



Universidad
Europea CANARIAS

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA
DE LA ASIGNATURA
EDUCACIÓN FÍSICA EN 1º
ESO

Paula Zamorano Villar

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 Velázquez García

Convocatoria de julio de 2023

Índice

Resumen	3
1. Introducción y justificación	5
1.1. ¿Qué es una programación y para qué programar?	5
1.2. Criterios seguidos para elaborar la programación	6
1.3. Marco normativo	8
2. Contextualización	11
2.1. Características del entorno escolar	11
2.2. Centro	11
2.3. Aula	13
2.4. Alumnado	13
3. Concreción curricular	14
3.1. Objetivos de la etapa y perfil de salida	14
3.2. Contribución a los objetivos de etapa	16
3.3. Contribución a las competencias clave	17
3.4. Fundamentación curricular	18
3.5. Unidades de programación	19
4. Metodología	45
4.1. Principios metodológicos	45
4.2. Estrategias	46
4.3. Tipos de actividades	48
4.4. Agrupamientos	49
4.5. Actividades complementarias	50
4.6. Criterios organizativos: espacios y otros elementos necesarios	51
4.7. Materiales y recursos didácticos	51
5. Atención a la diversidad	53
5.1. Aspectos generales	54
5.2. Medidas ordinarias	54
5.3. Medidas extraordinarias y otras medidas	55

6.	Educación en valores, planes y programas	55
6.1.	Educación en valores desde la asignatura	55
6.2.	Desarrollo de la comunicación lingüística	56
6.3.	Integración de las TIC	56
6.4.	Planes y programas del centro	57
6.5.	Concreción en la programación de los planes institucionales del centro	58
7.	Evaluación del aprendizaje del alumnado	58
7.1.	Procedimientos e instrumentos de evaluación	60
7.2.	Criterios de calificación	61
7.3.	Planes de refuerzo y evaluación	62
8.	Conclusión	62
9.	Referencias	64
	Anexos	69

Resumen

Este trabajo de fin de máster tiene el objetivo desarrollar una programación didáctica para alumnos de 1º de la Educación Secundaria Obligatoria (ESO), dentro de la normativa de la Comunidad Autónoma de Canarias, en el que se van a desarrollar 8 unidades didácticas, a través de las cuales se va a explorar la capacidad física de los alumnos. Se van a utilizar diversas metodologías, que pretenden motivarlos, fomentando que ellos mismos sean autónomos y afianzando su autoestima. Mediante la programación didáctica se pretende que los alumnos pongan en valor y den importancia a tener una vida saludable, siendo capaces de elegir una buena práctica deportiva. En las diferentes unidades didácticas se ha tratado de inculcar a los alumnos el trabajo en equipo, la disciplina, el esfuerzo con la ilusión de conseguir retos y objetivos. A través de la Educación Física se desarrolla su capacidad motriz, lo que supone enriquecer su desarrollo.

La labor del docente es fundamental para que los alumnos tengan unos hábitos saludables más allá de lo que han aprendido en el centro. Asimismo, el docente evalúa lo aprendido conforme a los criterios establecidos, pero siempre teniendo en cuenta las características de cada alumno.

Palabras clave: Educación Física, Unidad Didáctica, Programación Didáctica.

This master's thesis has the objective of developing a didactic program for 1st year students of Compulsory Secondary Education (ESO), within the regulations of the Autonomous Community of the Canary Islands, in which 8 didactic units will be developed, through of which the physical capacity of the students will be explored. Various methodologies will be used, which are intended to motivate them, encourage them to be autonomous and strengthen their self-esteem. Through the didactic programming, it is intended that students value and give importance to having a healthy life, being able to choose a good sport practice. In the different didactic units, an attempt has been made to instill in the students teamwork, discipline, effort with the hope of achieving objectives and goals. Through Physical Education, their motor skills are developed, which means enriching their development.

The work of the teacher is fundamental so that the students have healthy habits beyond what they have learned in the center. Likewise, the teacher evaluates what has been learned

according to the established criteria, but always taking into account the characteristics of each student.

Keywords: Physical Education, Didactic Unit, Didactic Programming.

1. Introducción y justificación.

La educación física en la ESO (Educación Secundaria Obligatoria) tiene como objetivo principal el desarrollo integral de los estudiantes, fomentando su bienestar físico y emocional, así como su capacidad de trabajo en equipo, el respeto, su disciplina y su capacidad de superación o perseverancia.

Para lograr dichos objetivos se utilizan diversas estrategias que permiten al docente adaptar la enseñanza a las necesidades y habilidades de los estudiantes.

Sus beneficios son muchos, incluyendo una mejor salud física y mental, fortalecimiento de la autoestima y la reducción del estrés y ansiedad entre otros.

Con esta programación se pretende que los alumnos adquieran habilidades y se desarrollen, comprendiendo y descubriendo la importancia y valor de tener una vida saludable, teniendo buenas prácticas deportivas.

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

Actualmente, en nuestra sociedad aparecen nuevas formas de actividad física y deporte, ya que es saludable para nuestro cuerpo, además de llenar nuestro tiempo de ocio pasándolo bien, nos permite competir con los demás, vivir experiencias y expresarnos de una manera diferente a la habitual. Esto hace que la asignatura de Educación Física se enriquezca permitiendo desarrollar las habilidades motrices, además de desarrollar aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognitivos.

Así, mediante la programación didáctica (PD) que posteriormente se desarrollará, se establecen los objetivos, los contenidos, la metodología, la evaluación y los recursos que se van a utilizar en el proceso de enseñanza y en su aprendizaje.

En lo que respecta a la enseñanza de la educación física para alumnos de 1º de la ESO, la PD ha permitido planificar y desarrollar la materia de la asignatura, estableciendo los objetivos que se pretenden alcanzar en el curso, definiendo los contenidos que se van a enseñar, determinando la metodología que se va a utilizar para impartir los conocimientos, así como los criterios de evaluación y seleccionar los recursos didácticos más adecuados.

El objetivo de la PD es ayudar y orientar al docente para realizar la labor en el aula, estableciendo un marco de referencia para evitar la improvisación, favoreciendo la anticipación y la toma de decisiones y conseguir así una enseñanza de calidad.

Se pretende buscar un equilibrio entre las competencias generales, definidas para la asignatura de Educación Física, y las competencias específicas, las cuales se tratan en cada clase. Además, es necesario tener en cuenta las necesidades de cada grupo escolar y de cada estudiante e intentar abordarlas.

Algunas ventajas que tiene realizar una programación didáctica son:

- Ayuda a definir los objetivos educativos y las competencias que deben alcanzar los alumnos.
- Ayuda a elegir y desarrollar las actividades que queremos realizar con los alumnos.
- Ayuda a marcar los criterios para facilitar la evaluación de los resultados.
- Ayuda a organizar y prever las acciones que se van a desarrollar.

En definitiva, la programación didáctica es un documento en el que se plasma la planificación, desarrollo y evaluación de un curso académico, de forma trimestral o anual, cuyo objetivo es ayudar y orientar a los docentes en el desarrollo de enseñanza en el aula. Y, dicha planificación debe adaptarse al currículo, al centro educativo y a los estudiantes.

1.2. Criterios seguidos para elaborar la programación

Para poder elaborar la programación tenemos que tener en cuenta las características del alumnado, en este caso de 1º ESO.

En este curso los alumnos tienen hábitos deportivos y un estilo vida saludable, ya que al menos la mayor parte práctica deporte reglado de manera regular y un grupo menor realiza actividad deportiva no reglada. Además existen alumnos que tienen una baja o nula práctica de actividad física, lo que conlleva a realizar una PD variada, con la finalidad de motivar a aquellos alumnos para que se inicien en la actividad física que más se aproxime a sus preferencias o gustos.

Dentro del desarrollo evolutivo podemos diferenciar 4 tipos: cognitivo, corporal, de lenguaje y socioafectivo. Dentro de estos, los alumnos de 1º ESO, sufren diferentes cambios, los cuales tendremos que tener en cuenta a la hora de dar las clases de educación física.

En el desarrollo cognitivo, comienzan a alcanzar la inteligencia propia del adulto, la inteligencia formal. Esto les permite razonar de manera abstracta y llegar a solucionar problemas complejos. Adquieren y desarrollan el pensamiento abstracto, lo que ayuda a la capacidad de análisis y síntesis. Y por último, la memoria en esta etapa es de manera consciente y orientada a unos objetivos.

En cuanto al desarrollo corporal, sufren las famosas transformaciones fisiológicas debido a las alteraciones hormonales propias de la etapa.

En el desarrollo del lenguaje, gracias a que comienzan a utilizar los recursos expresivos, lingüísticos y no lingüísticos, son capaces de expresarse de manera oral y escrita de manera coherente y comprender los discursos, tanto orales como escritos.

Y en el desarrollo socioafectivo, las relaciones con sus compañeros adquieren mayor importancia.

En las programaciones didácticas en la etapa de secundaria es recomendable tener estos aspectos en cuenta y en función de ello, planificar los siguientes aspectos:

- Introducción, descripción de la importancia de la Educación Física en la formación del estudiante.
- Objetivos generales y específicos que se pretenden alcanzar en el curso escolar.
- Contenidos, tanto teóricos como prácticos, los cuales pueden estar organizados en bloques temáticos, adaptándose al currículo.
- Metodología, donde se establecen las estrategias y técnicas didácticas que se van a utilizar en los contenidos para alcanzar los objetivos.
- Temporalidad, con distribución de los contenidos durante el curso.
- Evaluación, donde encontramos los criterios de evaluación, así como los instrumentos de evaluación que se van a emplear para valorar a los estudiantes.
- Atención a la diversidad, estableciendo medidas de apoyo y refuerzo para atender las necesidades de los estudiantes.

- Recursos materiales, detallando los recursos materiales y espacios para la realización de las actividades propuestas.
- Bibliografía y fuentes, referencias bibliográficas utilizadas para la elaboración de la programación didáctica.

1.3. Marco normativo

Constitución Española. Norma suprema del ordenamiento jurídico español. Así en su art. 27 se regula el derecho a la educación.

Decreto 25/2018, de 26 de febrero, por el que se regula la atención a la diversidad en el ámbito de las enseñanzas no universitarias de la Comunidad Autónoma de Canarias. Tiene como objetivo garantizar la educación inclusiva y de calidad de todos los estudiantes, con independencia de sus características personales, sociales o culturales. Teniendo una responsabilidad compartida de todos los agentes educativos (centros educativos, docentes, familias y las administraciones educativas), estableciendo los principios, criterios y medidas necesarias para atender a la diversidad.

Instrucciones sobre la evaluación, promoción y titulación en las etapas de Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, de aplicación en el curso escolar 2022-2023. La evaluación del alumnado se centrará en el grado de desarrollo y adquisición de las competencias y en el logro de los objetivos de la etapa, de manera que se garantice la continuidad del proceso educativo de los alumnos y las alumnas, estableciéndose tres evaluaciones a lo largo del curso.

Ley 6/2014, de 25 de julio, Canaria de Educación no Universitaria. Su objetivo es garantizar la igualdad de oportunidades, la calidad educativa, la atención a la diversidad, la innovación y la formación integral de los estudiantes, regulando aspectos como la evaluación, la promoción y la titulación, la formación del profesorado, la participación de las familias en la educación, la organización y funcionamiento de los centros educativos y la financiación de la educación.

Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de mayo. Establece el marco general del sistema educativo en todo el territorio nacional. Entre las principales novedades destacan: fomento de la igualdad de oportunidades para todos los estudiantes; obligatoriedad de la educación infantil de 0 a 6 años; la creación de un nuevo nivel educativo denominado "Educación

Secundaria Obligatoria” (ESO), que sustituye a la Educación General Básica (EGB), estableciendo una educación común hasta los 16 años; creación de un nuevo título de bachillerato con el objetivo de acceder a la educación superior o para la inserción en el mercado laboral; creación del Consejo Escolar del Estado para asesorar al Gobierno en materia educativa.

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Introduce cambios importantes en el sistema educativo español, con el objetivo de garantizar una educación equitativa, inclusiva y de calidad, que permita el desarrollo pleno de las capacidades individuales de los estudiantes y que responda a las necesidades de la sociedad actual. Entre los cambios podemos encontrar: inclusión de la educación emocional y en valores en el currículo educativo para fomentar la formación integral de los estudiantes; igualdad de oportunidades eliminando cualquier forma de discriminación; inclusión de la igualdad de género con el objetivo de fomentar la igualdad efectiva entre hombres y mujeres.

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. Las actividades extraescolares que se realizan fuera del horario lectivo y las complementarias se realizan dentro del horario lectivo, pero ambas actividades tienen como objetivo complementar la formación y desarrollo de los estudiantes, correspondiendo a los centros educativos elaborar un programa anual de las actividades y presentarlo a la Dirección General de Ordenación e Innovación Educativa para su aprobación. La participación de los alumnos es voluntaria y debe contar con la autorización de padres o tutores legales, estableciéndose las medidas para garantizar la seguridad y protección de los estudiantes durante su desarrollo.

