y ejercicios van a necesitar del movimiento, del habla y de las relaciones sociales para un correcto desarrollo. De esta manera, la educación física consigue una estimulación tanto del lenguaje oral, el castellano en este caso, como de las diferentes habilidades y capacidades que permiten al ser humano relacionarse con otros seres (valores, habilidades sociales, inteligencia emocional...). En este apartado se acaba de ver una contribución de esta asignatura a la competencia lingüística y a la competencia social y cívica.

Por otro lado, tenemos una contribución a la competencia de aprender a aprender y a la competencia del sentido de iniciativa y espíritu emprendedor mediante la formación de grupos heterogéneos y el reparto de roles entre los integrantes de estos, para la consecución de un objetivo común. Esta metodología junto con la independencia y libertad dada para la búsqueda y selección de la información son un ejemplo para la estimulación de las 2 competencias nombradas anteriormente. Durante el desarrollo de la situación de aprendizaje veremos cómo los alumnos adoptarán diferentes papeles para agilizar en la elaboración y ejecución de una coreografía.

En tercer lugar, tenemos el uso de juegos y bailes tradicionales de cada región. Este tipo de gamificación provocará un trabajo de la competencia de conciencia y expresiones culturales. Esta situación va a crear un vínculo más estrecho con el resto de alumnos, así como con sus respectivos familiares al tener una forma de entretenimiento en común.

### 3.3. Contribución a los objetivos de etapa.

De la lectura comprensiva del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, y 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, podemos afirmar que nuestra asignatura contribuye de manera efectiva a la consecución de los Objetivos generales de la etapa de la ESO.

En primer lugar, la asignatura de Educación Física participa de una educación inclusiva, sobre todo en lo que se refiere al reconocimiento de uno mismo, nuestro cuerpo y el de los demás, respetando las diferencias, favoreciendo los valores de Igualdad y no discriminación. También se fomenta la práctica del deporte para favorecer hábitos saludables propiciando el espíritu crítico sobre determinados hábitos poco adecuados. No cabe duda de que al realizarse la práctica del deporte en espacios abiertos también se concientia al alumnado en la conservación del medio ambiente y el respeto y cuidado del resto de seres vivos.

En la relación con el desarrollo de las tareas motrices, el alumnado debe reconocer derechos y deberes, lo que supone educar para la tolerancia, la cooperación, el trabajo en equipo, la solidaridad, la empatía, la resiliencia y el ser partícipe de una sociedad democrática.

También desde la Educación Física se desarrollan actitudes y capacidades afectivas. Actitudes como la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal, la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades, pero también la creatividad. Capacidades afectivas como desarrollo de la personalidad, las relaciones con los demás, la prevención y la resolución pacífica de los posibles conflictos, el respeto de los derechos humanos, a las diferentes y la no discriminación de personas con discapacidad en la práctica de las actividades físicas.

En la comunicación, el empleo correcto del lenguaje es un aspecto esencial, fomentando el espíritu crítico en la NNTT.

### 3.4. Contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

Todos los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje referidos al curso de 4º de la ESO y extraídos del **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 (BOC n.º 136, de 15 de julio) se encuentran en el *\*Anexo 1*.

### 3.5. Unidades de programación.

A continuación, se va a desarrollar la programación anual elaborada durante el curso 21/22 para una clase de 4º de la ESO. Dicha programación consta de 9 unidades didácticas, de las cuales 2 serán abordadas de manera transversal, teniendo alguna o varias sesiones en los 3 trimestres. De las otras 7, 3 serán llevadas a cabo en el primer trimestre, 2 en el segundo y 2 en el tercero.

La temporalización de las unidades didácticas planificadas se ha llevado a cabo siguiendo el calendario escolar aprobado para el curso 21/22 por el gobierno autonómico de Canarias.

*\*El desarrollo pormenorizado de la situación de aprendizaje se encuentra en Anexo 2.*

UNIDAD 1: Quemando excesos	
<b>Periodo:</b> Una sesión durante la primera semana después de cada periodo vacacional. -Semana del 13/09 al 17/09 -Semana del 10/01 al 14/01 -Semana del 18/04 al 22/04	<b>Sesiones:</b> 8 sesiones (2 al principio de cada trimestre + 2 complementarias dependiendo de la forma física de los alumnos)
<b>Descripción:</b> Acondicionamiento y preparación del cuerpo de los jóvenes para la práctica posterior de diferentes modalidades deportivas. Entrenamiento de todas las capacidades básicas de movimiento del ser humano.	<b>Justificación:</b> Con esta unidad se intenta que todos los jóvenes alcancen un nivel aceptable de acondicionamiento físico para mejorar el rendimiento en todas las modalidades deportivas que se vayan a practicar.
<b>Fundamentación curricular</b>	

<p><b>Criterios de evaluación:</b></p> <p>1. Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física</p> <p>2. Colaborar en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, y participar activamente en estos, identificando los elementos estructurales que definen al deporte y adoptando posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.</p>	<p><b>Contenidos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Funciones de la Educación Física a lo largo de la historia y sus concepciones actuales.</li> <li>• Actividades físicas saludables y no saludables.</li> <li>• Identificación de los efectos que provoca la intensidad en la práctica de la actividad física sobre los diferentes sistemas orgánico-funcionales y sobre el estado de salud.</li> <li>• Valoración de la aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.</li> <li>• Valoración del grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</li> <li>• Análisis y puesta en práctica de los diferentes métodos y sistemas para la mejora de sus capacidades físicas básicas.</li> <li>• Elaboración y puesta en práctica de un plan de trabajo de alguna capacidad física: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia previa valoración de su condición física.</li> <li>• Toma de conciencia y ajuste de posturas saludables en las actividades físicas-motrices y su transferencia a situaciones cotidianas.</li> <li>• Práctica de métodos de relajación y técnicas de respiración como medio para regular su esfuerzo, mejorar su rendimiento y como medio para liberar tensiones y su transferencia a diferentes situaciones escolares y no escolares.</li> <li>• Valoración de los efectos que determinados hábitos (fumar, beber, sedentarismo, dopaje...) y actividades físico-motrices tienen en la salud personal y colectiva.</li> <li>• Identificación de las aportaciones que una alimentación e hidratación equilibrada proporciona a la mejora del rendimiento en la actividad física.</li> <li>• Actitud crítica ante los estereotipos corporales relacionados a la sociedad de consumo (trastornos alimentarios, dopaje, modas...) y sus consecuencias para la salud.</li> <li>• Desarrollo de la autoexigencia y la autoconfianza en las actividades físico-motrices.</li> <li>• Responsabilidad y respeto ante la realización de las diferentes tareas.</li> <li>• Autonomía en la aplicación de calentamientos generales y específicos previo análisis de la actividad física que se realiza y para la prevención de lesiones</li> <li>• Autonomía en la aplicación de la vuelta a la calma en diferentes contextos.</li> <li>• Distribución de ejercicios, actividades o tareas de una sesión atendiendo a su intensidad o a su dificultad.</li> </ul>	
<p><b>Est. Aprendizaje evaluables:</b> 1, 2, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 13, 14, 38, 43, 44, 45</p>	<p><b>Competencias:</b> CMCT, CD, CAA</p>	
<p><b>Fundamentación metodológica</b></p>		
<p><b>Modelo de enseñanza:</b> Expositivo, enseñanza directa, inductivo básico, resolución de problemas.</p>		
<p><b>Contribución al desarrollo de competencias:</b> Se intentará que los alumnos aprendan a organizar una sesión cumpliendo tiempo y organización (CMCT), además de realizar ellos la propia búsqueda de ejercicios que cumplan los requisitos que se les piden (CD Y CAA).</p>		
<p><b>Agrupamientos:</b> Gran grupo, grupos heterogéneos, trabajo individual</p>	<p><b>Espacios:</b> Gimnasio, pistas deportivas exteriores, pistas de atletismo.</p>	<p><b>Recursos:</b> Gomas elásticas, espalderas, fitballs, kettlebells, mancuernas.</p>

UNIDAD 2: Si nos perdemos, nos encontramos		
<b>Periodo:</b> 2 últimas semanas de septiembre y 2 primeras semanas de octubre. Comienzo el día 20/09 hasta el día 15/10.		<b>Sesiones:</b> 7 sesiones
<b>Descripción:</b> Durante esta unidad de programación se va a profundizar en los contenidos de la modalidad deportiva de orientación. Los jóvenes aprenderán a ubicar los diferentes puntos cardinales, el uso de la brújula y el mapa, así como diferentes técnicas que nos podrían ser de utilidad en el medio natural si no dispusiéramos de tecnología móvil. Además, esta SA es una buena opción para que los alumnos visiten algún entorno natural próximo al centro y aprendan tanto a desarrollar actividades fuera de este como a trabajar en el medio natural sin causar daños o alteraciones.		<b>Justificación:</b> Se buscará que los jóvenes aprendan las nociones básicas de la orientación, así como el uso de las diferentes herramientas que existen dentro de esta disciplina. Se deberá tratar esta SA con la importancia que requiere, considerándola una herramienta útil para la futura vida del joven y no como un simple pasatiempo. Para ello, se deberá explicar las diferentes situaciones en las que podremos hacer uso de estas técnicas.
Fundamentación curricular		
<b>Criterios de evaluación:</b> 2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas. 3. Colaborar en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, y participar activamente en estos, identificando los elementos estructurales que definen al deporte y adoptando posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.		<b>Contenidos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis y práctica de las estructuras de actividades físicas psicomotrices y socio motrices con y sin implemento.</li> <li>• Aplicación oportuna y eficaz las habilidades específicas y estructurales de las actividades físicas y deportivas en función de los estímulos y factores presentes en la práctica.</li> <li>• Práctica de habilidades específicas, preservando su seguridad.</li> <li>• Ajuste corporal en la resolución de problemas motores a partir de diferentes situaciones motrices.</li> <li>• Principios estratégicos en la práctica de situaciones cooperativas o competitivas de las diferentes actividades.</li> <li>• Planificación, organización y práctica de actividades físico-motrices o eventos lúdicos, recreativos y deportivos en entornos habituales y no habituales.</li> <li>• Toma de conciencia de las repercusiones que las actividades físico-motrices realizadas en el medio natural tienen para la salud y para la conservación del entorno.</li> <li>• Uso de los elementos de organización para el desarrollo de las sesiones.</li> </ul>
<b>Est. Aprendizaje evaluables:</b> 16, 20, 25, 29, 30, 31, 41, 42		<b>Competencias:</b> CMCT, CD, CAA
Fundamentación metodológica		
<b>Modelo de enseñanza:</b> Expositivo, investigación guiada, simulación, resolución de problemas.		
<b>Contribución al desarrollo de competencias:</b> Durante el transcurso de esta SA, los alumnos deberán aprender el uso de las diferentes herramientas necesarias para la realización de carreras de orientación (CMCT y CD). Se les dejará la libertad necesaria para que puedan desenvolverse de manera individual sin ayuda del profesor (CAA).		
<b>Agrupamientos:</b> Trabajo individual, trabajo por parejas.	<b>Espacios:</b> Gimnasio, patio exterior. Posibilidad de realizar actividades en el medio natural.	<b>Recursos:</b> Brújulas, mapas, reloj solar, móvil.
UNIDAD 3: Dream team		
<b>Periodo:</b> 2 últimas semanas de octubre y 2 primeras semanas de noviembre. Comienzo el 18/10 hasta el día 12/11.		<b>Sesiones:</b> 8 sesiones



<p><b>Descripción:</b> Para esta unidad los alumnos aprenderán nuevos contenidos tanto técnicos como tácticos de la modalidad deportiva del baloncesto. Se comenzará la asimilación de conceptos a través de juegos para acabar realizando partidos con la totalidad de las reglas,</p>		<p><b>Justificación:</b> Los alumnos aprenderán conceptos más avanzadas de los deportes colectivos. También será necesario la adquisición de una técnica aceptable de los diferentes sistemas de movimiento que integran este deporte.</p>	
<b>Fundamentación curricular</b>			
<p><b>Criterios de evaluación:</b> 2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.</p>		<p><b>Contenidos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Análisis y práctica de las estructuras de actividades físicas psicomotrices y socio motrices con y sin implemento.</li> <li>● Aplicación oportuna y eficaz las habilidades específicas y estructurales de las actividades físicas y-deportivas en función de los estímulos y factores presentes en la práctica.</li> <li>● Práctica de habilidades específicas, preservando su seguridad.</li> <li>● Ajuste corporal en la resolución de problemas motores a partir de diferentes situaciones motrices.</li> <li>● Principios estratégicos en la práctica de situaciones cooperativas o competitivas de las diferentes actividades.</li> </ul>	
<p><b>Est. Aprendizaje evaluables:</b> 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 25, 36, 37, 38</p>		<p><b>Competencias:</b> CSC</p>	
<b>Fundamentación metodológica</b>			
<p><b>Modelo de enseñanza:</b> Expositivo, enseñanza directa, cooperativo, descubrimiento guiado.</p>			
<p><b>Contribución al desarrollo de competencias:</b> En esta SA se potenciará el trabajo en equipo y la adquisición de todos los valores y habilidades necesarias para un correcto funcionamiento de este. (CSC).</p>			
<p><b>Agrupamientos:</b> Trabajo individual, trabajo en parejas</p>	<p><b>Espacios:</b> Pistas de baloncesto interiores y exteriores.</p>	<p><b>Recursos:</b> Balones de baloncesto, petos, aros.</p>	
<b>UNIDAD 4: El valor de jugar (juegos y deportes alternativos)</b>			
<p><b>Período:</b> 2 últimas semanas de noviembre y 2 primeras de diciembre. Comienzo el día 15 de noviembre hasta el día 10 de diciembre.</p>		<p><b>Sesiones:</b> 8 sesiones</p>	
<p><b>Descripción:</b> En esta unidad los alumnos aprenderán diferentes juegos que no son tan conocidos como los típicos juegos populares, así como los valores que hacen del jugar una herramienta útil, enriquecedora y divertida. Dentro de estos juegos no tan conocidos se podría hablar del beisbol, datchball, slackline...</p>		<p><b>Justificación:</b> Se busca el aprendizaje y conocimiento de formas lúdicas de entretenimiento que no estén tan arraigadas en nuestra sociedad, así como los valores necesarios para un buen desarrollo de estos.</p>	
<b>Fundamentación curricular</b>			

<p><b>Criterios de evaluación:</b></p> <p>2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>3. Colaborar en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, y participar activamente en estos, identificando los elementos estructurales que definen al deporte y adoptando posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.</p>	<p><b>Contenidos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Principios estratégicos en la práctica de situaciones cooperativas o competitivas de las diferentes actividades.</li> <li>• Práctica de bailes tradicionales de Canarias y de otras culturas.</li> <li>• Creación de situaciones expresivas psicomotrices y socio motrices potenciando las actitudes de apertura y comunicación con los demás.</li> <li>• Recopilación, clasificación y práctica de juegos y deportes tradicionales canarios, valorándolos como identificativos de nuestra cultura.</li> <li>• Creación de situaciones expresivas individuales y colectivas potenciando las actitudes de apertura y comunicación con los demás.</li> <li>• Valoración de la actitud hacia el deporte desde la perspectiva de practicante, espectador y consumidor.</li> <li>• Autonomía y transferencia a otros contextos extradeportivos.</li> <li>• Planificación, organización y práctica de actividades físico-motrices o eventos lúdicos, recreativos y deportivos en entornos habituales y no habituales.</li> <li>• Toma de conciencia de las repercusiones que las actividades físico-motrices realizadas en el medio natural tienen para la salud y para la conservación del entorno.</li> <li>• Uso de los elementos de organización para el desarrollo de las sesiones.</li> </ul>	
<p><b>Est. Aprendizaje evaluables:</b> 24, 25, 26, 27, 35, 36, 37, 38, 46</p>	<p><b>Competencias:</b> CSC, CSIEE, CCEC</p>	
<p><b>Fundamentación metodológica</b></p>		
<p><b>Modelo de enseñanza:</b> Expositivo, descubrimiento guiado, trabajo en grupos</p>		
<p><b>Contribución al desarrollo de competencias:</b> Al igual que en la SA anterior, los alumnos deberán poseer o adquirir las habilidades necesarias para realizar juegos donde el trabajo colectivo es imprescindible (CSC). También deberán elaborar por su propia cuenta una lista con juegos alternativos y tradicionales (CSIEE) y conocer cuáles de estos juegos son típicos de nuestra región (CCEC)</p>		
<p><b>Agrupamientos:</b> Trabajo individual, en parejas, grupos heterogéneos, gran grupo.</p>	<p><b>Espacios:</b> Gimnasio, pistas deportivas exteriores</p>	<p><b>Recursos:</b> Cuerdas, aros, balones, petos, tizas, canicas.</p>
<p><b>UNIDAD 5: ¿Comes realmente bien?</b></p>		
<p><b>Periodo:</b> 2 sesiones durante la última semana de cada trimestre (se podrá cambiar según la disposición del calendario). -Semana del 13/12 al 22/12. -Semana del 04/04 al 08/04. -Semana del 20/06 al 23/06</p>	<p><b>Sesiones:</b> 6 sesiones</p>	
<p><b>Descripción:</b> Mediante esta SA se propone al alumnado diferentes formas de conseguir una buena alimentación. También se buscará alejar a los jóvenes de todas las malas costumbres alimenticias que imperan en nuestra sociedad hoy en día.</p>	<p><b>Justificación:</b> Se intentará que los jóvenes aprendan a ser críticos en temas de alimentación. Esta unidad gana importancia en nuestros días, al encontrarnos en una sociedad que estimula los malos hábitos alimenticios.</p>	
<p><b>Fundamentación curricular</b></p>		

<b>Criterios de evaluación:</b> 1. Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física.		<b>Contenidos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Valoración de los efectos que determinados hábitos (fumar, beber, sedentarismo, do-paje...) y actividades físico-motrices tienen en la salud personal y colectiva.</li> <li>• Identificación de las aportaciones que una alimentación e hidratación equilibrada proporciona a la mejora del rendimiento en la actividad física.</li> <li>• Actitud crítica ante los estereotipos corporales relacionados a la sociedad de consumo (trastornos alimentarios, dopaje, modas...) y sus consecuencias para la salud.</li> </ul>	
<b>Est. Aprendizaje evaluables:</b> 3, 4, 5, 6, 7, 46, 47, 48		<b>Competencias:</b> CAA, CSC, CCEC	
<b>Fundamentación metodológica</b>			
<b>Modelo de enseñanza:</b> Expositivo, enseñanza directa, descubrimiento guiado, aprendizaje cooperativo, aprendizaje basado en proyectos.			
<b>Contribución al desarrollo de competencias:</b> Por un lado, los alumnos deberán, de manera individual, realizar una pequeña investigación para conocer nuevos alimentos y su ayuda al organismo (CAA). Por otro lado, ya en grupo, crearán un menú completo de día, incluyendo al menos 1 comida típica de nuestro país o región (CSC y CECC).			
<b>Agrupamientos:</b> Gran grupo, trabajo individual	<b>Espacios:</b> Aula, gimnasio.	<b>Recursos:</b> No es necesario material.	
<b>UNIDAD 6: El atletismo y las olimpiadas</b>			
<b>Periodo:</b> 2 últimas semanas de enero y mes completo de febrero. -Comienzo el 17 de enero y finalización el 28 de febrero.		<b>Sesiones:</b> 10 sesiones	
<b>Descripción:</b> Durante esta unidad didáctica se trabajarán las diferentes modalidades que componen el deporte del atletismo haciendo especial hincapié en aquellas que estén integradas dentro de los Juegos Olímpicos (100m, diferentes tipos de saltos y lanzamientos...). Se desarrollarán conceptos complementarios como la técnica de carrera. Se realizarán competiciones intra e Inter clases de las diferentes modalidades deportivas de las que hayamos hablado.		<b>Justificación:</b> Los alumnos deberán conocer la historia y esencia de las JJOO, así como las modalidades que lo componen. También se abordarán desde un punto de vista lúdico y competitivo los diferentes valores presentes en el atletismo.	
<b>Fundamentación curricular</b>			
<b>Criterios de evaluación:</b> 2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas. 3. Colaborar en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, y participar activamente en estos, identificando los elementos estructurales que definen al deporte y adoptando posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.		<b>Contenidos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Funciones de la Educación Física a lo largo de la historia y sus concepciones actuales.</li> <li>• Actividades físicas saludables y no saludables.</li> <li>• Identificación de los efectos que provoca la intensidad en la práctica de la actividad física sobre los diferentes sistemas orgánico-funcionales y sobre el estado de salud.</li> <li>• Valoración de la aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.</li> <li>• Valoración del grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</li> <li>• Análisis y puesta en práctica de los diferentes métodos y sistemas para la mejora de sus capacidades físicas básicas.</li> <li>• Elaboración y puesta en práctica de un plan de trabajo de alguna capacidad física: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia previa valoración de su condición física.</li> <li>• Toma de conciencia y ajuste de posturas saludables en las actividades físicas-motrices y su transferencia a situaciones cotidianas.</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Práctica de métodos de relajación y técnicas de respiración como medio para regular su esfuerzo, mejorar su rendimiento y como medio para liberar tensiones y su transferencia a diferentes situaciones escolares y no escolares.</li> <li>• Autonomía en la aplicación de calentamientos generales y específicos previo análisis de la actividad física que se realiza y para la prevención de lesiones</li> <li>• Autonomía en la aplicación de la vuelta a la calma en diferentes contextos.</li> <li>• Distribución de ejercicios, actividades o tareas de una sesión atendiendo a su intensidad o a su dificultad.</li> <li>• Aplicación de algunos protocolos básicos de primeros auxilios a la práctica físico-motriz.</li> <li>• Participación activa y respeto a la diversidad en la realización de actividades físico-motrices</li> </ul>
<b>Est. Aprendizaje evaluables:</b> 1, 16, 17, 18, 19, 20, 25, 36, 37, 38	<b>Competencias:</b> CMCT, CAA, CCEC
<b>Fundamentación metodológica</b>	
<b>Modelo de enseñanza:</b> Deductivo, expositivo, mando directo, asignación de tareas.	
<b>Contribución al desarrollo de competencias:</b> En esta SA se enseñará a realizar una medición correcta de diferentes variables relacionadas con el atletismo (CMCT). Además, se realizará un pequeño trabajo individual o en parejas donde se hable de algún atleta reconocido de nuestro país (CAA y CECC).	
<b>Agrupamientos:</b> Trabajo individual, en parejas y grupos heterogéneos.	<b>Espacios:</b> Gimnasio, pistas deportivas exteriores, pistas de atletismo municipales.
<b>Recursos:</b> Aros, cuerdas, pesos, colchonetas.	
<b>UNIDAD 7: Bailamos, subimos y nos agarramos</b>	
<b>Periodo:</b> Mes de marzo y 2ª semana de abril. Desde el 01/03 hasta el 31/03 y la semana del 25/04 al 29/04.	<b>Sesiones:</b> 8 sesiones.
<b>Descripción:</b> Mediante esta situación de aprendizaje los alumnos conocerán el deporte del acrosport. Además, les enseñaremos los conceptos básicos de la gimnasia, centrándonos sobre todo en la gimnasia artística y en la gimnasia rítmica. Los alumnos deberán relacionar los conceptos aprendidos durante las primeras clases para posteriormente elaborar una coreografía con los diferentes elementos y exponerla al resto de grupos. En general se podría decir que se va a trabajar el conjunto de las habilidades gimnásticas.	<b>Justificación:</b> El objetivo de esta SA es trabajar de manera conjunta el deporte de acrosport y algunos principios básicos de baile y de la modalidad deportiva de gimnasia. A diferencia de otras, esta es una buena oportunidad para trabajar de manera complementaria algunos valores como la empatía y el trabajo en equipo. También es de gran importancia la asimilación de la seguridad como elemento principal de esta SA.
<b>Fundamentación curricular</b>	
<b>Criterios de evaluación:</b> 2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas. 3. Colaborar en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, y participar activamente en estos, identificando los elementos estructurales que definen al deporte y adoptando posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos	<b>Contenidos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Práctica de habilidades específicas, preservando su seguridad.</li> <li>• Ajuste corporal en la resolución de problemas motores a partir de diferentes situaciones motrices.</li> <li>• Creación de situaciones expresivas individuales y colectivas potenciando las actitudes de apertura y comunicación con los demás.</li> <li>• Valoración de la actitud hacia el deporte desde la perspectiva de practicante, espectador y consumidor.</li> <li>• Diseño y ejecución de composiciones coreográficas colectivas con o sin base musical de forma individual y colectiva como medio de comunicación y expresión.</li> </ul>