Orden de 9 de octubre de 2013, por la que se desarrolla el 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, en lo referente a su organización y funcionamiento. Se regula el horario lectivo de la jornada semanal del personal docente no universitario, concretamente se establece la jornada semanal en 37 horas y media, las cuales se dividen en dos períodos uno de 9 horas, para la preparación de actividades, no siendo obligatorio permanecer en el centro y otro de 28 horas y media de permanencia en el centro

que, a su vez se divide en 24 horas de permanencia (con 18 horas lectivas y 6 complementarias) y 4 horas y media de actividad de periodicidad no fija en el centro o fuera de él (claustros, sesiones de evaluación, etc.)

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. Regula fundamentalmente los siguientes aspectos:

1.- Para saber si el alumnado ha aprendido lo que tiene que aprender, se van a usar unos criterios de evaluación que están definidos para cada curso o ciclo. Los resultados de la evaluación se van a poner con notas numéricas o con palabras según el caso. Además, se van a ofrecer medidas de apoyo y orientación para ayudar al alumnado a mejorar su aprendizaje.

2.- Para pasar de curso o de etapa, se va a tener en cuenta si el alumnado ha conseguido los objetivos y ha desarrollado las competencias que se esperan. Se podrá pasar al curso o a la etapa siguiente si se considera que se ha logrado el nivel adecuado de competencias y objetivos. El equipo docente será el que decida sobre la promoción del alumnado, escuchando la opinión del tutor o tutora del grupo.

3.- Para obtener el título de Primaria, Secundaria o Bachillerato, se tendrá que aprobar todo o tener suspensas como mucho dos asignaturas o ámbitos, siempre que no sean a la vez Lengua Castellana y Literatura, y Matemáticas. El título servirá para seguir estudiando o para trabajar en cualquier parte de España.

Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria. A través de este Real Decreto se diseña un nuevo modelo curricular por competencias clave, es decir, determinando el conjunto de conocimientos, capacidades y actitudes que los estudiantes deben adquirir durante su escolarización, priorizando aprendizajes fundamentales y regulando la ordenación académica inclusiva. En resumen, se establecen las enseñanzas mínimas que se deben impartir en la ESO.

2. Contextualización

2.1. Características del entorno escolar

El centro educativo donde se va a llevar a cabo la programación didáctica diseñada se encuentra en un barrio de clase trabajadora, que cuenta con todos los servicios para atender las necesidades de sus habitantes, muy cercano a espacios naturales, lo que permite realizar rutas de senderismo, orientación y actividades al aire libre en el medio natural.

En la actualidad es un barrio residencial y multicultural, con una gran variedad de equipamientos, bien conectado con el resto de la ciudad, gracias a varias líneas de autobuses que pasan por la zona. Cuenta con supermercados, centros comerciales, farmacias, bancos, restaurantes, donde se puede disfrutar de la gastronomía y la cultura de los diferentes países, cines y centros deportivos.

Es un barrio histórico que ha experimentado un gran desarrollo en las últimas décadas, debido, fundamentalmente, a un importante desarrollo urbanístico y económico. La construcción de nuevas viviendas y la apertura de nuevos negocios y servicios, así como la mejora de las infraestructuras han contribuido a la expansión del barrio.

En lo que respecta al nivel socioeconómico, hay zonas, dentro del barrio, con un perfil socioeconómico medio, el cual depende de diferentes aspectos como la educación, los ingresos o el tipo de trabajo de sus habitantes, lo que les permite tener una estabilidad financiera y buena calidad de vida; y zonas con un perfil socioeconómico alto que se sitúan en aquellos lugares en los que el barrio ha sufrido mayor expansión.

En el mismo barrio encontramos otros centros educativos, entre los que destacan escuelas infantiles, colegios e institutos públicos, privados o concertados.

2.2. Centro

El centro educativo es un centro concertado en las etapas de primaria y ESO y privado para las etapas de Educación Infantil y Bachillerato. Además, el centro pertenece al programa BEDA (Bilingual English Development & Assessment) siendo un centro bilingüe (español-inglés) a partir de los dos años y católico.

Cuenta con 3 clases para cada curso de Educación Infantil, de Educación Primaria y de Educación Secundaria y 2 clases para cada curso de Bachillerato. En la actualidad hay matriculados 1250 alumnos entre todas las etapas y cuenta con un total de 75 docentes. En la ESO hay un total de 335 alumnos y las ratios del aula son de aproximadamente de 28 alumnos, abriendo las puertas a la multiculturalidad y a la diversidad.

El horario lectivo es de 9:00 a 17:00, contando con dos períodos de descanso en función de la etapa escolar. En el caso de los alumnos de la ESO estos períodos de descanso son de 11:30 a 12:00 y de 13:00 a 15:00, incluyendo en este último período el tiempo para comer y dando la posibilidad a los alumnos de irse a casa o, por el contrario, quedarse en el centro y contar con el servicio de Comedor Escolar. Así también en dicho periodo de descanso se puede optar por tener clases de refuerzo para determinadas asignaturas, para aquellos alumnos que estén interesados.

El centro cuenta con numerosas instalaciones, tanto de ámbito escolar, como sala de audiovisuales, pequeño teatro, con capacidad para trescientas personas, en el que se realizan festivales y exposiciones, entre otros, así como en el ámbito deportivo, al tener anexo un polideportivo, en el que se encuentra una piscina de 25 metros con 6 calles, cancha de baloncesto y pistas de pádel, así como gimnasio y salas de fitness, el cual pertenece al mismo centro educativo, al que se puede acceder tanto exterior como interiormente, lo que supone para los alumnos del centro que realizan actividades extraescolares deportivas, no tener la necesidad de salir del mismo, pudiendo acceder a dichas instalaciones por el interior.

Tiene tres patios de recreo, uno de ellos techado. Además, cuenta con todo el material necesario para impartir las clases de Educación Física, tanto para las clases teóricas como para las prácticas.

Cuenta con las siguientes instalaciones que facilitan el correcto funcionamiento y accesibilidad del centro: ascensores, laboratorio de ciencias, aula de informática, aula de música, salón de usos múltiples, biblioteca, sala de profesores, sala de reuniones y enfermería. El centro ofrece actividades complementarias tales como: clases de inglés, realizándose en dicho centro los exámenes de Cambridge, clases de robótica, diferentes actividades deportivas como natación y diferentes talleres de creación, tanto literaria como cultural.

El centro ofrece una variedad de servicios tales como: Estudio Dirigido, plataforma de comunicación con familia, plataforma de innovación pedagógica, seguro privado de accidentes, servicio de atención de enfermería, ayuda y asistencia tecnológica de los alumnos, horario ampliado de secretaría, gabinete psicopedagógico contando con la plataforma Habilmind, a través de la cual se realizan pruebas psicopedagógicas. Asimismo, ofrece una gran variedad de actividades extraescolares como fútbol sala, baloncesto, kárate, danza y natación entre otros, así como la creación de Escuelas Deportivas que forman parte del proyecto educativo del centro.

Finalmente destacar que el centro da una gran importancia a los valores fomentando así el respeto, la pluralidad, la tolerancia, el trabajo en equipo, el esfuerzo, la sinceridad y la libertad.

2.3. Aula

Respecto de la asignatura de educación física las aulas del centro son amplias, luminosas y cuentan con los medios tecnológicos necesarios para impartir las clases teóricas.

Las clases prácticas se imparten en el pabellón de deportes, que constituye un edificio anexo al centro educativo, al que se accede por el interior, cruzando un pequeño patio que se encuentra techado y en el que se guardan y clasifican todos los materiales y recursos utilizados. También cuenta con un gimnasio en el que hay espalderas, bicicletas estáticas, elípticas cintas de correr, así como una sala de peso libre.

Asimismo, desde ese pabellón se accede directamente a la piscina para la práctica de la natación, como asignatura obligatoria semanal durante los cursos de infantil, primaria y secundaria. Además, para las clases de natación se cuenta con un profesional de apoyo especializado en natación, quien ayuda al profesor titular a llevar las clases. En el supuesto de que algún alumno no supiera nadar, el profesional de apoyo le ayudaría de manera individual.

2.4. Alumnado

Se observa que en los estudiantes de 1º de la ESO se produce un desarrollo físico con modificaciones a nivel fisiológico. En esta etapa de la adolescencia los cambios corporales se

van produciendo a ritmos diferentes en los distintos cursos y géneros, debido a que la maduración se produce antes en las mujeres que en los hombres.

Asimismo, se produce un cambio intelectual, lo que da lugar a que sus razonamientos sean algo más elaborados. Hay una gran diferencia entre la edad biológica y la cronológica. En lo referente al desarrollo motor existe una gran diferencia entre los estudiantes que practican deporte, como actividad extraescolar, por ejemplo o pertenecen a clubes deportivos y los que tienen una vida sedentaria, destacando que sobre los que practican deporte fuera del horario escolar tienen una mayor predisposición al trabajo en equipo frente a la individualidad de los que tienen una vida más sedentaria, los cuales tienen una condición física que no es la óptima y deseada, si bien en estos cursos de ESO hay una gran capacidad de adaptarse influyendo notablemente la labor del docente.

La ratio es de 28 alumnos por cada clase. En 1º ESO A 12 son chicos y 16 chicas; en 1º ESO B hay 15 chicos y 14 chicas y en 1º ESO C son 10 chicos y 16 chicas.

Podemos encontrar alumnos que son más inquietos o que tiene dificultades para atender, de los cuales están presentes en el curso de 1ºA: 2 alumnos con necesidades educativas especiales (NEE); en 1º B: 1 alumno extranjero (nacionalidad china) y 1 alumna con problemas físicos (escoliosis), realizando las adaptaciones curriculares cuando la situación lo requiera.

3. Concreción curricular

3.1. Objetivos de la etapa y perfil de salida

La asignatura educación física durante el periodo de Secundaria intenta conseguir la consecución de los objetivos para tener un estilo de vida activo, para que los alumnos estimulen los conocimientos sobre la corporalidad, afiancen esos conocimientos a la hora de la toma de decisiones motrices, a la vez que aprender a gestionar sus emociones y habilidades sociales, integrando actitudes responsables y el disfrute de las experiencias.

Según el Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria, se establece que el desarrollo de las capacidades de los alumnos y alumnas tiene que estar contribuido en la Educación Secundaria Obligatoria con el fin de que les permita:

- Asumir de forma responsable sus deberes, conocer y ejercer sus derechos respetando a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- Como medio de desarrollo personal, conseguir el desarrollo y consolidación de hábitos de disciplina, estudio y trabajo, tanto de manera individual como en grupo, con el fin de realizar de manera correcta las tareas de aprendizaje.
- Valorar la igualdad de derechos y oportunidades entre sexos y respetar la diferencia entre ellos. Desechar los estereotipos que supongan discriminación.
- Rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, comportamientos sexistas, resolver conflictos pacíficamente, son ejemplos de fortalecer las capacidades afectivas en todos los ámbitos y su relación con los demás.
- Adquirir nuevos conocimientos a través de desarrollar destrezas básicas en la utilización de fuentes de información.
- Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.
- Conocer y aplicar los métodos para identificar problemas en los diversos campos de conocimiento gracias al conocimiento científico como saber integrado y la experiencia.
- Ser emprendedor y desarrollar la confianza en sí mismos, favoreciendo la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- Expresar y comprender de manera correcta, tanto de manera oral como por escrito, la lengua castellana y, en el caso de haber una lengua cooficial autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.
- Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la

educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social.

- Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad.
- Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.
- Comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas y apreciar la creación artística, utilizando diversos medios de expresión y representación.

El perfil de salida es identificado con las competencias clave que los alumnos deben haber adquirido y desarrollado en la educación básica. La Educación Física, en este caso, contribuye en el perfil de salida potenciando que el alumnado alcance el pleno desarrollo personal y social, a través de la competencia motriz. Las competencias clave están vinculadas a las competencias específicas de la materia, y se hacen visibles gracias a los criterios de evaluación.

3.2. Contribución a los objetivos de etapa

Al ayudar a conocer el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, asegurar hábitos saludables, favorecer el desarrollo personal y social, la Educación Física contribuye al desarrollo de los objetivos de etapa. Así, en la Educación Secundaria Obligatoria, colabora con los objetivos de etapa a partir de la práctica motriz.

Parte de:

- La realidad individual, las necesidades y expectativas del alumnado (k).
- Implica la expresión y comunicación a través del cuerpo y del movimiento (l).
- Desarrolla y mejora las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, además de la toma de decisiones en la práctica de juegos y deportes (f).
- Respetar las diferencias culturales (j), sociales y de género desde la inclusión (c), fomentando un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable (k).
- Conlleva procesos de reflexión y autoevaluación para la mejora en la toma de decisiones que permite adoptar estilos de vida saludables y de ocio activo (b), con impacto sobre su bienestar físico, mental y social (d).