<p>en el entorno. 4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Responsabilidad y respeto ante la realización de las diferentes tareas.</li> <li>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>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> </ul>
<p><b>Est. Aprendizaje evaluables:</b> 16, 32, 33, 34, 40, 41, 42, 46, 47, 48</p>		<p><b>Competencias:</b> CD, CSC, CSIEE</p>
<p><b>Fundamentación metodológica</b></p>		
<p><b>Modelo de enseñanza:</b> Expositivo, aprendizaje cooperativo, aprendizaje basado en proyectos</p>		
<p><b>Contribución al desarrollo de competencias:</b> Con esta SA, la contribución a las competencias es muy variada: En primer lugar, los alumnos deberán organizar y planificar la coreografía en grupo, haciendo coincidir los tiempos y repartiendo los roles de los diferentes integrantes (CD y CSC), después los alumnos deberán realizar una investigación con los mismos grupos e incluir en su coreografía algunos pasos o ritmos que no hayan sido vistos en clase (CSIEE).</p>		
<p><b>Agrupamientos:</b> Trabajo individual, en parejas y grupos cooperativos.</p>	<p><b>Espacios:</b> Gimnasio.</p>	<p><b>Recursos:</b> Colchonetas, equipo de música, cronómetro, material decorativo adicional casero.</p>
<p><b>UNIDAD 8: Raqueteando</b></p>		
<p><b>Periodo:</b> 3 primeras semanas de mayo. Del día 02/05 al 20/05.</p>		<p><b>Sesiones:</b> 6 sesiones</p>
<p><b>Descripción:</b> Para ir finalizando nuestra programación didáctica, se ha elaborado una SA donde aprenderemos y practicaremos diferentes tipos de deportes con implementos. Gracias a las instalaciones y material del centro las posibilidades son varias y se ha optado por elegir pin pon, tenis, palas y pádel.</p>		<p><b>Justificación:</b> Los alumnos deberán aprender tanto la técnica como la táctica presente en los diferentes deportes con implementos que son practicados en nuestra sociedad. También deberán conocer y sentir las diferencias entre estos deportes, normalmente considerados individuales y los deportes colectivos.</p>
<p><b>Fundamentación curricular</b></p>		
<p><b>Criterios de evaluación:</b> 2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.</p>		<p><b>Contenidos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Análisis y práctica de las estructuras de actividades físicas psicomotrices y socio motrices con y sin implemento.</li> <li>Aplicación oportuna y eficaz las habilidades específicas y estructurales de las actividades físicas y-deportivas en función de los estímulos y factores presentes en la práctica.</li> <li>Práctica de habilidades específicas, preservando su seguridad.</li> <li>Ajuste corporal en la resolución de problemas motores a partir de diferentes situaciones motrices.</li> <li>Principios estratégicos en la práctica de situaciones cooperativas o competitivas de las diferentes actividades.</li> </ul>
<p><b>Est. Aprendizaje evaluables:</b> 16, 17, 18, 19, 20, 21, 25, 36, 37, 38</p>		<p><b>Competencias:</b> CSC</p>
<p><b>Fundamentación metodológica</b></p>		
<p><b>Modelo de enseñanza:</b> Expositivo, asignación de tareas, mando directo.</p>		

<b>Contribución al desarrollo de competencias:</b> En esta SA los alumnos potenciarán esas habilidades sociales y grupales mediante los diferentes ejercicios de colaboración y oposición que se irán desarrollando (CSC).		
<b>Agrupamientos:</b> Trabajo individual y en parejas.	<b>Espacios:</b> Gimnasio, pistas deportivas exteriores.	<b>Recursos:</b> Raquetas, mesas de pin pon, implementos caseros, redes, pelotas de diferentes tamaños y pesos.
<b>UNIDAD 9: Nos preparamos para el verano</b>		
<b>Periodo:</b> Última semana de mayo y primera semana de junio. Del día 23/05 al 17/06.	<b>Sesiones:</b> 4-6 sesiones	
<b>Descripción:</b> Como última parte de la programación didáctica desarrollada, las enseñaremos a los alumnos una gran variedad de juegos y ejercicios para que puedan poner en práctica durante el periodo estival. Les pediremos que cada uno elabore un pequeño libro o lista donde queden recogidos todos los juegos propuestos tanto por los docentes como por los propios alumnos.	<b>Justificación:</b> Esta SA es considerada una de las más importantes de toda la programación. En primer lugar, porque se dota a los jóvenes de una gran variedad de juegos para que puedan divertirse y, en segundo lugar, porque se intentará, a través de estos juegos y ejercicios que los alumnos cojan costumbre de practica ejercicio y vuelvan al instituto en las mejores condiciones físicas posibles.	
<b>Fundamentación curricular</b>		
<b>Criterios de evaluación:</b> 2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.	<b>Contenidos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Práctica de habilidades específicas, preservando su seguridad.</li> <li>● Ajuste corporal en la resolución de problemas motores a partir de diferentes situaciones motrices.</li> <li>● Principios estratégicos en la práctica de situaciones cooperativas o competitivas de las diferentes actividades.</li> <li>● Creación de situaciones expresivas psicomotrices y socio motrices potenciando las actitudes de apertura y comunicación con los demás.</li> <li>● Recopilación, clasificación y práctica de juegos y deportes tradicionales canarios, valorándolos como identificativos de nuestra cultura.</li> </ul>	
<b>Est. Aprendizaje evaluables:</b> 24, 26, 27, 35, 40, 46, 47, 48	<b>Competencias:</b> CAA, CSC, CSIEE	
<b>Fundamentación metodológica</b>		
<b>Modelo de enseñanza:</b> Mando directo, asignación de tareas, descubrimiento guiado.		
<b>Contribución al desarrollo de competencias:</b> En esta última SA, los alumnos serán los encargados (con ayuda del docente), de elaborar una batería de juegos y ejercicios que sirva para todos los jóvenes de la clase (CAA, CSIEE, CSC).		
<b>Agrupamientos:</b> Gran grupo, trabajo individual, grupos cooperativos.	<b>Espacios:</b> Gimnasio, pistas deportivas exteriores.	<b>Recursos:</b> Dependiendo de los juegos propuestos por los alumnos.

## 4. Metodología.

Las diferentes unidades didácticas desarrolladas anteriormente se fundamentan en un enfoque o modelo integrador, unitario y multifuncional de la Educación Física y con una concepción constructivista del aprendizaje. Por lo tanto, está patente una metodología activa donde se premie la participación y experiencia del alumnado. También debe ser muy flexible, estando siempre en continua reflexión y abierta a cambios que pudieran surgir según los diferentes tipos y formas de aprendizaje que nos encontremos. Otros aspectos básicos presentes en la metodología son la motivación e individualización de todos los jóvenes, fomentando la participación de la totalidad del alumnado, luchando contra el abandono de la asignatura y dando a los alumnos un trato más personal, de manera que podamos contribuir a su desarrollo tanto cognitivo como motriz.

### 4.1. Principios metodológicos.

El Decreto 83/2016, de 4 de julio a la hora de regular el currículo en Educación Física, al igual que en el resto de materias, hace referencia a una serie de orientaciones metodológicas de las que podemos extraer los Principios esenciales, bajo la premisa de que la educación se concibe como un proceso social, activo y dinámico con el objetivo fundamental de que el alumno adquiera habilidades sociales y las destrezas y objetivos de las diferentes situaciones de aprendizaje.

- **Metodología integradora**, es decir, aunar distintos modelos, métodos, estrategias y técnicas pedagógicas con las que plantear las tareas al alumnado.
- **Metodología socializadora**, orientada a que el alumno asuma diferentes roles y responsabilidades, incluyendo el liderazgo, la dirección y el arbitraje. Muchas de estas propuestas se van a desarrollar en grupo, constituyendo una oportunidad única para incidir sobre capacidades de inserción social. A título de ejemplo, se utilizará esta metodología durante el desarrollo de la UD nº7, “Bailamos, subimos y nos agarramos”, en la cual se realizarán grupos heterogéneos y, dentro de los mismos, se asignarán diferentes roles a cada integrante. Algunos ejemplos podrían ser el líder, encargado de coordinar tareas y velar por el buen funcionamiento del grupo; el encargado de las medidas de prevención, de manera que todas las figuras y pirámides corporales se realicen con la máxima seguridad posible.

- **Metodología inclusiva**, orientada a la diversidad, generando aprendizajes que estén al alcance de todos los alumnos.
- **Metodología activa y participativa**, el alumno el verdadero protagonista del proceso de enseñanza y aprendizaje, fomentando su participación de una manera activa, no sólo a nivel individual, sin sobre todo en forma de Aprendizaje Colaborativo, abriendo paso a la metodología Cooperativa y el Aprendizaje en Proyectos.
- **Metodología flexible**, que nos permita adaptarnos a los distintos ritmos de aprendizaje de nuestros alumnos.
- **Metodología formativa**, basada en experiencias y habilidades adquiridas.
- **Metodología significativa**, basada en el constructivismo, es decir en la asociación entre aprendizajes adquiridos y los nuevos. El aprender a aprender.

#### 4.2. Estrategias.

En esta programación didáctica, se han analizado numerosos métodos, técnicas, estrategias y modelos de enseñanza que contribuyan al desarrollo y mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje y ayudan a lograr los objetivos previamente establecidos para la asignatura de educación física. Todos los contenidos analizados y seleccionados cumplen con la normativa vigente.

Dependiendo de la técnica que se emplee y del objetivo que se persiga se utilizarán distintos estilos de enseñanza:

- Estilos **tradicionales**: como el mando directo y la asignación de tareas. Se trata de que el profesor asuma la dirección y organización de la sesión. Esta estrategia se utilizará fundamentalmente en la mayor parte de las sesiones introductorias de cada unidad. Por ejemplo, en el desarrollo de la unidad didáctica de orientación “si nos perdemos, nos encontramos”, que será realizada en un entorno natural externo al centro, se hará uso de esta estrategia para conseguir un mayor control del alumnado.
- Estilos que fomentan la **individualización**: trabajo por grupos, enseñanza modular y programas individualizados.
- Estilos que fomentan la **socialización**: grupos reducidos, grupos cooperativos microenseñanza y enseñanza recíproca.



- Estilos que requieren la implicación **cognoscitiva** al alumno: descubrimiento guiado y resolución de problemas. Por ejemplo, se utilizará esta estrategia para la elaboración de la batería de ejercicios y actividades lúdicas que los alumnos deberán desarrollar para el producto final de la última unidad didáctica titulada “nos preparamos para el verano”.
- Estilos que promueven la **creatividad**: libre exploración y búsqueda de recursos.