Aparte, la educación física incide positivamente en la adquisición de otros aprendizajes debido al análisis, toma de decisiones y ejecución de programas motores, aumentando así la plasticidad cerebral y la neurogénesis y sus efectos en los procesos de atención, concentración y memoria (b), (f), (g) , las herramientas básicas para alcanzar los objetivos de la etapa.

3.3. Contribución a las competencias clave

Las competencias clave es el conjunto de conocimientos, capacidades y actitudes que sirven para que los alumnos alcancen un desarrollo personal, social y profesional pleno que se ajuste a las demandas del mundo.

Las competencias clave que hay y que se pueden dar en Educación Física son:

- **Competencia lingüística (CCL):** Mediante la comunicación verbal y no verbal a través de interacciones sociales durante la práctica motriz. Te invita a escuchar y dialogar, a aceptar y respetar las diferencias, lo que te permite pensar y decidir, elegir las mejores alternativas, llegar a acuerdos que promuevan la convivencia.
- **Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM):** Se refiere a los efectos de la actividad física en el organismo y plantea preguntas y estudios hipotéticos y la probabilidad de éxito de la práctica del ejercicio, además de acciones para la protección de la salud y el medio ambiente.
- **Competencia digital (CD):** Promueve el uso responsable, seguro y sostenible de las nuevas tecnologías para estilos de vida activos y saludables.
- **Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA):** Proporciona a los estudiantes estrategias para regular las emociones, expresar pensamientos y darles las herramientas para aprender a manejar habilidades sociales y personales. También sepa cómo pasar por el proceso de autoevaluación. Ayuda a aumentar la autoestima, la resiliencia y la autoeficacia.
- **Competencia ciudadana (CC):** Ayuda a desarrollar actitudes cívicas, demostrar respeto, negociar acuerdos e inspirar empatía y confianza.
- **Competencia emprendedora (CE):** Se hace diseñando métodos de movimiento que faciliten el trabajo en equipo, promuevan la iniciativa individual y reflexionen críticamente sobre el trabajo realizado y los resultados obtenidos.

- **Competencia en conciencia y expresiones culturales (CCEC):** Explorar la diversidad cultural y artística de Canarias y otras culturas, realizando proyectos relacionados con el patrimonio cultural y artístico, a partir de situaciones de arte y movimiento rítmico y juegos y deportes.

3.4. Fundamentación curricular

En la asignatura de Educación Física se establecen cinco competencias específicas, en las cuales se concretan 6 criterios de evaluación. Dichos criterios, el alumnado lo alcanza gracias a la práctica motriz y, a medida que van superando los cursos aumenta la complejidad, especificidad y autonomía.

Las competencias específicas que podemos encontrar son:

- **Competencia específica 1 (C1):** Trata sobre tener una vida activa y saludable, con el fin de evitar los niveles altos de sobrepeso y obesidad, en este caso de Canarias. Con esta competencia se busca conseguir que los alumnos comiencen a tener hábitos saludables, como hábitos de sueño, alimentación, primeros auxilios o de higiene. Además comienzan a asumir prácticas donde hay diferentes aspectos que van aprendiendo como calentamiento, vuelta a la calma, duración, intensidad...
- **Competencia específica 2 (C2):** Tiene que ver con la toma de decisiones y ejecución en diferentes retos motores. El alumnado comienza a darse cuenta de sus fortalezas y ver cual es la mejor opción para adaptarse a la acción motriz.
- **Competencia específica 3 (C3):** Se trata de las relaciones e interacciones que pueda haber entre alumnos. Se plantea que los alumnos muestren actitudes positivas, críticas y respetuosas. Además de aprender a gestionar las emociones y habilidades sociales, dependiendo del contexto. Aprenden lo que es la empatía, respeto y la importancia del diálogo para tener una convivencia positiva.
- **Competencia específica 4 (C4):** Trabaja a un nivel mayor, de cara a que el alumnado aprenda sobre otras culturas del mundo. Empiezan entendiendo su propia cultura, la canaria y luego aprenden sobre otras. Se fomentan las prácticas motrices expresivas y lúdico-deportivas de Canarias y de otras culturas, para que los alumnos tengan un buen desarrollo personal y social.

- **Competencia específica 5 (C5):** Fomenta una actitud ecosocialmente responsable de cara a tener una vida activa y sostenible. También fomenta el que conozcan los distintos entornos que se pueden encontrar en Canarias.

Los saberes básicos vienen integrados en los criterios de evaluación como en los bloques competenciales. Aún así, en la etapa de Educación Física podemos ver 6:

- I. **Vida saludable y gestión de la actividad física:** tiene que ver con las prácticas motrices desde una manera integral, donde influyen los componentes físicos, mentales y sociales, con el fin de que el alumnado aprenda a gestionar las acciones motrices para mejorar su salud.
- II. **Retos motores:** hace referencia a los diferentes mecanismos de percepción, decisión y ejecución. A través de juegos y deportes, el alumnado evolucionará en complejidad estructural y lo aplicará en contextos diferentes.
- III. **Inclusión y autorregulación emocional en las situaciones motrices:** ayuda a la gestión emocional mediante la práctica motriz. Además de consolidar habilidades sociales, de convivencia positiva y disfrute de las vivencias motrices.
- IV. **Manifestaciones motrices socioculturales:** incluye la práctica y el conocimiento de la cultura motriz popular y tradicional a través del juego, el deporte y las expresiones motrices expresivas propias de Canarias y otras culturas.
- V. **Manifestaciones motrices expresivas:** trata sobre las manifestaciones artístico-expresivas y rítmico-expresivas a través de la práctica y el conocimiento.
- VI. **Desarrollo sostenible desde la motricidad en distintos entornos:** hace referencia a la interacción motriz en diferentes medios (natural o urbano), con el fin de que velen por su conservación y su cuidado.

3.5. Unidades de programación

La clase de Educación Física tendrán lugar los martes y jueves de cada semana, y el reparto queda de la siguiente manera:

- Prevención (6 sesiones): 13 de septiembre - 4 de octubre. – 1º Trimestre.
- Bádminton (12 sesiones): 6 de octubre - 17 de noviembre. – 1º Trimestre.
- Danza (6 sesiones): 22 de noviembre - 15 de diciembre. – 1º Trimestre.
- Acrosport (7 sesiones): 20 de diciembre - 26 de enero. – 2º Trimestre.

- Atletismo (12 sesiones): 31 de enero - 14 de marzo. – 2º Trimestre.
- Baloncesto (10 sesiones): 16 de marzo - 25 de abril. – 2º Trimestre.
- Voleibol (7 sesiones): 27 de abril - 18 de mayo. – 3º Trimestre.
- Juegos populares (8 sesiones): 23 de mayo - 22 de junio. – 3º Trimestre. Se trabajará la bola canaria, el calabazo, el pelotamano, palo canario y la tangana.

Tabla 1. Programación didáctica.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE	
Curso: 1º ESO	
<p>Punto de partida (diagnóstico inicial de las necesidades de aprendizaje)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las propuestas de mejora al finalizar el curso son favorecer la coordinación, ofrecer una variedad de actividades fomentando el trabajo en equipo y sobre todo, favoreciendo la inclusión de todos los alumnos. Y, también el uso responsable de las nuevas tecnologías. - Tras la evaluación inicial, donde se ha podido observar las habilidades y destrezas de cada uno de los alumnos, se adaptará cada UP atendiendo a dichas necesidades. Además se tendrá en cuenta que dichas adaptaciones han de ser flexibles y ajustarse al progreso de cada clase. 	

Tabla 2. Unidades de programación.

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN				
Nº 1	TÍTULO: Prevención			
	Periodo de implementación: de la semana 13 de septiembre al 4 de octubre.	Nº de sesiones: 6.	Trimestre: 1º.	
<p>Descripción:</p> <p>En esta SA el alumnado aprenderá a cómo llevar una vida saludable, además de cómo estructurar la actividad física que deseen realizar en un futuro y evitar lesionarse y hacerse daño (realizarlo con seguridad), además de poder llevar esas prácticas al exterior, en un entorno natural.</p> <p>El saber básico que se va a llevar a cabo es el I. Vida saludable y gestión de la actividad física, con el fin de que comiencen a saber estructurar la actividad física y empiecen a interesarse por realizar actividad física para tener un mejor calidad de vida.</p>		<p>Justificación:</p> <p>El objetivo de esta unidad es dar a los estudiantes una comprensión inicial de los conceptos básicos de prevención y capacidad física, y cómo esto puede afectar su vida diaria para tener una mejor condición física. Asimismo, queremos enseñar a los alumnos los diferentes instrumentos que ayudan en la medición para que puedan comparar futuros desarrollos para motivarlos a trabajar.</p>		
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR				
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS				

Código: C1 C5	Descripción: Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DESCRIPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVES. PERFIL DE SALIDA	SABERES BÁSICOS
CE 1.1 CE 5.1	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4 STEM5, CC4, CE1, CE3	I. Vida Saludable y gestión de la actividad física. VI. Desarrollo sostenible desde la motricidad en distintos entornos.
	METODOLOGÍAS: <ul style="list-style-type: none"> - Las metodologías que se van a usar son: Aprendizaje basado en tareas. - Los modelos de enseñanza que se van a usar son: Enseñanza directa (EDIR). Simulación (SIM). EVALUACIÓN:	

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	Producto/s final/es e instrumentos: Mediante el registro descriptivo y los cuestionarios podremos ver si los alumnos han adquirido los conocimientos que se les ha transmitido sobre los programas de prevención. Además de si tienen las habilidades motrices necesarias.	Herramientas de evaluación - Registro descriptivo - Cuestionarios.	Tipos de evaluación según el agente - Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar.
	AGRUPAMIENTOS: Trabajo individual (TIND). Cada alumno debe hacer su propio registro descriptivo. Pequeños grupos (PGRU). Para llevar a cabo una práctica de poner en práctica lo aprendido. Grupos heterogéneos (GHET).		
	ESPACIOS: Aula con recursos TIC. Para buscar información sobre las sesiones que tienen que llevar a cabo. Centro (Laboratorios, biblioteca, talleres, audiovisuales, canchas...). Donde poder llevar a cabo las sesiones. Casa.		
	RECURSOS: Recursos web. Multimedia. Dispositivos móviles. Ordenadores Portátiles. Todos ellos serán usados para las presentaciones de la parte teórica y para facilitar la búsqueda de información a los alumnos, para posteriormente realizar un trabajo a modo de exposición.		

	<p>Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores:</p> <p>Educación cívica (Respeto de las normas de conducta, de seguridad y a los compañeros).</p> <p>Trabajo en equipo. (Estableciendo unas normas, asumiendo responsabilidades).</p>
	<p>Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro</p> <p>Tiene relación con el eje temático de la Red canaria-InnovAS de Promoción de la Salud y la Educación Emocional.</p>
Actividades complementarias y extraescolares	
La actividad complementaria de senderismo ayudará a ofrecer a los alumnos una manera de prevenir lesiones (calentamiento).	
Referentes:	
<p>RED CANARIA-InnovAS: Promoción de la Salud y la Educación Emocional Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes Gobierno de Canarias. (s. f.).</p> <p>https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/redes-educativas/red-canarias-innovas/promo-salud-educa-emocional/</p>	

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN			
Nº 2	TÍTULO: Bádminton.		
	Periodo de implementación: de la semana 6 de octubre - 17 de noviembre.	Nº de sesiones: 12.	Trimestre: 1º.
Descripción: En esta SA el alumnado aprenderá a desarrollar sus capacidades motrices, y tendrá una mayor autonomía en su ejecución de los ejercicios, obtendrá mayor capacidad física, donde lo que se busca es que tengan que aplicar procesos de decisión y ejecución. El saber básico que se quiere trabajar es II. Retos motores, en el que se busca que el alumnado adquiera capacidades físicas y coordinativas, la participación en desafíos, tanto individuales como de oposición.		Justificación: De acuerdo con la normativa vigente, la UP está diseñada para dar a los estudiantes la idea de mejorar su condición física y desarrollar hábitos saludables, además de aprender a esforzarse y mejorar al ritmo requerido.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		
Código: C2	Descripción: Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DESCRIPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVES. PERFIL DE SALIDA	SABERES BÁSICOS
CE 2.1	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3	II. Retos motores.
	METODOLOGÍAS: <ul style="list-style-type: none"> - Las metodologías que se van a utilizar: Aprendizaje cooperativo. Aprendizaje basado en tareas. Gamificación. - Los modelos de enseñanza que se van a utilizar: Expositivo (EXPO). Enseñanza directa (EDIR). Simulación (SIM). 	
	EVALUACIÓN:	