### 4.3. Tipos de actividades.

En cuanto a los diferentes tipos de actividades y ejercicios que hemos incluido dentro de nuestra programación didáctica anual, los podríamos dividir en los siguientes grupos:

1. **Juegos generales o globales.** Este tipo de gamificación no trata de una modalidad deportiva concreta y serán usados principalmente para el calentamiento general.
2. **Juegos específicos:** Este otro tipo de gamificación consiste en diferentes juegos que tienen como temática principal la modalidad deportiva que estemos trabajando. Pueden ser usados durante cualquier momento de la sesión. Por ejemplo, podríamos crear un calentamiento incluyendo un juego de cada uno de los tipos nombrados (global y específico).
3. **Ejercicios técnicos:** Este tipo de actividades serán usados para la adquisición de las diferentes destrezas y movimientos básicos que componen las diferentes modalidades deportivas tratadas en nuestra programación anual. El trabajo se realizará de manera individual y por parejas.
4. **Ejercicios tácticos:** En cuarto lugar aparecen las actividades donde se expliquen y practiquen los diferentes conceptos tácticos de las diferentes modalidades deportivas.
5. **Ejercicios mixtos:** Por último, se incluyen los ejercicios donde se trabaje tanto la parte técnica como táctica de la disciplina deportiva que se esté desarrollando. Este tipo de ejercicios lo forman sobre todo partidos y competiciones.

### 4.4. Agrupamientos.

Durante el desarrollo de esta programación didáctica se va a optar por la utilización de diversas técnicas y formas de agrupación con el objetivo de fomentar las relaciones sociales, el trabajo en equipo, así como el trabajo individual de los alumnos.

En primer lugar, y utilizado en todas las situaciones de aprendizaje, tenemos el trabajo en gran grupo que servirá principalmente para la realización de los juegos y ejercicios planteados para el calentamiento y la vuelta a la calma.

Por un lado, se trabajará de manera individual en aquellos deportes que siempre han sido considerados 'individuales' como puede ser el atletismo. También se realizarán juegos en grupo, aunque intentaremos que el grueso de la unidad sea llevado a cabo de manera individual, para que los jóvenes también aprendan a gestionar las emociones de este deporte de una manera más individualizada.

Por otro lado, tenemos los deportes de raqueta donde buscaremos el trabajo en parejas. Durante esta unidad trabajaremos la oposición dentro de la pareja, así como la colaboración de la pareja en partidos dobles.

En cuarto lugar, tenemos el agrupamiento a través de grupos heterogéneos para la mayoría de las unidades. Se trabajará en grupos de 3 a 8 personas y que se irán formando al inicio de cada sesión.

Por último, utilizaremos los grupos cooperativos para aquellas situaciones de aprendizaje o unidades didácticas que donde se trabaje un aprendizaje basado en proyectos y que requieran la elaboración de un proyecto final. Un ejemplo podría ser unidad didáctica de acrosport dónde los alumnos deberán realizar, en un periodo de 4-5 sesiones una coreografía que será expuesta al resto de compañeros durante la sesión final de la situación de aprendizaje.

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

La Orden de 15 de enero de 2001, regula las actividades extraescolares y complementarias en los centros públicos no universitarios de la Comunidad Autónoma de Canarias. La norma define y diferencia los conceptos de actividades extraescolares y complementarias. A tal efecto, son actividades complementarias aquellas actividades lectivas desarrolladas por los centros, coherentes con el Proyecto Educativo de Centro, diferenciadas de éstas, por el momento, espacio o recursos que utilizan. **Las actividades complementarias serán evaluables y obligatorias para el alumnado.** Por el contrario se consideran actividades extraescolares aquellas actividades desarrolladas por los centros, no incluidas en los Proyectos Curriculares, y coherentes con el Proyecto Educativo de Centro, encaminadas a

procurar la formación integral del alumnado en aspectos referidos a la ampliación de su horizonte cultural, la preparación para su inserción en la sociedad y el uso del tiempo libre. **Las actividades extraescolares tendrán carácter voluntario para el alumnado del centro y, en ningún caso, formarán parte de su proceso de evaluación.**

Como actividades complementarias se plantean:

En primer lugar, actividades en el huerto escolar, que serán llevadas a cabo durante la UD 5, “comes realmente bien”, y que tienen como objetivo que el alumno conozca los principios básicos de la agricultura y se conciencien en buenos hábitos alimentarios. También se realizarán coloquios sobre primeros auxilios y alimentación equilibrada, que serán desarrollados durante todas las unidades y que enseñarán al alumno a hacer frente a diferentes situaciones adversas que se pudieran dar durante la práctica deportiva. Por otro lado, tenemos la carrera de orientación deportiva, directamente ligada a la unidad nº2, “si nos perdemos, nos encontramos”. En último lugar, se realizará la carrera solidaria, relacionada con la UD nº 6, “el atletismo y las olimpiadas”, y que fomentará en los alumnos, en primer lugar la capacidad de autoorganización y de trabajo en equipo y, en segundo lugar, la solidaridad de los alumnos, donando todo lo recaudado a la organización que ellos elijan.

Como actividades extraescolares se plantean:

- Viajes deportivos como el de esquí, de manera que los alumnos puedan tener acceso a deportes no tan habituales como el esquí o el senderismo de montaña, directamente ligada con la unidad didáctica nº 4, “el valor de jugar”.
- Participación en eventos deportivos de carácter municipal.
- El desayuno saludable desarrollado de manera transversal durante todo el curso y que tiene como objetivo la concienciación y adquisición de buenos hábitos alimenticios.

Algunas de estas actividades se citan en el punto 6 al referirme al Proyecto Escolar Saludable. Cualquier actividad, con independencia de su calificación, debe ser debidamente programada y planificada, siendo aprobada por el Consejo escolar.

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

En primer lugar, se va a explicar cuáles son los espacios necesarios para desarrollo integral y completo de la programación anual propuesta, así como las diferentes situaciones donde serán usados:

- La mayoría de la programación será llevada a cabo dentro de las instalaciones del gimnasio. Normalmente se suele disponer de media pista, aunque también existirá la posibilidad de trabajar a pista completa.
- Pistas exteriores de fútbol y baloncesto, así como el patio en general y las zonas verdes para la práctica de deportes alternativos, deportes colectivos y orientación.
- Aula para las sesiones expositivas de la situación de aprendizaje de nutrición y del resto de situaciones que lo requieran (sesión teórica de atletismo o sesión teórica de primeros auxilios).
- Entornos y parajes naturales próximos al centro (parque de la localidad y parque periurbano) para el desarrollo de la última sesión de la situación de aprendizaje de orientación y para un correcto desarrollo de los contenidos del bloque 3 (actividades físico-deportivas en el medio natural).

***\*La temporalización de la asignatura aparece reflejada en el Anexo 3.***

#### **4.7. Materiales y recursos didácticos.**

A continuación, se detalla cuáles son los materiales (relacionados con la educación física) que tienen a su disposición los alumnos en el gimnasio del centro.

En cuanto a los deportes colectivos, se tiene la posibilidad de practicar baloncesto (8 canastas contando exteriores e interiores), voleibol (2 redes grandes), fútbol (1 campo interior y otro exterior), balonmano (igual que fútbol), hockey (material abundante).

Dentro de los deportes individuales, podemos contar con varias redes para deportes de raqueta (bádminton, palas, familiarización con el pádel), 6 mesas de tenis de mesa y espacio bastante y amplio y colchonetas para la práctica de atletismo y deportes de contacto.

Además, durante los últimos cursos, el centro y el departamento han hecho un gran esfuerzo por comprar y crear material adecuado para el trabajo de fuerza y acondicionamiento físico.

Gracias a ello, se puede ver en el almacén del gimnasio una gran variedad de material deportivo actual como gomas elásticas, kettlebells, TRX, fitball e incluso 2 bicicletas estáticas.

## 5. Atención a la diversidad.

La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación regula en su TÍTULO II, la Equidad en la Educación, dedica su capítulo I al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo. **En el propio artículo 73** se hace una reflexión y una **definición de alumnado con necesidades educativas especiales**, como aquel que afronta barreras que limitan su acceso, presencia, participación o aprendizaje, derivadas de discapacidad o de trastornos graves de conducta, de la comunicación y del lenguaje, por un periodo de su escolarización o a lo largo de toda ella, y que requiere determinados apoyos y atenciones educativas específicas para la consecución de los objetivos de aprendizaje adecuados a su desarrollo.

La propia Ley Orgánica se refiere a los Principios fundamentales, destacando:

- La existencia de los recursos necesarios para detectar de manera temprana y precoz a los alumnos con necesidades educativas especiales.
- La escolarización de los citados alumnos se ha de regir por los Principios de normalización, inclusividad, igualdad y no discriminación.
- Se establece un sistema individualizado de evaluación que permita evaluar los objetivos planteados y su grado de consecución.

También se refiere la Ley Orgánica a los alumnos con altas capacidades intelectuales y a los alumnos con integración tardía en el sistema educativo español.

### 5.1. Aspectos generales y normativa.

La normativa fundamental en materia de Inclusión Educativa es el Decreto 25/2018, 26 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. La citada norma tiene como finalidad garantizar una educación inclusiva para todo el alumnado de Canarias.

El Decreto introduce aspectos innovadores en lo que se refiere a la inclusión educativa, como, por ejemplo, la identificación de barreras, la implementación de medidas y ajustes

educativos, así como programas específicos de escolarización que tienen como fundamento la capacitación profesional y la prevención del abandono escolar.

Junto a esta normativa básica, también es de aplicación las instrucciones que todos los cursos establece la Administración educativa, en particular, la Resolución de la Dirección General de ordenación, innovación y calidad, n.º 692/2021 de 12 de abril de 2021, por la que se dictan instrucciones para la solicitud de las medidas de atención a la diversidad a desarrollar durante el curso 2021-2022 en centros escolares que imparten enseñanza básica en la Comunidad Autónoma de Canarias (modificada en algunos aspectos por la Resolución nº 1114).

## **5.2. Medidas ordinarias.**

Antes de entrar en el análisis de las distintas medidas de inclusión educativa, conviene identificar al alumnado que puede necesitar necesidades específicas de apoyo educativo:

- Necesidades educativas especiales, tales como discapacidad intelectual o motora, trastorno de la conducta o trastorno del espectro del autismo.
- Dificultades específicas de aprendizaje, fundamentalmente en la comprensión lectora y matemática.
- Trastornos por déficit de atención con o sin hiperactividad.
- Incorporación tardía al sistema educativo.
- Especiales condiciones personales o de historia escolar, por ejemplo enfermedad crónica o limitaciones socio culturales.
- Altas capacidades intelectuales.

Las **medidas ordinarias** de inclusión educativa se pueden clasificar en:

- **Medidas de inclusión a nivel de centro.**
- **Medidas de inclusión a nivel de aula.**
- **Medidas individualizadas de inclusión.**
- **Medidas Excepcionales.**

En relación con las **medidas a nivel de centro**, se ha de partir de una evaluación del mismo que permita identificar cuáles son sus necesidades y las barreras de aprendizaje, para a continuación implementar medidas variadas, como:

- Adoptar criterios de evaluación de los diferentes Planes o Programas que se impartan en el centro.
- Establecer programas específicos, como pueden ser los **Programas de Mejora de la Convivencia (PROMEKO)**, el **Programa de mejora del aprendizaje y el rendimiento (PMAR)** o **Programas de Diversificación curricular**.
- La integración de materias en ámbitos.
- A nivel organizativo: grupos heterogéneos, desdobles, grupos flexibles, dos profesores en el aula, o la **Atención Específica en el cuarto curso de la Educación Secundaria Obligatoria**.
- Promover las adaptaciones de acceso al currículo, tales como, barreras arquitectónicas, de comunicación... etc., en particular **el apoyo idiomático a los alumnos que no hablen castellano**.
- Realizar actividades en el recreo y actividades complementarias y extracurriculares.
- Fomentar en la acción tutorial medidas inclusivas, a través del Programa de Acción Tutorial y de Orientación Personal y Profesional y las Normas de Convivencia, Organización y Funcionamiento.