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	<p>Producto/s final/es e instrumentos: Gracias a la rúbrica podremos ver si los alumnos han adquirido las destrezas motrices necesarias para el bádminton. Y gracias a las grabaciones de vídeo, veremos si han sido capaces de asimilar los conceptos y relacionarlos con la práctica.</p>	<p>Herramientas de evaluación</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rúbricas - Grabaciones de vídeo. 	<p>Tipos de evaluación según el agente</p> <ul style="list-style-type: none"> - Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar.
	<p>AGRUPAMIENTOS:</p> <p>Trabajo individual (TIND). En las primeras clases prácticas, deberán trabajar de manera individual.</p> <p>Trabajo en parejas (TPAR). En las clases más avanzadas, trabajaran en parejas.</p> <p>Pequeños grupos (PGRU). Para poder realizar la grabación de vídeo, se harán pequeños grupos.</p>		
	<p>ESPACIOS:</p> <p>Centro (Laboratorios, biblioteca, talleres, audiovisuales, canchas...). Para llevar a cabo la parte práctica.</p> <p>Casa. Para realizar el montaje de la grabación.</p> <p>Otros. Espacios que quieran incluir en el vídeo.</p>		
	<p>RECURSOS:</p> <p>Multimedia.</p> <p>Dispositivos móviles.</p> <p>Portátiles.</p> <p>Todo ello para la realización de la grabación de vídeo.</p>		
	<p>Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores:</p> <p>Educación cívica (Respeto de las normas de conducta, de seguridad y a los compañeros).</p>		

	Trabajo en equipo. (Estableciendo unas normas, asumiendo responsabilidades).
	Comunicación audiovisual (Uso para elaborar grabación).
	Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro
	Está relacionado con el eje temático de Cooperación para el Desarrollo y la Solidaridad.
Actividades complementarias y extraescolares	
No hay actividad extraescolar relacionada con esta UP.	
Referentes:	
RED CANARIA-InnovAS: <i>Cooperación para el Desarrollo y la Solidaridad Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes Gobierno de Canarias.</i> (s. f.). https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/redes-educativas/red-canarias-innovas/cooperacion-desarrollo-solidaridad/	

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN			
Nº 3	TÍTULO: Danza		
	Periodo de implementación: de la semana 22 de noviembre - 15 de diciembre.	Nº de sesiones: 6.	Trimestre: 1º.
Descripción: En esta SA el alumnado aprenderá a practicar las diferentes manifestaciones motrices a través de la música y de la cultura propia de Canarias, empleando recursos expresivos. El saber básico empleado en esta SA es V. Manifestaciones motrices expresivas, con el fin de que el alumnado trabaje los principios básicos de actividades motrices con finalidad artístico-expresiva y rítmico-expresiva.		Justificación: A través de esta UP, los estudiantes aprenderán a expresar sus emociones empleando su cuerpo. Además, mejoran capacidades como artístico-expresivas, rítmico-expresivas y la coordinación.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS			
Código:	Descripción:		

C4	Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		DESCRPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVES. PERFIL DE SALIDA
CE 4.1 CE 4.2	CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4	
		V. Manifestaciones motrices expresivas.
	<p>METODOLOGÍAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las metodologías que se vayan a utilizar: <p>Aprendizaje cooperativo. Aprendizaje basado en tareas. Flipped Classroom. Gamificación.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los modelos de enseñanza que se van a utilizar: <p>Expositivo (EXPO). Organizadores previos (ORGP). Enseñanza directa (EDIR). Enseñanza no directiva (END).</p> <p>EVALUACIÓN:</p>	

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	Producto/s final/es e instrumentos: Mediante la rúbrica podrán realizar su propia evaluación. Y mediante la lista de cotejo, el profesor es quien pondrá la nota sobre ello. Así veremos si incluyen los movimientos practicados en clase, lo realizan en ritmo.	Herramientas de evaluación - Rúbricas - Listas de cotejo	Tipos de evaluación según el agente - Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar. - Autoevaluación: realizada mediante la reflexión individual del alumnado para valorar sus logros y dificultades.
	AGRUPAMIENTOS: Pequeños grupos (PGRU). Grupos fijos (GFIJ). Grupos heterogéneos (GHET). Los grupos se usarán con el fin de que realicen una coreografía basada en unos ítems..		
	ESPACIOS: Centro (Laboratorios, biblioteca, talleres, audiovisuales, canchas...). Donde se llevará a cabo la práctica de las sesiones. Además de dejar tiempo para que puedan practicar los bailes.		
	RECURSOS: Multimedia. Para poder realizar los bailes con música.		
	Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores: Educación cívica (Respeto de las normas de conducta, de seguridad y a los compañeros). Trabajo en equipo. (Estableciendo unas normas, asumiendo responsabilidades).		
	Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro Está relacionado con el eje temático de Arte y Acción cultural.		

Actividades complementarias y extraescolares

En la actividad extraescolar de danza ayudará a los alumnos a tener mayor fluidez a la hora de realizar los movimientos/pasos y llevar el ritmo de manera correcta.

Referentes:

RED CANARIA-InnovAS: *Arte y Acción Cultural | Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes | Gobierno de Canarias.* (s. f.).
<https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/redes-educativas/red-canarias-innovas/arte-accion-cultural/>

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN

Nº 4	TÍTULO: Acrosport		
	Periodo de implementación: de la semana 20 de diciembre - 26 de enero.	Nº de sesiones: 7.	Trimestre: 1º y 2º.
Descripción: El alumnado, en esta SA, aprenderá a analizar y valorar las diferentes manifestaciones, tanto de la cultura canaria como de otras culturas, profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social. El saber básico empleado en esta situación de aprendizaje es el IV. Manifestaciones motrices culturales, con el fin de que los alumnos adquieran mayor conocimientos sobre otras culturas y lo pongan en práctica.		Justificación: Con esta UP, se pretende conseguir que el alumnado desarrolle su creatividad, ponga en práctica movimientos siguiendo un ritmo, con la dificultad añadida de hacer figuras con el resto de sus compañeros. Es importante, ya que ayuda al mejor manejo del esquema corporal y la coordinación, necesarios para la mejora de la competencia motriz.	

FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Código: C4	Descripción: Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.
----------------------	---

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DESCRIPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVES. PERFIL DE SALIDA	SABERES BÁSICOS
CE 4.1 CE 4.2	CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4	IV. Manifestaciones motrices culturales.
	<p>METODOLOGÍAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las metodologías que se vayan a utilizar: <p>Aprendizaje cooperativo. Aprendizaje basado en problemas, Aprendizaje basado en el pensamiento: Rutinas y destrezas de pensamiento. Aprendizaje basado en tareas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modelos de enseñanza que se van a utilizar: <p>Deductivo (DEDU). Organizadores previos (ORGP). Investigación grupal (IGRU). Enseñanza no directiva (END)</p>	
	<p>EVALUACIÓN:</p> <p>Producto/s final/es e instrumentos: Mediante la rúbrica podemos observar si los alumnos cumplen con los requisitos de la práctica de acrosport, además de hacer partícipes al resto de compañeros en la evaluación del resto.</p>	<p>Herramientas de evaluación</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rúbricas. <p>Tipos de evaluación según el agente</p> <ul style="list-style-type: none"> - Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar. - Coevaluación: realizada entre el alumnado.

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	AGRUPAMIENTOS: Pequeños grupos (PGRU). Grupos fijos (GFIJ). Grupos heterogéneos (GHET). Los grupos se usarán con el fin de que realicen una coreografía basada en unos ítems.
	ESPACIOS: Centro (Laboratorios, biblioteca, talleres, audiovisuales, canchas...). Donde se llevará a cabo la práctica de las sesiones. Además de dejar tiempo para que puedan practicar los bailes.
	RECURSOS: Multimedia. En el caso de que los alumnos quieran poner música en su presentación de las figuras.
	Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores: Educación cívica (Respeto de las normas de conducta, de seguridad y a los compañeros). Trabajo en equipo. (Estableciendo unas normas, asumiendo responsabilidades).
	Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro Está relacionado con el eje temático de Arte y Acción cultural.
	Actividades complementarias y extraescolares En la actividad complementaria de danza, ayudará a fomentar la creatividad y tener fluidez en los movimientos, además de seguir el ritmo de manera adecuada.
Referentes:	
RED CANARIA-InnovAS: <i>Arte y Acción Cultural Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes Gobierno de Canarias.</i> (s. f.). https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/redes-educativas/red-canarias-innovas/arte-accion-cultural/	

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN

Nº 5	TÍTULO: Atletismo.		
	Periodo de implementación: de la semana 31 de enero - 14 de marzo.	Nº de sesiones: 12.	Trimestre: 2º.
Descripción: En esta SA el alumnado adoptará autonomía en la ejecución de las actividades propuestas, capacidades físicas y habilidades y destrezas motrices. Se llevará a cabo analizando la capacidad de toma de decisiones que tienen, valorando el producto final, así como el esfuerzo y dedicación a lo largo de las sesiones. El saber básico es el II. Retos motores, donde los estudiantes adquieran capacidades motrices propias de desafíos motrices, en este caso individuales.		Justificación: Esta UP nos permite seguir trabajando las capacidades físicas. Se trabajan las diferentes disciplinas del atletismo, con la realización técnico-táctica, además de mejorar la condición física y adquirir los valores que van implícitos en la práctica de deporte.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS			
Código: C2	Descripción: Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo- motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		DESCRIPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVES. PERFIL DE SALIDA	SABERES BÁSICOS
CE 2.1		CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3	II. Retos motores.
METODOLOGÍAS: <ul style="list-style-type: none"> - Las metodologías que se vayan a utilizar: Aprendizaje cooperativo. Aprendizaje basado en el pensamiento: Rutinas y destrezas de pensamiento			

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	<p>- Los modelos de enseñanza que se van a utilizar, indicando las siglas correspondientes:</p> <p>Investigación guiada (INV). Expositivo (EXPO). Organizadores previos (ORGP) Enseñanza directa (EDIR).</p>		
	<p>EVALUACIÓN:</p>		
	<p>Producto/s final/es e instrumentos: Mediante el registro descriptivo podremos medir el grado de desempeño del alumno a lo largo de todas las sesiones. También nos ayudará la lista de cotejo a comprobar si los alumnos van adquiriendo las capacidades físicas propias de dicho deporte.</p>	<p>Herramientas de evaluación</p> <ul style="list-style-type: none"> - Registro descriptivo - Listas de control/cotejo. - Rúbricas 	<p>Tipos de evaluación según el agente</p> <ul style="list-style-type: none"> - Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar.
	<p>AGRUPAMIENTOS:</p> <p>Trabajo individual (TIND). Trabajo en parejas (TPAR). Pequeños grupos (PGRU).</p>		
	<p>ESPACIOS:</p> <p>Centro (Laboratorios, biblioteca, talleres, audiovisuales, canchas...). Casa.</p>		
	<p>RECURSOS:</p> <p>Recursos web.</p>		

	Multimedia. Ordenadores. Sistema de proyección. Todo será empleado para la realización de un trabajo a modo de vídeo.
	Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores: Comunicación audiovisual (Uso de material de apoyo en las sesiones). Educación cívica (Respeto de las normas de conducta, de seguridad y a los compañeros).
Actividades complementarias y extraescolares	
La actividad extraescolar de senderismo puede ofrecerles diferentes maneras de calentarse para preparar al cuerpo. Además desarrollarán un buen patrón de caminar para extrapolarlo a la técnica de carrera.	
Referentes:	
Paloma Sala. (2020, 8 noviembre). <i>TÉCNICA DE CARRERA PARA PRINCIPIANTES</i> [Vídeo]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=cnLwXHn7aU4 fer lachowski. (2017, 2 mayo). <i>LANZAMIENTOS EN ATLETISMO</i> [Vídeo]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=eq0nl1OwH2k Iniciasport. (2016, 3 marzo). <i>ATLETISMO 25 Fases del salto de altura</i> [Vídeo]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=65wr6cHuEwc	

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN			
Nº 6	TÍTULO: Baloncesto		
	Periodo de implementación: de la semana 16 de marzo - 25 de abril.	Nº de sesiones: 10.	Trimestre: 2º y 3º.
Descripción: El alumnado aprenderá a adoptar las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas de manera progresiva, donde tendrán que aplicar procesos de percepción, decisión y ejecución.		Justificación: Se deben implementar diferentes situaciones de movimiento para que los estudiantes puedan enriquecer su propio desarrollo de movimiento. En este trabajo de UD, buscamos poner en práctica consejos y habilidades siguiendo	

El saber básico que sigue presente es el II. Retos motores, con el fin de que el alumnado adquiriera las capacidades motrices necesarias de los desafíos de cooperación-oposición.		unas reglas, realizando evaluaciones para mejorar y ajustar el ritmo según el nivel deseado.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS			
Código: C2	Descripción: Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		DESCRIPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVES. PERFIL DE SALIDA	SABERES BÁSICOS
CE 2.1		CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3	II. Retos motores.
METODOLOGÍAS: <ul style="list-style-type: none"> - Las metodologías que se vayan a utilizar: <ul style="list-style-type: none"> Aprendizaje cooperativo. Aprendizaje basado en problemas. Aprendizaje basado en tareas. Gamificación. - Los modelos de enseñanza que se van a utilizar: <ul style="list-style-type: none"> Inductivo Básico (IBAS). Sinéctico (SINE). Expositivo (EXPO). Enseñanza directa (EDIR). 			

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	Simulación (SIM).		
	EVALUACIÓN:		
	Producto/s final/es e instrumentos: Gracias a la rúbrica podremos ver si los alumnos han adquirido las destrezas motrices necesarias para el bádminton. Y gracias a las grabaciones de vídeo, veremos si han sido capaces de asimilar los conceptos y relacionarlos con la práctica.	Herramientas de evaluación - Rúbricas - Grabaciones de vídeo.	Tipos de evaluación según el agente - Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar.
	AGRUPAMIENTOS:		
	Trabajo individual (TIND). En las primeras clases prácticas, deberán trabajar de manera individual. Trabajo en parejas (TPAR). En las clases más avanzadas, trabajaran en parejas. Pequeños grupos (PGRU). Para poder realizar la grabación de vídeo, se harán pequeños grupos.		
	ESPACIOS:		
Centro (Laboratorios, biblioteca, talleres, audiovisuales, canchas...). Para llevar a cabo la parte práctica. Casa. Para realizar el montaje de la grabación. Otros. Espacios que quieran incluir en el vídeo.			
RECURSOS:			
Multimedia. Dispositivos móviles. Portátiles. Todo ello para la realización de la grabación de vídeo.			

	<p>Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores:</p> <p>Comunicación audiovisual (Uso de material de apoyo en las sesiones).</p> <p>Educación cívica (Respeto de las normas de conducta, de seguridad y a los compañeros).</p> <p>Trabajo en equipo. (Estableciendo unas normas, asumiendo responsabilidades).</p>
	<p>Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro</p> <p>Está relacionado con el eje temático de Cooperación para el Desarrollo y la Solidaridad.</p>
Actividades complementarias y extraescolares	
No hay actividad extraescolar relacionada con esta UP.	
Referentes:	
<p>RED CANARIA-InnovAS: Cooperación para el Desarrollo y la Solidaridad Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes Gobierno de Canarias. (s. f.).</p> <p>https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/redes-educativas/red-canarias-innovas/cooperacion-desarrollo-solidaridad/</p>	

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN			
Nº 7	TÍTULO: Voleibol		
	Periodo de implementación: de la semana 27 de abril - 18 de mayo.	Nº de sesiones: 7.	Trimestre: 3º.
Descripción:		Justificación:	
<p>El alumnado aprenderá a adoptar las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas de manera progresiva, donde tendrán que aplicar procesos de percepción, decisión y ejecución.</p> <p>El saber básico que sigue presente es el II. Retos motores, con el fin de que el alumnado adquiriera las capacidades motrices necesarias de los desafíos de cooperación-oposición.</p>		<p>El objetivo es que los alumnos apliquen los fundamentos de la técnica del movimiento y realicen los diferentes retos. El pensamiento crítico también es importante para evaluar qué partes del cuerpo están involucradas y qué movimientos de calentamiento/enfriamiento realizar para ello.</p>	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS			

Código: C2	Descripción: Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo- motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DESCRIPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVES. PERFIL DE SALIDA	SABERES BÁSICOS
CE 2.1	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3	II. Retos motores.
	METODOLOGÍAS: <ul style="list-style-type: none"> - Metodologías que se vayan a utilizar: Aprendizaje cooperativo. Aprendizaje basado en problemas. Aprendizaje basado en tareas. - Los modelos de enseñanza que se van a utilizar: Investigación guiada (INV). Expositivo (EXPO). Enseñanza directa (EDIR). Simulación (SIM). 	
	EVALUACIÓN:	

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	Producto/s final/es e instrumentos: Gracias a la observación veremos si los alumnos van consiguiendo los retos propuestos en las clases. Y mediante la rúbrica, en la última sesión, veremos si cumplen con los ítems propios del deporte practicado.	Herramientas de evaluación - Rúbricas - Observación	Tipos de evaluación según el agente - Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar.
	AGRUPAMIENTOS: Trabajo individual (TIND). Trabajo en parejas (TPAR). Pequeños grupos (PGRU). Equipos móviles o flexibles (EMOV). Grupos heterogéneos (GHET).		
	ESPACIOS: Centro (Laboratorios, biblioteca, talleres, audiovisuales, canchas...).		
	RECURSOS: Materiales específicos. Juegos didácticos.		
	Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores: Educación cívica (Respeto de las normas de conducta, de seguridad y a los compañeros). Trabajo en equipo. (Estableciendo unas normas, asumiendo responsabilidades).		
	Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro		

	Está relacionado con el eje temático de Cooperación para el Desarrollo y la Solidaridad.
Actividades complementarias y extraescolares	
No hay actividad extraescolar relacionada con esta UP.	
Referentes:	
RED CANARIA-InnovAS: Cooperación para el Desarrollo y la Solidaridad Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes Gobierno de Canarias. (s. f.). https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/redes-educativas/red-canarias-innovas/cooperacion-desarrollo-solidaridad/	

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN			
Nº 8	TÍTULO: Juegos populares.		
	Periodo de implementación: de la semana 23 de mayo - 22 de junio.	Nº de sesiones: 8.	Trimestre: 3º.
Descripción: En esta SA el alumnado aprenderá a compartir los espacios de práctica, además de obtener conocimientos básicos en la práctica de actividades motrices de la cultura canaria y de otras culturas. El saber básico que se trabaja es el IV. Manifestaciones motrices socioculturales, con el fin de trabajar juegos tradicionales propios de Canarias y de otras culturas.		Justificación: Esta UP se formula como respuesta a necesidades prácticas relacionadas con situaciones deportivas arraigadas en la cultura canaria. De esta forma, se busca la participación en la autoevaluación deportiva, el trabajo en equipo en situaciones cooperativas y la práctica regular de actividad física para mejorar su calidad de vida.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS			
Código: C3	Descripción: Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de		

autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DESCRPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVES. PERFIL DE SALIDA	SABERES BÁSICOS
CE 3.1	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3	IV. Manifestaciones motrices socioculturales.
	<p>METODOLOGÍAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se enumeran las metodologías que se van a utilizar: <p>Aprendizaje cooperativo.</p> <p>Aprendizaje basado en proyectos.</p> <p>Gamificación.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los modelos de enseñanza que se van a utilizar, indicando las siglas correspondientes: <p>Expositivo (EXPO).</p> <p>Organizadores previos (ORGP).</p> <p>Investigación grupal (IGRU).</p> <p>Juego de roles (JROL).</p> <p>Simulación (SIM).</p> <p>Enseñanza no directiva (END)</p>	
	<p>EVALUACIÓN:</p>	

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	Producto/s final/es e instrumentos: La escala de valoración se usará para que los alumnos hagan su propia evaluación y la de los demás, viendo si han sido capaces de transmitir la información a sus compañeros y estos lo han hecho como corresponde. Veremos si son capaces de sintetizar la información y la capacidad lingüística que han desarrollado.	Herramientas de evaluación <ul style="list-style-type: none"> - Escalas de valoración - Diario de clase del profesorado - Rúbricas 	Tipos de evaluación según el agente <ul style="list-style-type: none"> - Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar. - Coevaluación: realizada entre el alumnado. - Autoevaluación: realizada mediante la reflexión individual del alumnado para valorar sus logros y dificultades.
	AGRUPAMIENTOS: Pequeños grupos (PGRU). Grupos de expertos (GEXP). Grupos fijos (GFIJ) - grupos heterogéneos (GHET).		
	ESPACIOS: Aula con recursos TIC. Centro (Laboratorios, biblioteca, talleres, audiovisuales, canchas...) Casa.		
	RECURSOS: Recursos web. Ordenadores/Portátiles. Textuales/Iconicos. Materiales específicos. Todo el material que necesiten para realizar el trabajo que se les propone en el aprendizaje basado en proyectos.		
	Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores:		

	Educación cívica (Respeto de las normas de conducta, de seguridad y a los compañeros). Trabajo en equipo. (Estableciendo unas normas, asumiendo responsabilidades).
	Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro Está relacionado con el eje temático de Patrimonio Social, Cultural e Histórico canario.
Actividades complementarias y extraescolares	
No hay actividad extraescolar relacionada con esta UP.	
Referentes:	
<i>RED CANARIA-InnovAS: Patrimonio Social, Cultural e Histórico Canario Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes Gobierno de Canarias. (s. f.).</i> https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/redes-educativas/red-canarias-innovas/patrimonio-social-cultural-historico-canario/	

4. Metodología

Según Gamonales y Campos-Galán (2017), *“la metodología se define como el conjunto de estrategias o herramientas que el docente utiliza durante el desarrollo de las clases con la finalidad de favorecer a los alumnos la adquisición de los objetivos propuestos y contribuir al pleno desarrollo de su proceso”*.

La metodología entendida como uno de los elementos que forman parte del currículo, permiten al docente establecer los procedimientos y estrategias necesarios para que los alumnos aprendan y así conseguir los objetivos marcados.

Para la elaboración de la PD se ha tenido en cuenta lo establecido y dispuesto en el Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece *“la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria, fomentando de manera transversal la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la igualdad entre hombres y mujeres, la formación estética y el respeto mutuo y la cooperación entre iguales”* así como en el Decreto 25/2018, de 26 de febrero, por el que se regula *“la atención a la diversidad en el ámbito de las enseñanzas no universitarias de la Comunidad Autónoma de Canarias que regula la atención a la diversidad en la etapa de Educación Infantil, en la educación básica, así como en el Bachillerato con un enfoque inclusivo, dando respuesta a las características y necesidades de todo el alumnado y, en especial, a aquel que pueda encontrarse en situación de riesgo de abandono escolar temprano y, por ende, de exclusión social”*.

4.1. Principios metodológicos

La metodología debe permitir al docente introducir métodos y estrategias para que el alumno realice las tareas que se le propongan en cada unidad de programación. Deben ser adecuados a las características del alumnado, teniendo en cuenta su edad, nivel de conocimientos previos y su capacidad de comprensión.

A lo largo de la programación se desarrollan diferentes UP, con una metodología activa y participativa del alumno, estableciéndose aprendizajes inclusivos, de tal modo que las tareas propuestas puedan ser trabajadas por todo el alumnado en su diversidad.

El contexto en el que se va a desarrollar dicha UP será dinámico y flexible, así como destacar el carácter práctico de sus contenidos, si bien puede sufrir cambios o establecer ayudas

puntuales (de tipo visual, sonora, etc.) para facilitar la participación del grupo, sobre todo en lo que respecta a los alumnos que tengan mayores dificultades, favoreciendo su inclusión. Así se establecerán situaciones que permitan a los estudiantes, a través del desarrollo cognitivo ponerse de acuerdo y trabajar en equipo o desarrollar estrategias para superar a su adversario. También les permitirá mejorar sus capacidades motrices cuando se enseñan movimientos más técnicos y el alumno trate de aprenderlos y mejorarlos.

En la presente PD se ha tenido en cuenta la Taxonomía de Bloom, que en la actualidad se sigue utilizando por los docentes para evaluar conforme a los objetivos de aprendizaje propuestos, así se ha tenido en cuenta en las siguientes UP 3 (Danza); UP 4 (Acrosport) y UP 8 (Juegos Populares).

Del mismo modo aplicando los principios de Merrill (1983), en primer lugar, a través de la centralidad de las tareas, se determina el aprendizaje en base a un problema o tarea y una vez definido se busca activar el conocimiento del alumno, para posteriormente llevar a cabo la demostración dentro de un contexto real, aplicando el aprendizaje en las actividades en el contexto de la tarea propuesta y finalmente a través de la integración permite programar actividades y demostrar lo aprendido.

4.2. Estrategias

El objetivo fundamental es el aprendizaje y para conseguirlo el docente al explicar las clases puede hacer partícipe activamente de las mismas al alumno, para que de una manera gradual, vaya adquiriendo habilidades y conocimientos que le permitan desarrollarse y ser más autónomo, motivando para mejorar su rendimiento y valorando los logros alcanzados, lo que permite trabajar en un ambiente positivo promocionando el trabajo en equipo

Asimismo se debe fomentar la inclusión, como se recoge en el Preámbulo del Decreto 25/2018, de 26 de febrero, por el que se regula la atención a la diversidad en el ámbito de las enseñanzas no universitarias de la Comunidad Autónoma de Canarias: *" Es por ello que, en estos momentos, se hace necesario marcar líneas de actuación que amplíen y mejoren estas estrategias, y que profundicen en el reto establecido en el marco de la Comunidad Europea, recogido en la actual Ley Orgánica de Educación, que aboga por un cambio curricular centrado en la adquisición de las competencias a través de propuestas metodológicas*

inclusivas y de la asunción de modelos de enseñanza cooperativos.”, trabajando en las diferentes unidades didácticas, en grupos, lo que beneficia en gran medida a la inserción de alumnos con NEE (necesidades educativas especiales).