Todas estas medidas de atención a la diversidad adoptada a nivel Centro, bajo el Principio de Inclusividad, quedarán plasmadas en el Plan de Atención a la Diversidad, que a su vez forma parte del Proyecto Educativo de Centro (PEC).

En relación con las **medidas que se pueden adoptar a nivel de aula**, matizar que éstas deben quedar recogidas por escrito, tanto en las programaciones didácticas (segundo nivel de concreción curricular) como en la programación de aula (tercer nivel de concreción curricular), destacando:

- Se pueden articular a través de talleres de aprendizaje colaborativo y cooperativo, trabajo por proyectos, tutoría entre iguales, trabajo por rincones, coenseñanza...

- Se han de plantear actividades enriquecedoras, innovadoras y creativas que refuercen los contenidos curriculares en el aula ordinaria.
- Se ha de potenciar la atención y la tutoría individualizada.
- Se han de eliminar dentro del aula las barreras de comunicación y comprensión.

No cabe duda de que el éxito de todas estas medidas depende de la comunicación y coordinación del profesorado que imparte docencia al grupo con el Equipo de Orientación, integrado éste por: Orientador, Coordinador del Ámbito Socio Lingüístico, Coordinador del Ámbito Científico Técnico, Coordinador del Ámbito Formación Profesional y Profesorado de apoyo a las Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (N.E.A.E).

En relación con las **medidas individualizadas de inclusión**, matizar que requieren de un Plan de Trabajo Individualizado y preferiblemente han de implementarse en el grupo de referencia. Se trata de adaptaciones curriculares no significativas, es decir, no suponen modificación ni eliminación de los elementos prescriptivos del currículo. Podemos destacar:

Adaptaciones concretas de acceso al currículo o provisión específica de espacios y/o recursos materiales o tecnológicos; adaptaciones en la metodología; adaptaciones curriculares de ampliación y profundización; adaptaciones curriculares de repaso y refuerzo; seguimiento individualizado con el alumnado por sus características individuales y, que pueden requerir actuaciones con sanidad, bienestar social o justicia.

### **5.3. Medidas extraordinarias.**

Las medidas extraordinarias de inclusión educativa se caracterizan:

- Se trata de adaptaciones curriculares significativas, es decir, implican ajustes y cambios significativos en algunos de los aspectos curriculares.
- La adopción de las mismas requiere el agotamiento de las anteriores.
- Tienen como finalidad conseguir el máximo desarrollo atendiendo a las potencialidades del alumno.
- Requiere evaluación psicopedagógica y dictamen de escolarización.
- Se articula a través de un Plan de Trabajo Individualizado y preferiblemente se ha de implementar en el aula ordinaria con el resto de alumnos.



Para conseguir el éxito de estas medidas se requiere el seguimiento continuo por parte del equipo docente, coordinado por el tutor con el asesoramiento del responsable de orientación.

#### **5.4. Medidas excepcionales.**

La utilización de la excepcionalidad sólo procede tras la insuficiencia y agotamiento de las medidas anteriores, es decir, de las ordinarias y extraordinarias. Se trata por tanto de garantizar el avance educativo del alumnado con necesidades educativas especiales estableciendo medidas excepcionales, destacando:

- La escolarización en centros ordinarios de atención educativa preferente en los casos de Discapacidad Motora y Discapacidad Auditiva.
- La escolarización en Centros de Educación Especial.
- La escolarización en **Aulas Enclave**. Se caracterizan por que se localizan en Centros Educativos Ordinarios, y sirven de referencia para aquellos alumnos que requieren adaptaciones curriculares muy significativas en casi todas las áreas curriculares. La escolarización en los Centros de Secundaria abarca desde los 14 a los 21 años.

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

### **6.1. Educación en valores desde la educación física.**

El Decreto autonómico 315/2015 que ordena la ESO y el Bachillerato en el ámbito geográfico de Canarias, se refiere en el artículo 4 a los elementos transversales del currículo, haciendo una remisión expresa al artículo 6 de la normativa básica del Estado que contiene las Enseñanzas Mínimas, Real Decreto 1105/2014. Se entiende por elementos transversales aquellos contenidos que se han de trabajar en todas las materias, con independencia de que algunas los traten de manera específica y son: La comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las Tecnologías de la Información y la Comunicación, el emprendimiento y la educación cívica y constitucional.

También se refiere la norma a la educación en valores, como la igualdad y no discriminación, lo que conlleva la prevención de la violencia sexista o contra personas con discapacidad, valores que sustentan la igualdad, la libertad, la justicia, el pluralismo político, la paz, la

democracia, el respeto a los derechos humanos, el rechazo de la violencia, el respeto al Estado de derecho y a las víctimas del terrorismo y de cualquier tipo de violencia.

Tanto la normativa básica como la autonómica se refieren a la promoción de hábitos saludables, como el ejercicio físico diario, la práctica regular del deporte y una dieta equilibrada. No cabe duda, que todas estas cuestiones están íntimamente ligadas con nuestra materia.

## 6.2. Desarrollo de la comunicación lingüística.

Con total claridad nos manifiesta el currículo que la competencia en comunicación lingüística tiene el carácter de clave y que su consecución no sólo afecta a las materias propias (Lengua) sino a todas las materias. La Educación Física, de esta manera, contribuye al desarrollo de la competencia en comunicación lingüística a través de la gran variedad de intercambios comunicativos que se producen en la práctica diaria, por ejemplo:

- El uso de una terminología propia, es decir de un vocabulario técnico propio de la asignatura.
- El establecimiento de las normas de uso de aulas y gimnasio.
- La transferencia de conocimiento del profesor a los alumnos y la retroalimentación que éste recibe.

En particular, se pretende establecer algunas dinámicas de trabajo para coadyuvar a contribuir a la consecución de la citada competencia clave, a saber:

- **Estrategia de los debates** que versen sobre temas deportivos, incluyendo aquellas prácticas antideportivas como el dopaje, o conductas antideportivas. En este caso también se potenciaría la competencia social y cívica.
- **Estrategia de trabajo y exposición** de los mismos sobre la dieta saludable, como la dieta mediterránea. También se haría hincapié en las enfermedades más habituales que tienen su origen en una mala dieta, como el sobrepeso y la obesidad, las caries, el cáncer de colon o la hipertensión. También se podría plantear un trabajo sobre la anorexia y/o la bulimia, que el rango de edad de las personas que sufren este tipo de enfermedades coincide con el de nuestros alumnos.
- **Estrategia del cambio de roles**, consistente en que los alumnos se preparen ciertos contenidos y posteriormente dirijan una clase como lo haría un profesor.

- **Estrategia del comentarista deportivo**, de carácter individual o grupal, con la finalidad de que los alumnos oigan y vean los programas deportivos de radio y televisión, obtengan sus propias conclusiones y sean críticos con algunas cuestiones relacionadas con algunos deportes.

### 6.3. Integración de las TIC.

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, como he comentado anteriormente, constituyen un elemento transversal del currículo, y hoy en día están implementadas en todas las materias.

Los recursos materiales para poder integrar las TIC en nuestra materia son: una Tablet por su escaso peso y autonomía, conectada a la red Wifi del Centro, un ordenador portátil conectado a la RED Wifi del Centro, un cañón de proyección o en su caso un panel interactivo, cámara fotográfica tipo réflex con grabación de video.

Los medios informáticos los vamos a utilizar de manera primaria para realizar la gestión educativa, como por ejemplo: seguimiento del alumnado, absentismo del alumnado, comunicación con los padres y alumnos, calificaciones del alumnado, etc.

No obstante, los citados medios van a desplegar todo su valor en la actividad lectiva diaria, como un verdadero recurso metodológico en el proceso de Enseñanza y Aprendizaje, destacando:

- **Propuesta de elaboración de trabajo de tipo colectivo** sobre alguno de los contenidos del currículo. Esos trabajos se expondrían en clase, utilizando el ordenador, el cañón de proyección y un programa editor de presentaciones. Estaríamos potenciando valores clave como el trabajo en equipo, la comprensión lectora y verbal. Las exposiciones se podrían grabar para posteriormente reflexionar sobre las mismas.
- **Propuesta, resolución y evaluación de tareas** a través de las distintas plataformas educativas. El feedback o la retroalimentación entre el alumno y el profesor se produce exclusivamente por medios informáticos, lo que conecta con el ahorro de papel y aprovechamos para explicar el concepto de Responsabilidad Social Individual, como la aportación que uno mismo y de manera continuada realiza para proteger el Medio Ambiente. El Desarrollo Sostenible y el Cambio Climático son dos conceptos que también serían de explicación.

- En la práctica docente, cuando haya que explicar de manera teórica **la reglamentación de algún deporte**, podemos utilizar material audiovisual propio (elaborado por nosotros mismos) o recurrir a algún video ya editado, por ejemplo a través de YouTube.
- Cuando el grupo de alumnos tenga que realizar **alguna actividad grupal o practicar alguna técnica** de algún deporte, podemos realizar las correspondientes grabaciones, que incluso, editaríamos en algún programa de video y a continuación alojaríamos en alguna plataforma tipo YouTube, Instagram o tik tok. Con esta estrategia se pueden implementar multitud de cuestiones relacionadas con la transversalidad: el consentimiento para que tu imagen se pueda publicar vinculado con la cesión de datos, el uso adecuado y responsable de las TIC y los riesgos que se asumen en caso de uso inadecuado, el espíritu crítico en relación con ese uso inadecuado, etc.
- Por último, **la utilización de internet como fuente de información**, recordando multitud de recursos que existen en la red: periódicos deportivos digitales, webs educativas, etc. En este sentido es necesario potenciar el espíritu crítico y realizar un uso adecuado de las TIC, huyendo de información poco fiable y de noticias falsas (what a fake).

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

Nuestro Centro participa en el Proyecto Escolar Saludable, con una duración de tres cursos, implementado a través de la asignatura de Educación Física. Sus ejes fundamentales son:

1. Fomentar un estilo de vida saludable, que abarca desde la higiene corporal a incorporar a la alimentación una dieta equilibrada.
2. Impulsar una práctica regular de la actividad física.
3. Promocionar la salud en el ámbito escolar.

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

Entre las posibles actuaciones que se pueden llevar a cabo relativas al Proyecto Escolar Saludable que contiene las siguientes actividades: el desayuno saludable, actividades en el huerto escolar, coloquios sobre primeros auxilios y alimentación equilibrada, viajes deportivos como el de esquí, la realización de la carrera solidaria y la participación en eventos deportivos de carácter municipal.

## 7. Evaluación del aprendizaje del alumnado.

Tal y como apuntan Hernández y Velázquez (2004): “de modo general la evaluación viene a ser un conjunto de acciones encaminadas a recoger información con el fin de interpretar, valorar, enjuiciar y, si procede, tomar decisiones sobre los elementos que interactúan en el sistema educativo, que reviertan en cambios y mejoras en la enseñanza”.

El Decreto 315/2015, de 28 de agosto, por el que se establece la ordenación de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias, regula en sus artículos **28 y 29 a la evaluación de los alumnos en la Etapa de la ESO**. De la lectura conjunta de cambios preceptos, destacamos una serie de características de la evaluación de los procesos de aprendizaje del alumnado:

- **Evaluación continua**, con la finalidad de poder valorar su evolución a lo largo del periodo de aprendizaje y adoptar, en cualquier momento del curso, las medidas de refuerzo pertinentes que permitan dar respuesta a las dificultades desde el momento en que se detecten.
- **Evaluación Formativa**, de manera que sea un referente para la mejora de los procesos de enseñanza y de los de aprendizaje.
- **Evaluación integradora**, de forma que se valore desde todas las materias la consecución de los objetivos y el grado de desarrollo y adquisición de las competencias.
- **Evaluación diferenciada**, debiendo el profesorado tomar como referencia los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables de cada asignatura.

También se refiere la norma a la evaluación del alumnado con necesidades educativas especiales, matizando que las adaptaciones realizadas, en ningún caso, se tendrán en cuenta para minorar las calificaciones obtenidas. Además, la evaluación del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo que requiera de adaptación curricular por desfase en su referente se realizará atendiendo a su progreso en relación con lo establecido en su adaptación curricular, sin que la calificación positiva signifique la superación de la materia o materias correspondientes al nivel en que el alumno o la alumna se encuentra escolarizado, sino a la superación de los criterios de evaluación previstos en la propia adaptación curricular.

También es de aplicación a esta programación, en lo referente a la evaluación:

- La **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.
- La **Orden de 24 de mayo de 2022, por la que se regulan la evaluación y la promoción** del alumnado que cursa la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, hasta la implantación de las modificaciones introducidas por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 diciembre, en la Comunidad Autónoma de Canarias.
- Las **Instrucciones sobre la evaluación, promoción y titulación** en las etapas de educación primaria, educación secundaria obligatoria y bachillerato, de aplicación en el curso escolar 2021-2022, en lo que no se opongan a la orden de 24 de mayo.

**Como novedad, se elimina la evaluación extraordinaria, existiendo una única sesión de evaluación, al finalizar el curso, en la que se tomarán las decisiones de promoción o titulación del alumnado.**

### **7.1. La evaluación de la práctica docente.**

También establece el Decreto que el profesorado evaluará no sólo los aprendizajes del alumnado sino **también los procesos de enseñanza y su práctica docente**. En el mismo sentido el artículo 20.4 del Real Decreto 1105/2014 que establece el currículo básico.

Los objetivos que se persiguen a la hora de evaluar la práctica docente son:

- Ajustar el trabajo del docente a las características del grupo.
- Obtener feedback objetivo de nuestros alumnos sobre el desarrollo de la asignatura.
- Detectar problemas individuales o colectivos.
- Identificar necesidades educativas y en base a ellas proponer mejoras.
- Determinar posibles desviaciones entre lo programado y lo impartido.

La evaluación de la práctica docente debe realizarse de manera gradual y continua, por ejemplo, después de cada situación de aprendizaje, o de manera trimestral, coincidiendo con la evaluación del aprendizaje del alumno.

Podemos utilizar los siguientes parámetros para realizar una autoevaluación del profesor:

1. ¿Cuántos Criterios de Evaluación tenías previsto evaluar en la programación hasta esta evaluación? ¿Cuántos has evaluado?
2. ¿Cuántas horas semanales impartes de esta asignatura? ¿Cuántas horas de clase no has impartido por cualquier motivo (viajes, actividades, faltas...) a este grupo?
3. ¿Cuántos alumnos tienes matriculados en la materia o módulo? ¿Cuántos han aprobado? ¿Cuántos abandonos?
4. Valoración de los resultados (por materia y grupo). Se elige entre: Muy satisfactorios / Satisfactorios / Suficientes / Insatisfactorios / Muy Insatisfactorios.
5. Análisis de los resultados.
6. Propuestas de mejora.
7. Revisión de las propuestas de mejora de la evaluación anterior". Este apartado queda en blanco en esta evaluación.
8. Medidas de atención a la diversidad
9. Indicadores de logro de las programaciones. Se valora la adecuación de los materiales y recursos didácticos, y la distribución de espacios y tiempos, los métodos didácticos y pedagógicos utilizados, la adecuación de la temporalización y la diversidad de estrategias e instrumentos de evaluación empleados.

## **7.2. La temporalización de las unidades didácticas: qué evaluar y cuándo evaluar.**

De acuerdo con la normativa sobre evaluación y las normas de funcionamiento de los Centros, corresponde a la Comisión de Coordinación Pedagógica proponer el calendario de fechas de las distintas evaluaciones, siendo el Claustro de Profesores, en la sesión de inicio de curso, al que corresponde aprobarlo. Dicho calendario se incluye de la programación General Anual, que también será ratificada por el Consejo Escolar.

La **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, establece al efecto:

- **Realización de una evaluación inicial** en el mes de octubre, que tiene como finalidad detectar posibles alumnos con necesidades educativas, además de que el tutor ofrezca

información sobre la composición del grupo, las asignaturas que cursará el alumnado y de sus características específicas, así como de las medidas educativas de atención a la diversidad propuestas o de las ya adoptadas.

- Por lo menos, se han de realizar **tres sesiones de evaluación a lo largo del curso**, una por trimestre, teniendo en cuenta que el periodo de aprendizaje que hay que considerar es, en el caso de la primera evaluación, un trimestre; en el de la segunda, un semestre; y en el de la tercera, el curso completo. Por tanto, esta última sesión de evaluación constituirá la **evaluación final ordinaria**, tomándose en ella las decisiones de promoción y titulación.

Para el Curso 21/22 sólo se desarrolla una evaluación final, desapareciendo la evaluación final extraordinaria según la orden de 24 de mayo de 2022, por la que se regulan la evaluación y la promoción del alumnado que cursa la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato y las Instrucciones sobre la evaluación, promoción y titulación en las etapas de Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, de aplicación en el curso escolar 2021-2022.

Para la elaboración del Calendario de Evaluaciones se ha tenido en cuenta por la CCP el **calendario escolar e instrucciones de comienzo y finalización del curso 2021-2022 de la Comunidad Autónoma de Canarias**.

El calendario de evaluaciones queda como sigue:

**Evaluación Inicial.** 3 de octubre. Evaluación de Diagnóstico.

**Primera Evaluación.** Desde el inicio de curso el 9 de septiembre hasta el 21 de diciembre. Las sesiones de evaluación tendrán lugar el 20 y 21 de diciembre.

**Segunda Evaluación.** Desde el 10 de enero hasta el 24 de marzo. Las sesiones de evaluación tendrán lugar el 23 y 24 de marzo.

**Evaluación Final.** Desde el 25 de marzo hasta el 23 de junio. Las sesiones de evaluación tendrán lugar el 21 y 22 de junio.

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

En primer lugar, se explica que para el procesamiento y la recogida de información y datos de interés con respecto a los procesos de evaluación del alumno se utilizarán:



- **Procedimientos de observación y/o listas de control** (para la valoración de los ejercicios y del trabajo diario y del cuaderno de clase).
- **Pruebas escritas.**
- **Grabación y/u observación** de la práctica de condición física, de habilidades motrices o de composiciones coreográficas.

Todos estos instrumentos de evaluación van a ser utilizados en diferentes unidades didácticas a trabajar para la realización de:

1. Autoevaluación por parte de los propios alumnos.
2. Heteroevaluación entre los propios alumnos.
3. Coevaluación para una evaluación mixta entre alumnado y profesor.

Por otro lado, según lo recogido en la programación didáctica, la evaluación del alumnado se llevará a cabo en tres momentos durante el curso:

a) Evaluación inicial: se realiza el comienzo del curso académico con la recogida de datos o impresiones de cómo es la situación de partida para establecer modificaciones o no en la programación de año. Estas impresiones se ponen en común con el resto de los profesores en las sesiones de Evaluación Cero, que celebra el instituto en el mes de octubre.

b) Evaluación del proceso: se lleva a cabo durante todo el curso con la recogida de información constante del proceso enseñanza-aprendizaje de cada alumno, y que se reflejará en las sesiones de evaluación de diciembre y marzo (primero y segunda evaluación respectivamente), y que permite al profesor, alumno y padres conocer como está siendo el desarrollo del curso.

c) Evaluación final: Se realizará en el mes de junio y en ella se valorarán los aprendizajes adquiridos por el alumno en función de la consecución de los objetivos establecidos para el nivel de primero de Bachillerato.

#### **7.4. La evaluación del alumnado absentista.**

Para evaluar al alumnado que no asiste regularmente a las actividades lectivas diarias, hemos de tener en cuenta el **Decreto 174/2018, de 3 de diciembre**, de aprobación del Reglamento por el que se regula la prevención, la intervención y el seguimiento del

absentismo escolar y del abandono escolar temprano en el ámbito de la Comunidad Autónoma de Canarias.

El propio Decreto establece tres niveles de absentismo, a saber:

- **Absentismo moderado o leve.** El absentismo será considerado moderado o leve, cuando la tasa de absentismo sea inferior al 15% de las sesiones de clase.
- **Absentismo grave.** El absentismo será considerado grave cuando la tasa de absentismo esté comprendida entre el 15% y el 50% de las sesiones de clase.
- **Absentismo muy grave.** El absentismo será considerado muy grave cuando la tasa de absentismo sea superior al 50% de las sesiones de clase.

La inasistencia del alumnado provoca la pérdida del derecho a la evaluación continua cuando el porcentaje de faltas de asistencia injustificadas esté comprendido entre el 20% y el 25%, aunque excepcionalmente para familias en situación de exclusión social, y previo informe favorable del equipo educativo, se podrá incrementar el porcentaje anterior hasta un 40%. Para evaluar al alumnado absentista han de **emplear sistemas de evaluación alternativos** a propuesta de la Comisión de Coordinación Pedagógica. **Para nuestra asignatura, la evaluación alternativa se realizará a finales de junio consistente en una prueba extraordinaria en la que se evaluarán todos los contenidos y procedimientos de carácter teórico y práctico.**

### **7.5. Criterios de calificación.**

Todos los criterios de calificación han sido programados siguiendo las fases recogidas en el **Real Decreto 1105/2014**, de 26 de diciembre, donde se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato a nivel estatal y, en segundo lugar, en el y en el **Decreto 83/2016**, de 4 de julio por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias.

En cuanto a las diferentes funciones que desempeñan los criterios de evaluación elegidos, destacamos:

- **Función formativa:** Por el que se evalúa el proceso de enseñanza/aprendizaje.
- **Función homogeneizadora:** evalúan los aprendizajes básicos para los alumnos.

- **Función orientadora** para el equipo docentes, donde aparece un modelo para la elaboración de criterios de evaluación que se deben incluir dentro de los diferentes niveles de concreción curricular.
- **Función sumativa:** son referentes, al finalizar el curso y la etapa, para obtener información acerca del periodo o momento exacto de aprendizaje el que se encuentra cada alumno.

Los criterios de calificación en la asignatura de educación física de 4º de la ESO valoran los tres ámbitos, a saber:

- **Ámbito cognitivo:** con un peso del 30% en la calificación final, realizando un control de los cuadernos de clase, corrección de trabajos realizados ya sean individuales o grupales, realización de pruebas escritas.
- **Ámbito físico-motriz:** con un peso del 50% en la calificación final, que se consigue realizando un seguimiento diario e individualizado del alumno en las actividades lectivas a fin de comprobar el progreso alcanzado y la evolución en sus condiciones biológicas, habilidades motrices cualidades físicas. Se debe evaluar mediante la participación en clase y la realización de exámenes prácticos.
- **Ámbito afectivo y social:** con un peso del 20% en la calificación final, que se valora a través de la asistencia, la participación, el respeto hacia los demás, el desarrollo y mejora de los diferentes hábitos saludables como higiénicos y deportivos

*\*En el anexo 4 aparece una de las rúbricas utilizadas dentro del desarrollo pormenorizado de la situación de aprendizaje.*

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

En el caso de que el progreso y los resultados del alumnado no sea el adecuado, adoptaremos las medidas de refuerzo que correspondan cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades con los apoyos y recursos que cada alumno o alumna precise. No obstante, si un alumno promociona al curso siguiente con nuestra asignatura sin superar, o permanezcan un año más en el mismo curso, realizaremos los correspondientes planes de recuperación y refuerzo, que se aplicarán en el curso siguiente.