En definitiva, a través de los principios metodológicos empleados el alumno verá que la práctica de la Educación Física es beneficiosa al ser saludable.

El cambio de etapa educativa que van a experimentar los alumnos de 1º ESO va a determinar la metodología y las estrategias que se van a utilizar para la elaboración de la PD. El alumno en la adolescencia, experimenta cambios en su cuerpo y así, a través de las diferentes UP, se puede contribuir a que él mismo conozca su propio cuerpo y el de los demás, lo que le permita avanzar en su desarrollo personal y social.

Inicialmente las primeras clases irán dirigidas a explicar los beneficios de la educación física para tener una vida saludable.

Así se llevan a cabo en la PD:

- Juegos deportivos adaptados: En la UP 6 (Baloncesto) se trabajará con gafas que dificultan la visibilidad para que los alumnos vean como juegan las personas con poca visibilidad, aumentará su motivación permitiendo un desarrollo de la actividad motriz.
- Circuito de habilidades: En la UP 1 (Prevención) se puede organizar un circuito de actividad física con diferentes estaciones, en las que los alumnos practiquen distintas habilidades físicas, como la velocidad, el equilibrio, la agilidad, fuerza y coordinación.
- Trabajo en equipo: En las UP 3 (Danza); UP 4 (Acrosport), UP 6 (Baloncesto) y UP 7 (Voleibol) se fortalece el trabajo en equipo, la comunicación y la cooperación.

Así a través de las estrategias empleadas se pueden obtener diferentes enfoques:

- Enfoque en la cooperación y el trabajo en equipo: la educación física en la ESO se enfoca en el trabajo en equipo y la cooperación, lo que permite al estudiante desarrollar actividades sociales y emocionales, aprendiendo a trabajar juntos para conseguir un objetivo común. Puede mejorar la motivación y el interés por la actividad física.
- Enfoque en la inclusión: es importante en la ESO fomentar la inclusión de todos los alumnos, independientemente de sus habilidades y limitaciones físicas, ya que el

docente debe adaptar las actividades y ejercicios a las necesidades y habilidades de los alumnos, para que la participación de los mismos sea activa, adaptando las reglas y objetivos para que las actividades y juegos sean accesibles a todos. Además, se deben crear ambientes seguros y de respeto para que se sientan cómodos y puedan disfrutar de la educación física.

- Enfoque en la educación emocional: realizando actividades o juegos que permitan al alumno expresar sus emociones y trabajar su autocontrol, así como su capacidad ante situaciones estresantes.
- Enfoque para la salud: fomentando hábitos saludables, enseñando a los a los alumnos la importancia de la actividad física y la nutrición adecuada y para ello se podrán utilizar materiales de lectura y recursos audiovisuales para enseñar sobre temas de salud relacionados con la educación física.
- Uso de la tecnología: Se pueden crear actividades interactivas y juegos educativos que puedan adaptarse a las necesidades y habilidades de los alumnos. Si bien *“en la actualidad es una realidad que los procesos de enseñanza-aprendizaje van cambiando su contexto docente dado el crecimiento de las redes y el desarrollo de los entornos virtuales que han propiciado la creación de un espacio continuo en el que alumnado y profesorado se encuentran y trabajan con los recursos de aprendizaje. La clave de la eficacia de estos entornos estará en no asociar de forma simplista el ambiente virtual como un entorno de aprendizaje, sino en crear un andamiaje diseñado por el profesorado que guía y ayuda al alumnado a caminar hacia las metas deseadas posibilitando creatividad en ambas direcciones”*. (Pérez et al., 2010).

4.3. Tipos de actividades

La Educación Física tiene como objetivo desarrollar las cualidades motrices de los alumnos. A lo largo de la PD se han tenido en cuenta diferentes situaciones motrices conforme a los principios instruccionales de Merrill (1983):

- Principio de centralidad de la tarea: definido el tema se aplican las habilidades para resolver el problema, centrándose en las de actividades motoras básicas como correr, saltar, lanzar, atrapar, lo que se planea en las UP de deportes colectivos como UP 6

(Baloncesto) y UP 7 (Voleibol) en los que se desarrollan juegos de pelota y ejercicios de coordinación y en UP 8 (Juegos Populares).

- Principio de activación: activando el conocimiento del estudiante, preparando el cuerpo para la actividad física, mejorando el rendimiento y reduciendo el riesgo de lesiones, como se planea en la UP 1 (Prevención), aunque dicho principio se debe aplicar en cada una de las UP.
- Principio de demostración: ejemplificando el aprendizaje, así en la UP 2 (Bádminton) y UP 3 (Danza).
- Principio de aplicación: el aprendizaje cuando el estudiante puede aplicarlo, así en UP 4 (Acrosport).
- Principio de integración: el estudiante asimila mejor los conocimientos si puede integrarlo en su vida, así en UP 5 (Atletismo).

4.4. Agrupamientos

En la PD se van a utilizar los siguientes agrupamientos: trabajo individual (TIND), trabajo en parejas (TPAR), pequeños grupos (PGRU), equipos móviles o flexibles (EMOV), grupos de expertos (GEXP), grupos fijos (GFIJ) y grupos heterogéneos (GHET).

- Trabajo individual (TIND): tareas y trabajos teóricos.
- Trabajo en parejas (TPAR): en juegos deportivos, deportes, figuras de Acrosport.
- Pequeños grupos (PGRU): juegos tradicionales.
- Equipos móviles o flexibles (EMOV): Voleibol.
- Grupos de expertos (GEXP): Juegos tradicionales, ya que cada grupo se hará experto en uno de los juegos tradicionales.
- Grupos fijos (GFIJ): unidad didáctica de danza.
- Grupos heterogéneos (GHET): cuya finalidad es generar mayor inclusión y fomentar la diversidad.

Para el aprendizaje de colaboración o de cooperación se realizan agrupamientos en parejas, pequeños grupos, equipos móviles, grupo de experto, grupos fijos y grupos heterogéneos.

Para unidades de programación centradas en la metodología del aula invertida (flipped classroom) se trabajará de forma individual.

Destacar que los agrupamientos los hará el docente para fomentar la cooperación y el trabajo en equipo y asegurar que los estudiantes de diferentes niveles de habilidad tengan oportunidad de trabajar juntos y aprender unos de otros, desarrollando sus habilidades físicas y sociales. Además las parejas o grupos irán cambiando en cada UP.

4.5. Actividades complementarias

Conforme se dispone en la Orden de 15 de enero de 2001, en virtud de la cual se regulan las actividades extraescolares y complementarias en los centros públicos no universitarios de la Comunidad Autónoma de Canarias, se han propuesto diferentes actividades complementarias dentro del programa educativo y que están dentro del horario escolar. Su finalidad es facilitar el aprendizaje de contenidos curriculares o complementar el aprendizaje en las horas lectivas, fomentando la motivación de los alumnos por aprender, llevándose a cabo en contextos menos formales y más prácticos, pero de igual manera contribuyen a alcanzar los objetivos propuestos.

Algunas actividades complementarias y/o extraescolares que se pueden realizar son:

- Senderismo: realizando excursiones a parques naturales o zonas montañosas, puede ser una actividad divertida y al mismo tiempo se fomenta la actividad física en un medio natural, por ejemplo, organizando excursiones. Así en la UD 1 (Prevención) inculcar a los alumnos que hay que realizar un calentamiento previo a la práctica de cualquier deporte y en la UP 5 (Atletismo) para tener un buen patrón de andar para luego pasarlo a la carrera.
- Danza o baile: son actividades divertidas, que pueden proporcionar beneficios físicos y emocionales. También se pueden combinar con la música y las artes escénicas. En la UP 3 (Danza) permitiendo a los alumnos desarrollar la coordinación y el equilibrio, fomentar la creatividad, mejorando su autoestima y confianza y en la UP 4 (Acrosport) mejorando su fuerza muscular y flexibilidad y, siendo necesario para su realización una gran precisión y coordinación entre los miembros del grupo promoviendo el trabajo en equipo.
- Deportes acuáticos: como la natación, que será impartida como asignatura obligatoria, y para el supuesto de que algún alumno no supiera nadar se les iniciará en la práctica de dicho deporte, impartiendo las clases dividiendo a los alumnos en

grupos dependiendo de su nivel (iniciación, aprendizaje y perfeccionamiento), permitiendo a los alumnos desarrollar sus habilidades de seguridad en el agua, lo que es útil en su vida cotidiana y en el desempeño de futuros deportes acuáticos.

4.6. Criterios organizativos: espacios y otros elementos necesarios

La mayor parte de las actividades se realizan en el pabellón que dispone el centro educativo y para el supuesto de que el mismo estuviera ocupado por otros grupos se trabajarán las unidades didácticas en el gimnasio. Además, cuando la meteorología sea favorable se podrán utilizar las instalaciones exteriores para desarrollar los contenidos propuestos.

Asimismo, el centro cuenta con otros espacios deportivos como cancha de baloncesto, campo de fútbol y piscina, así como con elementos necesarios para la práctica deportiva, como: porterías, redes, aros, colchonetas y también con aparatos y materiales deportivos tales como: pelotas, raquetas, pesas, colchonetas, cuerdas, que se utilizarán en la unidad didáctica correspondiente, siempre con la finalidad de fomentar la creatividad e innovación de la actividad física. Además, al contar el centro educativo con vestuarios y duchas, los alumnos se cambian y se duchan después de la realización de las actividades, promoviendo así hábitos saludables en su higiene personal.

Por otro lado, los docentes del centro cuentan con conocimientos básicos en primeros auxilios, lo que permite actuar de una manera rápida en caso de lesiones o accidentes durante la realización de las actividades.

4.7. Materiales y recursos didácticos

En cuanto a los recursos materiales el centro educativo cuenta con bastante material para desarrollar la unidad didáctica propuesta. Si el material no fuera suficiente para todos los alumnos se establecerán diferentes grupos.

Los contenidos conceptuales de la asignatura de Educación física que, aunque no se utilice libro de texto, los conceptos básicos se explicarán en clase, tomando los alumnos los correspondientes apuntes y subiéndose al aula virtual la explicación del docente.

Los recursos y materiales utilizados en las unidades didácticas cumplen distintas finalidades, siendo las más relevantes las siguientes:

- Son un medio entre la teoría impartida y la práctica deportiva.
- Motivan al alumnado a la hora de realizar las tareas.
- Favorecer la comunicación y comprensión entre el alumnado.
- Son un elemento auxiliar eficaz.

Existen diversos materiales y recursos didácticos utilizados en las diferentes unidades:

- Juegos y actividades lúdicas que involucran al estudiante en la práctica de la educación física, fomentando su participación y colaboración. Así se puede ayudar a mejorar la motivación y el interés del estudiante, lo que puede mejorar su bienestar físico y emocional.
- Equipamiento deportivo: pelotas, balones de diferentes tamaños y materiales para diferentes deportes, encontrándose en la UP 6 (Baloncesto) o en la UP 7 (Voleibol), entre otros.
- Conos, aros, y cuerdas para hacer circuitos y ejercicios de agilidad, usado en la UP 1 (Prevención).
- Colchonetas y esterillas para estiramientos y ejercicios de suelo, utilizado en la UP 4 (Acrosport).
- Juegos de mesa y cartas para trabajar conceptos relacionados con la actividad física como “el juego de las capacidades físicas” o “trivial de deportes”, entre otros.
- Material audiovisual: videos, presentaciones, videgrabaciones de deportes, para analizar movimientos y técnicas específicas, así como ilustrar aspectos teóricos relacionados con la actividad física. Por ejemplo, se puede utilizar vídeos para mostrar cómo se realiza un determinado ejercicio o técnica o las presentaciones pueden explicar los principios de la biomecánica o la fisiología del ejercicio.
- Música y coreografías para trabajar la actividad física de manera más creativa, lo encontramos en la UP 3 (Danza) y en la UP 4 (Acrosport). Varios autores (Brooks y Brooks, 2010; Learreta y Sierra, 2003; Marín y Aragón, 2001; Yanguas, 2006) concluyen que el ritmo de la música produce variaciones en el rendimiento físico de los individuos que realizan una actividad deportiva.
- Materiales de lectura: libros de teoría y práctica para profundizar en conocimientos deportivos, artículos, revistas entre otros, que permiten a los estudiantes profundizar en aspectos teóricos relacionados con la educación física y los deportes, lo que

permite fomentar el desarrollo de habilidades de investigación y análisis crítico en los estudiantes. Así por ejemplo en la biblioteca del centro educativo encontramos diferentes libros : El calentamiento de Blázquez, (2004) o La Educación Física de Blázquez Sánchez, (2006).