## 8. Conclusión.

Como reflexión final a este trabajo me gustaría recordar la suerte que tenemos, tanto los docentes como los aspirantes a ello, de poder servir a nuestra profesión en estos días de avance, cambio e innovación. Desde hace unos años la educación, o mejor dicho, la didáctica, está pasando por un momento dulce en su historia, donde la gran cantidad de recursos, tanto materiales como digitales, disponibles, junto con la aparición de un mayor número de profesionales altamente cualificados e involucrados hacen que se puedan mejorar las diferentes fases del proceso de enseñanza-aprendizaje del joven para intentar conseguir el mayor beneficio posible de ellos.

Este ‘máximo beneficio’ del que hablamos, no solo concierne el éxito del estudiante en el ámbito académico, sino también la adquisición de diferentes costumbres, habilidades y capacidades necesarias para un correcto desarrollo de la vida de la persona y la consecución del bienestar tanto físico como mental.

Esta en nuestra mano lograr esa profesionalización tan perseguida y conseguir dotar a la educación de la importancia y la seriedad que merece, tanto a nivel legislativo como a nivel de opinión popular.

Para alcanzar esos objetivos, será importante conocer todas las herramientas, técnicas y métodos disponibles y seleccionar aquellas que consideremos más adecuadas según la situación en la que nos encontremos. Si además conseguimos motivación e interés, tanto por nuestra parte como por la de los alumnos, los cambios se harán notar y nuestra educación mejorará de manera simultánea.

Por último, debo agradecer la oportunidad ya que pienso que este proyecto junto con el desarrollo del prácticum han sido las experiencias útiles y valoradas ya que me han dado la posibilidad, no solo experimentar de primera mano la realidad que se vive en un centro público como profesor de educación física, sino también conocer y profundizar en todos las fases, procesos y dificultades que tiene esta profesión.

## 9. Referencias

1. Orozco, P., Arasa, M., (2003) La importancia de la educación física en el currículo escolar Inter Sedes. Vol. IV. 119-130.
2. Granero Gallegos, A., Baena Extremera, A., Sánchez Fuentes, J. A., & Martínez Molina, M. (2014). Perfiles motivacionales de apoyo a la autonomía, autodeterminación, satisfacción, importancia de la educación física e intención de práctica física en tiempo libre. Cuadernos de Psicología del Deporte, 14(2), 59–70.
3. Antúnez, A., Del Carmen, M., Imbernón, J., Parcerías, L. y Zabala, J.A. (1992). La importancia de la actividad física. Revista Iberoamericana de Educación, 78(1), 149-164.
4. Cantón Mayo, I.; Pino Juste, M. (2011) Diseño y desarrollo del currículum. Madrid: Alianza Editorial, 371 pp. Educación XX1, vol. 16, núm. 1, 2013, pp. 377-384
5. Cifras oficiales de población resultantes de la revisión del Padrón municipal a 1 de enero. INE
6. Constitución Española. Boletín Oficial del Estado, 29 de diciembre de 1978, núm. 311, pp. 29313 a 29424.
7. 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/com>
8. Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte «BOE» núm. 3, de 03 de enero de 2015 Referencia: BOE-A-2015-37
9. Real Decreto 984/2021, de 16 de noviembre, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional. «BOE» núm. 275, de 17 de noviembre de 2021, páginas 141583 a 141595. <https://www.boe.es/eli/es/rd/2021/11/16/984>
13. 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>
17. Resolución de 26/01/2019, de la Dirección General de Programas, Atención a la Diversidad y Formación Profesional. Consejería de Educación, Cultura y Deportes.
  18. Educación física y estilos de enseñanza. Análisis de la participación del alumnado desde un modelo socio-cultural del conocimiento escolar. Álvaro Sicilia Camacho, Miguel Ángel Delgado Noguera (2002). Editorial INDE. 9788497290173.
  20. Hernández, Juan & Buendía, Roberto & Curiel, Dionisio & Castejón, Javier & Puerta, Ignacio & Crespo, Clara & Rodríguez, A. & Maldonado, Antonio & Gorriño, María. (2004). La evaluación en educación física: investigación y práctica en el ámbito escolar. <http://www.redined.mec.es/oai/indexg.php?registro=008200420266>.
  21. Ley 6/2014, de 25 de julio, Canaria de Educación no Universitaria. Norma legal publicada tanto en Boletín de la Comunidad Autónoma de Canarias como en el BOE, «BOC» núm. 152, de 7 de agosto de 2014 y «BOE» núm. 238, de 1 de octubre de 2014.
  22. Decreto 81/2010, de 8 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los centros docentes públicos no universitarios de la Comunidad Autónoma de Canarias
  23. Decreto 315/2015, de 28 de agosto, por el que se establece la ordenación de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias (BOC n.º 169, de 31 de agosto).
  24. 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 (BOC n.º 136, de 15 de julio).

## **Anexos**

### **ANEXO 1**

A continuación se muestra una tabla que contiene los contenidos y criterios de evaluación referidos al curso de 4º de la ESO, además de una lista a continuación con los estándares de aprendizaje evaluables correspondientes. Todo está extraído del 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 (BOC n.º 136, de 15 de julio).

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
<p>1. Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Funciones de la Educación Física a lo largo de la historia y sus concepciones actuales.</li> <li>2. Actividades físicas saludables y no saludables.</li> <li>3. Identificación de los efectos que provoca la intensidad en la práctica de la actividad física sobre los diferentes sistemas orgánico-funcionales y sobre el estado de salud.</li> <li>4. Valoración de la aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.</li> <li>5. Valoración del grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</li> <li>6. Análisis y puesta en práctica de los diferentes métodos y sistemas para la mejora de sus capacidades físicas básicas.</li> <li>7. Elaboración y puesta en práctica de un plan de trabajo de alguna capacidad física: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia previa valoración de su condición física.</li> <li>8. Toma de conciencia y ajuste de posturas saludables en las actividades físicas-motrices y su transferencia a situaciones cotidianas.</li> <li>9. Práctica de métodos de relajación y técnicas de respiración como medio para regular su esfuerzo, mejorar su rendimiento y como medio para liberar tensiones y su transferencia a diferentes situaciones escolares y no escolares.</li> <li>10. Valoración de los efectos que determinados hábitos (fumar, beber, sedentarismo, dopaje...) y actividades físico-motrices tienen en la salud personal y colectiva.</li> <li>11. Identificación de las aportaciones que una alimentación e hidratación equilibrada proporciona a la mejora del rendimiento en la actividad física.</li> <li>12. Actitud crítica ante los estereotipos corporales relacionados a la sociedad de consumo (trastornos alimentarios, dopaje, modas...) y sus consecuencias para la salud.</li> <li>13. Desarrollo de la autoexigencia y la autoconfianza en las actividades físico-motrices.</li> </ol>	<p>13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 33, 34, 35</p>



<p>2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>14. Análisis y práctica de las estructuras de actividades físicas psicomotrices y socio motrices con y sin implemento.</li> <li>15. Aplicación oportuna y eficaz las habilidades específicas y estructurales de las actividades físicas y-deportivas en función de los estímulos y factores presentes en la práctica.</li> <li>16. Práctica de habilidades específicas, preservando su seguridad.</li> <li>17. Ajuste corporal en la resolución de problemas motores a partir de diferentes situaciones motrices.</li> <li>18. Principios estratégicos en la práctica de situaciones cooperativas o competitivas de las diferentes actividades.</li> <li>19. Práctica de bailes tradicionales de Canarias y de otras culturas.</li> <li>20. Creación de situaciones expresivas psicomotrices y socio motrices potenciando las actitudes de apertura y comunicación con los demás.</li> <li>21. Recopilación, clasificación y práctica de juegos y deportes tradicionales canarios, valorándolos como identificativos de nuestra cultura.</li> <li>22. Creación de situaciones expresivas individuales y colectivas potenciando las actitudes de apertura y comunicación con los demás.</li> <li>23. Valoración de la actitud hacia el deporte desde la perspectiva de practicante, espectador y consumidor.</li> <li>24. Autonomía y transferencia a otros contextos extradeportivos.</li> </ol>	<p>1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</p>
<p>3. Colaborar en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, y participar activamente en estos, identificando los elementos estructurales que definen al deporte y adoptando posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diseño y ejecución de composiciones coreográficas colectivas con o sin base musical de forma individual y colectiva como medio de comunicación y expresión.</li> <li>2. Responsabilidad y respeto ante la realización de las diferentes tareas.</li> <li>3. Autonomía en la aplicación de calentamientos generales y específicos previo análisis de la actividad física que se realiza y para la prevención de lesiones</li> <li>4. Autonomía en la aplicación de la vuelta a la calma en diferentes contextos.</li> <li>5. Distribución de ejercicios, actividades o tareas de una sesión atendiendo a su intensidad o a su dificultad.</li> <li>6. Aplicación de algunos protocolos básicos de primeros auxilios a la práctica físico-motriz.</li> <li>7. Participación activa y respeto a la diversidad en la realización de actividades físico-motrices</li> <li>8. Emancipación en el uso de los elementos de organización en el desarrollo de las sesiones.</li> <li>9. Valoración de los fenómenos socioculturales asociados al deporte y posicionamiento ante los mismos.</li> <li>10. Actitud crítica ante los estereotipos corporales relacionados con la sociedad de consumo (trastornos alimentarios, dopaje, modas...) y sus consecuencias para la salud.</li> <li>11. Planificación, organización y práctica de actividades físico-motrices o eventos lúdicos, recreativos y deportivos en entornos habituales y no habituales.</li> <li>12. Toma de conciencia de las repercusiones que las actividades físico-motrices realizadas en el medio natural tienen para la salud y para la conservación del entorno.</li> </ol>	<p>24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 36, 37</p>

	13. Uso de los elementos de organización para el desarrollo de las sesiones.	
4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.	<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>	38, 39, 40

• **Lista estándares de aprendizaje evaluables 4º ESO:**

1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.
2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.
4. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.
5. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.
6. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.
7. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.
8. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.

9. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.
10. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.
11. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.
12. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.
13. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.
14. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
15. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.
16. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.
17. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.
18. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
19. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.
20. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.
21. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.
22. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.
23. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.
24. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.

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

## **ANEXO 2**

A continuación se muestra el desarrollo pormenorizado de la situación de aprendizaje.