- Recursos digitales: aplicaciones móviles (Balance it, por ejemplo), juegos en línea, plataformas digitales, entre otros son herramientas que permiten la creación de actividades y juegos educativos.

Los materiales y recursos didácticos han sido seleccionados de acuerdo con los objetivos del aprendizaje y las necesidades de los alumnos y su uso está en consonancia con las metodologías pedagógicas utilizadas, ya que la interacción y el contacto directo con los alumnos es fundamental para el aprendizaje efectivo.

5. Atención a la diversidad

La atención a la diversidad dentro del modelo educativo es permitir a todos los estudiantes, con independencia de sus características, tener acceso a una educación de calidad y equitativa, para ello el docente tiene que adaptar las estrategias pedagógicas.

Hoy en día, nadie duda del enorme potencial de la educación física a la hora de la integración del alumnado de necesidades especiales (Bravo, 2008, Gómez, 2009, Kasser, 2005, Lieberman, 2009, Mendoza, 2009, Ríos, 2003 y Torres, 2010). En la sociedad actual encontramos estudiantes de diferente género, raza, etnia, orientación sexual, nivel socioeconómico, discapacidad o cualquiera otra, lo que supone que hay que eliminar las barreras que podamos encontrar en el aprendizaje, creando un ambiente inclusivo.

Hay alumnos que practican semanalmente deporte al pertenecer a clubes federados, bien practicando natación, fútbol o atletismo. Así en la PD que se plantea para el curso de 1º ESO, el nivel académico es equitativo. Así encontramos a dos alumnos de NEE en la clase de 1º A: uno de ellos con TDAH (trastorno de déficit de atención e hiperactividad) y el otro con dislexia. Y en la clase de 1º B hay dos alumnos con diversidad: uno de ellos es extranjero (nacionalidad china) y otro con discapacidad física (escoliosis).

5.1. Aspectos generales

El marco normativo que se ha tenido en cuenta para la elaboración de la PD ha sido en primer lugar la Constitución Española, que en su art. 27 establece el Derecho fundamental a la educación, así como el Decreto 25/2018, de 26 de febrero, por el que se regula la atención a la diversidad en el ámbito de las enseñanzas no universitarias de la Comunidad Autónoma de Canarias que en su Preámbulo establece *“El presente Decreto traza el marco general para desarrollar las propuestas metodológicas y organizativas para atender a la diversidad, que los centros educativos han de realizar dentro de un enfoque inclusivo. No obstante, los centros educativos, en el ámbito de su autonomía y partiendo de su propia realidad, han de ajustarlas a sus circunstancias concretas, a su contexto y a la rica diversidad de su alumnado, con el objetivo de conseguir el éxito escolar y, por ende, una educación de calidad, garantizando siempre el interés superior del menor”*.

5.2. Medidas ordinarias

Dentro de un ambiente de solidaridad, respeto y cooperación se establecen medidas de inclusión para la atención a la diversidad.

En el curso de 1º ESO nos encontramos con un alumno que tiene TDAH de tipo hiperactivo, respecto del cual durante la etapa de primaria ha tenido un seguimiento por parte del psicopedagogo del centro educativo, con informes médicos aplicando medidas farmacológicas. Por lo que respecta a la adaptación curricular se pueden aplicar técnicas de relajación y respiración al finalizar las clases, se crearán rutinas para organizar las sesiones, se reducirán las explicaciones verbales dirigiéndose al grupo en general y al alumno de forma individual, si fuera necesario, se favorecerá la participación reforzando su conducta positiva y elogiando sus habilidades.

Asimismo, hay otro alumno que tiene dislexia de tipo evolutiva, con seguimiento desde la etapa de infantil por el psicopedagogo del centro educativo, siendo su comprensión lectora y el desarrollo de actividades acorde a la de sus compañeros, no precisando adaptación curricular alguna.

Otro de los alumnos es extranjero (nacionalidad china), no siendo necesario llevar a cabo adaptación curricular, pues su padre es español y su madre es china, ya que lleva viviendo en España desde los 5 años y habla con fluidez ambos idiomas.

Finalmente hay una alumna con escoliosis diagnosticada como idiopática (20º grados de desviación de su columna vertebral), adaptando la UP 4 (Acrosport), participando en dicha actividad en las posiciones menos comprometidas.

5.3. Medidas extraordinarias y otras medidas

En la PD planteada para los alumnos de 1º ESO se van a conseguir los objetivos curriculares perseguidos, no siendo necesario adoptar medidas extraordinarias u otras medidas, ya que las capacidades y habilidades motrices de los alumnos con NEE, así como el alumno extranjero y la alumna con discapacidad física son acordes al resto de sus compañeros.

6. Educación en valores, planes y programas

Conforme se establece en el art. 23.9 de Ley 6/2014, de 25 de julio, Canaria de Educación no Universitaria *“La consejería competente en materia educativa impulsará acciones encaminadas a incorporar al funcionamiento del sistema educativo una educación en valores tales como la educación ambiental, la cultura de la paz, la convivencia y la igualdad de todos, independientemente de su identidad sexual y de género”*.

6.1. Educación en valores desde la asignatura

La educación física es una excelente oportunidad para enseñar valores a los alumnos, ya que las actividades físicas pueden fomentar valores como el respeto, la tolerancia, la responsabilidad y la cooperación. Educar en valores permite ayudar a los alumnos a desarrollar una conciencia ética y moral, que les permita actuar de una manera responsable con la sociedad. Además fomenta el respeto y la tolerancia hacia el resto de compañeros y hacia el docente, estableciendo normas claras de convivencia, tanto en el aula como fuera de ella; impulsando la cooperación a través del trabajo en equipo mediante actividades en las que trabajen juntos y así, conseguir el objetivo común y; respecto a la responsabilidad, los

alumnos pueden asumir las consecuencias de sus acciones y de sus decisiones, cumpliendo con sus obligaciones y compromisos.

Así vemos como en toda la programación y a través de todas las unidades se trabaja el respeto y la tolerancia, respetando las normas, a sus compañeros y cuidando el material, lo que permite que el alumnado complete su desarrollo social. El valor de la cooperación lo podemos encontrar en aquellas UP donde se trabaja en equipos, ya sea por parejas, en grandes grupos o pequeños, homogéneos o heterogéneos, favoreciendo la inclusión de todos los alumnos, así lo encontramos en la UP 3 (Danza), UP 4 (Acrosport), UP 6 (Baloncesto) y UP 7 (Voleibol). Y por último, la responsabilidad, al igual que el respeto y la tolerancia, se trabaja en todas las UP, ya que el alumnado ha de ser responsable para realizar las tareas que se les encomiende, entregando los trabajos a tiempo y siendo puntuales.

6.2. Desarrollo de la comunicación lingüística

En la asignatura de educación física también se puede desarrollar la comunicación lingüística, a pesar de tratarse de una asignatura en su mayoría práctica, utilizando diferentes formas de comunicación, ya sea verbal o no verbal para transmitir la información que se quiere inculcar. Las instrucciones que se den en cada una de las UP deben ser claras y precisas, para que los alumnos entiendan las actividades, utilizando diferentes formas de lenguaje como la descripción o la explicación. Se fomenta el diálogo y la discusión, lo que permite a los alumnos intercambiar sus ideas y así mejorar su capacidad de comunicación. Con el uso de la expresión corporal y con la comunicación no verbal, a través de gestos, señas o movimientos, los alumnos pueden comprender las instrucciones, procesar la información y comunicarse de manera efectiva.

La comunicación verbal la podemos trabajar a lo largo de toda la planificación, a la hora de dar las explicaciones de las actividades a realizar, dando la información necesaria para que cumplan con los objetivos establecidos y durante la ejecución de las actividades, poder dar un feedback óptimo.

Todo lo citado anteriormente irá acompañado de un lenguaje no verbal con gestos y movimientos, que ayuden al alumnado a comprender de manera más efectiva las explicaciones (P. Ej: UP 6 (Baloncesto) hacemos un circuito con diferentes estaciones, en cada una de ellas hay que botar el balón de cierta manera y con diferentes estrategias de juego. La

información de lo que tienen que realizar se va transmitiendo de forma oral, acompañado de los movimientos que tienen que hacer y el circuito que tienen que seguir).

6.3. Integración de las TIC

La integración de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) en la asignatura de EF puede ser beneficiosa tanto para los estudiantes como para los docentes. Cada vez las nuevas tecnologías tienen mayor protagonismo en nuestra sociedad, y su uso puede incrementar los conocimientos dentro de la asignatura, pero siempre que el uso de las mismas esté dirigido a la educación, motivando a los estudiantes, de tal manera que las clases les resulten más atractivas.

Los alumnos podrán utilizar diferentes dispositivos, programas/Apps y plataformas digitales:

- Móviles, en el que se podrán instalar aplicaciones como LEVERADE, que permite organizar actividades deportivas por equipos.
- Ordenadores en los que se utilizan programas informáticos que podrán servir para transmitir contenidos teóricos, como por ejemplo PowerPoint o Word.
- YouTube, para buscar vídeos de la UP correspondiente.
- Moodle, plataforma a través de la cual se accede a vídeos educativos que permiten mostrar técnicas de deportes o de ejercicio, de actividades físicas e incluso realizar evaluaciones o pruebas en línea.

En definitiva, el uso de la TIC se debe utilizar para mejorar el progreso motivando a los alumnos y enseñándoles a hacer un uso responsable y adecuado, ofreciendo diferentes herramientas para la búsqueda de información.

6.4. Planes y programas del centro

El centro educativo pertenece a la Red Educativa Canaria-InnovAS de la Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes del Gobierno de Canarias.

Destacan programas como:

- Atención a la diversidad: con la finalidad de eliminar las barreras del aprendizaje dando respuesta a las necesidades educativas del alumno y conseguir los objetivos marcados.

- Cooperación para el Desarrollo y la Solidaridad: promoviendo una cultura participativa de los alumnos desde la educación en valores.
- Promoción de la Salud y la Educación Emocional: contribuyendo al desarrollo de la salud integral y del bienestar de las personas. Fomentando prácticas de alimentación saludable para prevenir los trastornos alimenticios. Prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas, desarrollando habilidades para regular las emociones y tener una actitud positiva ante la vida; el efecto de la Educación Emocional a edades tempranas supone un aprendizaje de la inteligencia emocional mejorando el clima psicosocial.

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

Teniendo en cuenta los planes a los que está asociado el centro educativo y sobre todo desde la promoción de salud y educación emocional, destacar que la Educación Física juega un papel importante para el desarrollo de dicho programa.

Dichos aspectos han sido tenidos en cuenta a lo largo de toda la PD. Así podemos observar que desde la UP 1 (Prevención) se hace hincapié sobre las medidas a adoptar para tener una vida activa y saludable, practicando de manera regular actividad física y deportiva, modificando los comportamientos para potenciar la salud física, mental y social.

Destacar que a través de la educación emocional trabajada en la UP 3 (Danza) se desarrollan habilidades que minimicen situaciones como el estrés, la ansiedad o a la agresividad, y desarrollando una actividad positiva sobre la imagen corporal, desmontando por ejemplo los ideales de belleza transmitidos por los medios de comunicación y redes sociales, para evitar trastornos alimenticios.

Por todo lo citado anteriormente y, con el apoyo de las actividades complementarias y/o extraescolares ayudan a conseguir los objetivos que se plantean en el programa.

7. Evaluación del aprendizaje del alumnado

La evaluación de los alumnos está regida por lo establecido en 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.

El curso sobre el que se desarrolla la presente programación (1º ESO) pertenece a la etapa de Enseñanza Secundaria Obligatoria siendo la evaluación:

- Continúa: llevándose a cabo a lo largo de todo el curso, permitiendo ver el rendimiento del alumno y en su caso, si fuera necesario realizar variaciones en el método educativo, por ejemplo, registro diario del docente.
- Formativa: realizándose durante el proceso de aprendizaje para proporcionar una guía a los estudiantes con el fin de mejorar su rendimiento y lograr los objetivos. Por ejemplo, en la UP 5 (Atletismo), para evaluar el desarrollo de la técnica de carrera, el docente tendrá en cuenta una rúbrica con los aspectos a tener en cuenta.

Tabla 3. Rúbrica de técnica de carrera.

Nombre alumno/a	Óptimo	Adecuado	Suficiente	Insuficiente
Impulso (Extensión de rodilla y tobillo)				
Tras impulso (extiende la pierna correctamente)				
Fuerza hacia atrás				
Suspensión (Fase en el aire)				
Talón al glúteo				
Rodilla al pecho				
Apoyo (Apoyo de pie correcto)				
Articulación de tobillo				
Recepción (Pierna ligeramente flexionada)				
Posición del cuerpo				

Nota. Elaboración propia.

- Integradora: evaluando el progreso de aprendizaje del alumno y no solo el resultado final, lista de control, por ejemplo.
- Sumativa: evaluando el rendimiento del alumno teniendo en cuenta el aprendizaje competencial y valorando que los alumnos han alcanzado los objetivos propuestos, asignando una nota al final de cada trimestre.