<b>N.º 1</b>		<b>TÍTULO: SI NOS PERDEMOS, NOS ENCONTRAMOS</b>	
<b>Curso: 4º ESO</b>		<b>Periodo de implementación:</b> De la semana del 20/09 a la semana del 15/10 (finales de septiembre principios de octubre).	<b>Nº de sesiones: 7</b>
		<b>Trimestre: 1º</b>	
<b>Descripción:</b> Durante esta situación de aprendizaje se profundizará en los contenidos y conceptos de la disciplina de orientación, habiendo comenzado con ellos durante el curso de 1º de la ESO. En esta unidad se pretende que los alumnos combinen las técnicas y tácticas del deporte de orientación con sus propias capacidades físicas para conseguir los objetivos planteados durante cada sesión. Todas las actividades serán realizadas al aire libre. 3 de ellas serán realizadas en las inmediaciones del centro, otras 3 en entornos naturales cercanos al centro y una última sesión donde, si el desarrollo de la unidad ha sido el correcto, se llevará a los alumnos a algún paraje natural conocido y más alejado del centro. A parte de los objetivos del propio deporte de la orientación como el buen uso de la brújula o mapa, también se intentará que los alumnos aprendan a respetar la naturaleza o el entorno donde nos encontremos y cómo hacerlo. Los jóvenes también deberán aprender nociones básicas de los diferentes elementos como la flora y la fauna, que nos encontramos en los diferentes parajes que visitemos.		<b>Justificación:</b> La orientación es un deporte idóneo para el trabajo de diferentes objetivos y conceptos, como ocurre en la presente unidad. Se sabe que, en la actualidad, es muy difícil perderse y no tener ninguna forma de ubicarte o de volver a la civilización. Sin embargo, el ser humano debe estar siempre preparado para posible situaciones o adversidades que pudieran surgir. Un ejemplo de técnicas que nos podrían hacer falta en un futuro y que serán enseñadas durante esta SA, son la capacidad de saber utilizar una brújula y la capacidad para entender y usar un mapa. El centro se encuentra a las afueras de la ciudad y muy cercano a varios parajes naturales, lo que facilitará aún más la planificación y organización de varias carreras de orientación en medios muy diferentes. Esta situación de aprendizaje ayuda no solo al acondicionamiento, mantenimiento y mejora de nuestras capacidades físicas básicas, sino también a la adquisición de buenos hábitos y costumbres, tanto con nosotros mismos como con el medio.	
<b>FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR</b>			
<b>CRITERIO/S DE EVALUACIÓN</b>		<b>COMPETENCIAS</b>	
<b>Código:</b>	<b>Descripción:</b> 1. Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física. 2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas. 3. Colaborar en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, y participar activamente en estos, identificando los elementos estructurales que definen al deporte y adoptando posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• . <b>Competencia Matemática y Competencias básicas en Ciencia y Tecnología (CMCT)</b></li> <li>• <b>Competencia Digital (CD)</b></li> <li>• <b>Competencias Sociales y Cívicas (CSC)</b></li> </ul>	
<b>CONTENIDOS</b>		<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES EVALUABLES</b>	
13. Identificación de las aportaciones que una alimentación e hidratación equilibrada proporciona a la mejora del rendimiento en la actividad física. 14. Aplicación oportuna y eficaz las habilidades específicas y estructurales de las actividades físicas y-deportivas en función de los estímulos y factores presentes en la práctica. 15. Ajuste corporal en la resolución de problemas motores a partir de diferentes situaciones motrices. 16. Responsabilidad y respeto ante la realización de las diferentes tareas. 17. Autonomía en la aplicación de calentamientos generales y específicos previo análisis de la actividad física que se realiza y para la prevención de lesiones 18. Planificación, organización y práctica de actividades físico-motrices o eventos lúdicos, recreativos y deportivos en entornos		1, 4, 7, 8, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 25, 27, 29, 37.	

	<p>habituales y no habituales.</p> <p>19. Toma de conciencia de las repercusiones que las actividades físico-motrices realizadas en el medio natural tienen para la salud y para la conservación del entorno.</p> <p>20. Uso y valoración de las tecnologías de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia.</p> <p>21. 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><b>FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA</b></p>	<p><b>MODELO DE ENSEÑANZA:</b>          Como modelos de enseñanza se utilizarán los siguientes: Modelo expositivo, sobre todo para las primeras sesiones donde se trabajarán algunos conceptos más teóricos. Investigación guiada (INV), el modelo Deductivo (DEDU) durante las competiciones y carreras., Organizadores previos (ORGP para la organización y planificación de las mismas. La Investigación grupal (IGRU) durante la investigación y aprendizaje de nuevos conceptos. Juego de roles (JROL) durante la realización de las diferentes pruebas y carreras. , Enseñanza Simulación (SIM) durante alguna carrera de orientación, simulando alguna situación o adversidad real en un paraje natural.</p>	
	<p><b>FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS:</b>          Haremos uso de una metodología fundamentalmente activa, donde la participación de los alumnos se dé durante la totalidad del tiempo de la sesión. Se trabajarán diferentes agrupamientos, siempre heterogéneos e intentando que se dé una interdependencia positiva entre los diferentes grupos y alumnos.</p>	
	<p><b>CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS:</b>          A continuación se explica de qué manera esta situación de aprendizaje contribuye al desarrollo, captación y adquisición de las 3 competencias clave nombradas anteriormente. En primer lugar, se trabajará la <b>competencia Matemática</b> y <b>las competencias básicas en Ciencia y Tecnología (CMCT)</b> mediante la realización de diferentes medidas y acotaciones dentro de un mapa, así como saber las escalas que lo definen. En cuanto a la competencia digital (CD) se estimulará mediante el uso de brújulas, cronómetros y otros instrumentos de medición y localización. En tercer y último lugar, realizaremos un trabajo de las competencias sociales y cívicas mediante la realización de las diferentes pruebas, actividades y carreras en diferentes agrupamientos (gran grupo, grupos heterogéneos, parejas...) y mediante la asignación de diferentes roles que podrían ejercer los diferentes alumnos (encargado del mapa, líder, corredor de velocidad, corredor de distancia, apuntador...)</p>	
	<p><b>AGRUPAMIENTOS:</b> Durante el comienzo de las primeras sesiones se usará el gran grupo (GGRU) de manera que se puedan explicar los diferentes conceptos y contenidos teóricos a todos los alumnos y se resuelvan las dudas que vayan surgiendo en la clase. En segundo lugar se trabajará de manera individual, trabajo individual (TIND) para la realización de las primeras carreras y pruebas de orientación dentro del centro., (EMOV), grupos de expertos (GEXP), grupos fijos (GFIJ), grupos heterogéneos (GHET), grupos homogéneos (GHOM), grupos interactivos (GINT). trabajo en parejas (TPAR),</p>	
	<p><b>ESPACIOS:</b>          Se utilizará el patio del centro para las 3 primeras sesiones. Durante las 3 sesiones siguientes se visitarán 2 parques periurbanos cercanos para una simulación de carrera de orientación en un entorno natural. Finalmente, y para la última sesión, nos trasladaremos a un paraje natural, algo separado del centro urbano y que haya sido elegido democráticamente por todos los alumnos.</p>	
<p><b>RECURSOS:</b>          Brújulas, mapas, fotografías, postas, cuerdas para señalar.</p>		

CONCRECIÓN. SECUENCIA DE ACTIVIDADES						
<b>ACTIVIDAD: 1</b>		<b>TÍTULO: NOS ORIENTAMOS POR EL CENTRO</b>			<b>ACTIVACIÓN</b>	
<p><b>DESCRIPCIÓN:</b> Durante estas 3 primeras sesiones, se combinará un tiempo de clase teórico (15, 20 minutos) dónde analizaremos diferentes conceptos y técnicas, para después ser usados en la parte práctica (25-40 min) de la sesión. La parte teórica puede ser llevada a cabo dentro del gimnasio y la parte práctica, si le meteorología lo permite, será realizada en el exterior. Realizaremos 3 carreras diferentes en estas 3 primeras sesiones, con agrupamientos también diferentes, un día individual, otro día en parejas y una última sesión en el centro con pequeños grupos heterogéneos.</p>						
Crterios de evaluación	Estándares de aprend. evaluables	Contenidos	Competencias	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
1, 2	1, 4, 7, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 25, 29, 37.	1, 2, 3, 4, 6, 7, 9	CMCT, CD, CSC.	- Observación sistemática durante la realización de las diferentes pruebas y carreras.	No habrá evaluación durante esta sesión. Se utilizarán preguntas durante el transcurso de la clase para comprobar la atención de los alumnos.	-No hay evaluación
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
-Posición y finalización de las diferentes pruebas y carreras planteadas.	-No hay evaluación	- Trabajo individual (TIND) – Trabajo en parejas (TPAR) - Pequeños grupos (PGRU) - Gran grupo (GGRU)	3 sesiones	-Mapas -Postas -Brújulas -Fotos -Móvil -Cuerdas y aros	-Gimnasio -Patio exterior	
<b>ACTIVIDAD: 2</b>		<b>TÍTULO: LA NATURALEZA COMO BRUJULA</b>			<b>DEMOSTRACIÓN</b>	
<p><b>DESCRIPCIÓN:</b> Durante esta segunda actividad, compuesta también por 3 sesiones, se realizará un trabajo muy parecido al de la primera actividad pero un paraje más abierto, real y con mayor extensión, lo que dificultará un poco la complejidad de las diferentes pruebas y carreras. Los mapas pasarán a tener una escala mayor. Además, durante la mitad de la última sesión y como trabajo complementario para casa, los alumnos deberán organizar la carrera que será desarrollada durante la última actividad y sesión.</p>						
Crterios de evaluación	Estándares de aprend. Evaluables	Contenidos	Competencias	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
1, 2	1, 4, 7, 8, 12, 13, 14, 15, 17, 19, 23, 25, 27, 29.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9.	CMCT, CD, CSC.	- Observación sistemática durante la realización de las diferentes pruebas y carreras.	-No habrá evaluación durante esta sesión. Se utilizarán preguntas durante el transcurso de la clase para comprobar la atención de los alumnos.	-No hay evaluación
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones

-Posición y finalización de las diferentes pruebas y carreras planteadas. -Organización y planificación de la carrera planteada para la última actividad.	-No hay evaluación	- Trabajo individual (TIND) - Trabajo en parejas (TPAR) - Pequeños grupos (PGRU) - Gran grupo (GGRU)	3 sesiones	-Mapas -Postas -Brújulas -Fotos -Móvil -Cuerdas y aros	-Parque periurbanos cercanos al centro.	
<b>ACTIVIDAD: 3</b>		<b>TÍTULO: GRAN CARRERA</b>			<b>APLICACIÓN</b>	
<b>DESCRIPCIÓN:</b> Durante esta última actividad, que solo estará formada por 1 sesión, los alumnos deberán llevar a cabo la carrera por parejas que haya sido organizada previamente por ellos mismos. Se prevé que esta actividad tenga una duración de 6 horas contando media hora para almorzar. Las 2 primeras parejas podrán ganar un aumento de nota de 0.5 y 1 punto.						
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Estándares de aprend. evaluables</b>	<b>Contenidos</b>	<b>Competencias</b>	<b>Técnicas de evaluación</b>	<b>Herramientas de evaluación</b>	<b>Instrumentos de evaluación</b>
1, 2, 3	1, 4, 7, 8, 12, 13, 15, 16, 17, 19, 23, 25, 27, 29, 37.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9.	CMCT, CD, CSC.	- Observación sistemática durante la realización de las diferentes pruebas y carreras.	-Escala de valoración -Rúbrica	-Rúbrica -Nota directa profesor
<b>Productos</b>	<b>Tipos de evaluación según el agente</b>	<b>Agrupamientos</b>	<b>Sesiones</b>	<b>Recursos</b>	<b>Espacios</b>	<b>Observaciones</b>
-Carrera de orientación final por parejas donde se enfrentarán entre toda la clase.	-Heteroevaluación -Autoevaluación	- Trabajo en parejas (TPAR)	1 sesión	-Mapas -Postas -Brújulas -Fotos -Móvil -Cuerdas y aros	-Entorno natural alejado del centro urbano y elegido democráticamente por los alumnos.	



### ANEXO 3

Temporalización de la programación didáctica anual para el curso de 4º de la ESO.

<b>1er trimestre</b>		
<b>Unidad didáctica</b>	<b>Fecha</b>	<b>Nº sesiones</b>
1- Quemando excesos	Primera semana después de cada periodo vacacional	6 sesiones
2- Si nos perdemos, nos encontramos	Septiembre-octubre	8 sesiones
3- Dream team	Octubre-noviembre	8 sesiones
4- El valor de jugar (juegos y deportes alternativos)	Noviembre-diciembre	8 sesiones
5- ¿Comes realmente bien?	Última semana de cada trimestre	6 sesiones
<b>2º trimestre</b>		
<b>Unidad didáctica</b>	<b>Fecha</b>	<b>Nº sesiones</b>
6- El atletismo y las olimpiadas	Enero-febrero	10 sesiones
7- Bailamos, subimos y nos agarramos	Marzo-abril	8 sesiones
<b>3er trimestre</b>		
<b>Unidad didáctica</b>	<b>Fecha</b>	<b>Nº sesiones</b>
8- Raqueteando	Abril-mayo	10 sesiones
9- Nos preparamos para el verano	Mayo-junio	8 sesiones