7.1. Procedimientos e instrumentos de evaluación

Al comienzo del curso haremos una valoración inicial para determinar la capacidad motriz de los alumnos con la finalidad de adaptar las unidades didácticas propuestas. A lo largo del curso se hará una evaluación continua, con calificación diaria, que nos permita valorar el aprendizaje que se va obtenido, haciendo hincapié en los aspectos que al alumno le planteen mayor dificultad. Finalmente, a través de una evaluación final se valorarán los objetivos conseguidos y el aprendizaje alcanzado por el alumno.

Las técnicas de evaluación, que se encuentran implícitas en la PD, son:

- Observación sistemática: observando al estudiante durante la realización de una actividad, que podrá ser evaluada por los compañeros (coevaluación) o por el docente (heteroevaluación).
- Evaluación de habilidades y de participación: en la que los alumnos evaluarán su propio aprendizaje, estableciendo objetivos para mejorar así como su capacidad de trabajar en equipo (heteroevaluación y autoevaluación).
- Producción: donde los alumnos deben elaborar diferentes presentaciones o grabaciones, en función de la UP.

A la hora de evaluar al alumno se tendrá en cuenta no solo su evolución individual sino también su evolución grupal, así como los trabajos realizados durante el curso. Los tipos de evaluación según el agente son:

- Heteroevaluación: Realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar. Así mediante exámenes, trabajos y ejercicios el docente evaluará a los alumnos. Es en el caso de la UP 1 (Prevención), UP 2 (Bádminton), UP 5 (Atletismo), entre otros.
- Coevaluación: Realizada entre el alumnado, se trata de una evaluación que suponga una reflexión conjunta. Los alumnos al realizar un trabajo en equipo ponen en

práctica habilidades que serán tenidas en cuenta a la hora de evaluar. Lo podemos ver en la UP 4 (Acrosport) o en la UP 8 (Juegos populares).

- Autoevaluación: Realizada mediante la reflexión individual del alumnado para valorar sus logros y dificultades. La podemos ver en la UP 3 (Danza) o UP 8 (Juegos populares).

En cuanto a las herramientas de evaluación, podemos encontrar lista de control (para la coevaluación en grupos o parejas), escala de valoración (en la autoevaluación y heteroevaluación), rúbrica (para la heteroevaluación) y diario de clase del docente (para heteroevaluación), entre otros. Y respecto a los instrumentos de evaluación, vídeos o presentaciones.

7.2. Criterios de calificación

A lo largo del curso se trabajan las diferentes actividades propuestas, basándose en los objetivos establecidos y criterios de evaluación en cada etapa educativa. En base a ello se establecen los criterios de calificación, que se han tenido en cuenta para evaluar a los alumnos son: estándares en el aprendizaje, la actitud, el esfuerzo, la participación y el trabajo cooperativo.

La calificación final se obtendrá mediante la realización de una media ponderada:

- Pruebas escritas (Exámenes: 2 puntos y trabajos individuales y grupales: 1 punto): 30% nota final.
- Actividades prácticas-----40% de la nota final.
- Actitud-----10% de la nota final.
- Esfuerzo-----10% de la nota final.
- Participación-----10% de la nota final.

Los resultados se indicarán de la siguiente manera: Insuficiente (1,2,3 o 4); Suficiente (5); Bien (6); Notable (7 u 8) y Sobresaliente (9 o 10). Para que el alumno supere la asignatura deberá obtener una nota final mínima de 5, y para el supuesto de que el alumno no alcance la misma, podrá acudir a la convocatoria extraordinaria de julio.

Para que el alumno supere la asignatura deberá obtener una nota final mínima de 5, y para el supuesto de que el alumno no alcance la misma, podrá acudir a la convocatoria

extraordinaria de julio. Si algún alumno perdiera alguna prueba de evaluación por faltas de asistencia, podrá acudir a la convocatoria de junio y recuperar la parte correspondiente.

7.3. Planes de refuerzo y evaluación

Hay que destacar que al inicio del curso, se parte de una evaluación inicial de los alumnos y se tendrá en cuenta la evolución de los mismos, dependiendo de las capacidades y aptitudes conseguidas, y para el supuesto de que algún alumno lo precise se llevarán a cabo actividades de refuerzo, por ejemplo, si algún alumno tiene dificultad para realizar saltos en el aire con una sola pierna se podrá diseñar un plan de refuerzo que incluya ejercicios específicos para mejorar la fuerza y la estabilidad de la pierna, como son las sentadillas unilaterales o ejercicios de equilibrio sobre una pierna.

En lo que respecta al plan de evaluación, consiste en hacer evaluaciones a los alumnos, donde se pueden hacer diferentes pruebas para ver sus habilidades técnicas, por ejemplo, se puede evaluar el progreso y el logro de los objetivos específicos, como una prueba práctica que mida las habilidades físicas como velocidad, fuerza o resistencia.

8. Conclusión

En la programación didáctica propuesta se trata de poner en valor la asignatura de Educación Física, partiendo de las diferentes UP y de una manera lúdica involucrar a los alumnos en la práctica deportiva, creando en ellos unos hábitos saludables y así poder contribuir a la disminución de enfermedades como la obesidad, producida entre otras consecuencias por la vida sedentaria que tiene nuestra sociedad, que se produce por diferentes causas como son el uso de dispositivos móviles, largas horas de estudio o falta de interés en el deporte.

Mediante las UP propuestas los alumnos podrán encontrar en el deporte la manera de socializar, a través de los diferentes agrupamientos propuestos.

Al inicio del curso, he de reconocer que en algún momento sentí momentos de vértigo, pues me enfrentaba a la realidad de lo que será el mercado laboral, en el que los alumnos jugaban un papel fundamental, pues en ellos quedaría reflejado mi labor como docente, pero a medida que pasaban los días me sentía más segura y cómoda, sobre todo cuando veía una evolución y un progreso en los alumnos, llegando a alcanzar los objetivos propuestos.

Hay que tener en cuenta que los alumnos durante esta etapa educativa experimentan cambios y el docente ha de lograr que durante esta etapa de enseñanza disfruten aprendiendo día a día junto a sus compañeros.

9. Referencias

Ainscow, M. (2001). *Desarrollo de escuelas inclusivas: ideas, propuestas y experiencias para mejorar las instituciones escolares* (Vol. 84). Narcea Ediciones.

Antonela Vega Santelli, C. (2014). *Música y educación física: el ritmo que nos une*.

Blázquez, D. B. S. (2004). *El calentamiento*.

Bloom's Taxonomy: A New Look at an Old Standby. (2012), Intel Teach Program, <http://images.pcmac.org/Uploads/RoyalLiveOaks/RoyalLiveOaks/Divisions/DocumentsCategories/Documents/Bloom.pdf>

BOC - 2001/011. Miércoles 24 de Enero de 2001 - 82. (s. f.). <http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2001/011/003.html>

BOC - 2013/200. Miércoles 16 de Octubre de 2013 - Anuncio 5076. (s. f.). <http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2013/200/001.html>

BOC - 2018/046. Martes 6 de Marzo de 2018 - Anuncio 1008. (s. f.). <http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2018/046/001.html>

BOC - 2022/108. Jueves 2 de junio de 2022 - 1854. (s. f.). <http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2022/108/002.html>

BOE. (1978). Constitución Española. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-1978-31229>

BOE. (2006). Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2006-7899>

BOE. (2014). Ley 6/2014, de 25 de julio, Canaria de Educación no Universitaria. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/pdf/2014/BOE-A-2014-9901-consolidado.pdf>

BOE. (2020). Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2020-17264>

BOE. (2022). Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2022-4975>.

Competencias clave. (s. f.). | Ministerio de Educación y Formación Profesional. <https://educagob.educacionyfp.gob.es/curriculo/curriculo-lomloe/menu-curriculos-basicos/ed-secundaria-obligatoria/competencias-clave.html>

Competencias clave. (s. f.-b). | Ministerio de Educación y Formación Profesional. <https://educagob.educacionyfp.gob.es/curriculo/curriculo-lomce/competencias-clave.html>

Educación Física. (s. f.). | Ministerio de Educación y Formación Profesional. <https://educagob.educacionyfp.gob.es/curriculo/curriculo-lomloe/menu-curriculos-basicos/ed-secundaria-obligatoria/materias/educacion-fisica/desarrollo-edfisica.html>

Gamonales, J. M., & Campos-Galán, S. (2017). Propuesta de Unidad Didáctica para Educación Física: Conociendo los Deportes Paralímpicos. *Publicaciones Didácticas: Revista Profesional de Investigación, Docencia y Recursos Didácticos*, 84(7), 314–327.

Guterman, T. (s. f.). *Unidad didáctica en educación secundaria: Acrosport*. Echame una mano. <https://efdeportes.com/efd196/unidad-didactica-en-secundaria-acrosport.htm>

Información de la etapa | Evaluación, promoción y titulación en la Educación Secundaria Obligatoria | Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes | Gobierno de Canarias. (s. f.). <https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/secundaria/informacion/evaluacion-promocion-titulacion/>

Learreta Ramos, B., & Sierra Zamorano, M. Ángel. (2003). La música como recurso didáctico en Educación Física. *Retos*, 6, 27–35. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i6.35080>

Merrill, M. D. (2002). First Principles of Instruction. *Educational Technology Research and Development*, 50(3), 43–59. <https://doi.org/10.1007/BF02505024>

Modelo de enseñanza de Canarias. (2018, 5 octubre). Recursos Informáticos. <https://g1recursos.wixsite.com/educacioninfantil/single-post/2018/10/16/modelo-de-ense%C3%B1anza-de-canarias>

Objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria. (s. f.). | Ministerio de Educación y Formación Profesional. <https://educagob.educacionyfp.gob.es/ensenanzas/secundaria/informacion-general/objetivos.html>

Pérez, H. S., Fernández, S. R., & Braojos, C. G. (2010). Metodologías que optimizan la comunicación en entornos de aprendizaje virtual. *Comunicar: Revista científica iberoamericana de comunicación y educación*, (34), 163-171.

Pérez Pueyo, Ángel. (2013). EL ESTILO ACTITUDINAL: UNA PROPUESTA PARA TODOS Y TODAS DESDE LA INCLUSIÓN EN LA EDUCACIÓN FÍSICA. *Lúdica Pedagógica*, 2(18). <https://doi.org/10.17227/01214128.18ludica81.92>

Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica. (s. f.). | Ministerio de Educación y Formación Profesional. <https://educagob.educacionyfp.gob.es/curriculo/curriculo-lomloe/menu-curriculos-basicos/ed-secundaria-obligatoria/perfil-salida.html>

Piluca. (2021, 20 octubre). *Características psicoevolutivas de los niños de doce años*. El pupitre de Pilu. <https://www.elpupitredepilu.com/2021/10/20/caracteristicas-psicoevolutivas-de-los-ninos-de-doce-anos/>

Primer y segundo curso. (s. f.). | Ministerio de Educación y Formación Profesional.
<https://educagob.educacionyfp.gob.es/curriculo/curriculo-lomloe/menu-curriculos-basicos/e-d-secundaria-obligatoria/materias/educacion-fisica/criterios-evaluacion-primer-segundo-curso.html>

Programación didáctica de educación física para 4º de ESO basada en el uso de modelos pedagógicos de enseñanza. (2020). [Trabajo de máster]. Universidad de Oviedo.

Programación didáctica | Thinkö Education. (2021, 6 abril). Thinkö.
<https://thinkoeducation.com/programacion-didactica/#section3>

RED CANARIA-InnovAS: Arte y Acción Cultural | Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes | Gobierno de Canarias. (s. f.).
<https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/redes-educativas/red-canarias-innovas/arte-accion-cultural/>

RED CANARIA-InnovAS: Cooperación para el Desarrollo y la Solidaridad | Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes | Gobierno de Canarias. (s. f.).
<https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/redes-educativas/red-canarias-innovas/cooperacion-desarrollo-solidaridad/>

RED CANARIA-InnovAS: Patrimonio Social, Cultural e Histórico Canario | Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes | Gobierno de Canarias. (s. f.).
<https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/redes-educativas/red-canarias-innovas/patrimonio-social-cultural-historico-canario/>

RED CANARIA-InnovAS: Promoción de la Salud y la Educación Emocional | Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes | Gobierno de Canarias. (s. f.).
<https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/programas-redes-educativas/redes-educativas/red-canarias-innovas/promo-salud-educa-emocional/>

Sánchez, D. B. (2004). *El calentamiento: una vía para la autogestión de la actividad física* (Vol. 572). Inde.

Sánchez, D. B. (2006). *La educación física*. Inde.

Anexos

Tabla 4. Desarrollo de UP 5 Atletismo.

CONCRECIÓN. SECUENCIA DE ACTIVIDADES						
ACTIVIDAD: 1		TÍTULO: Futuros Usain Bolt. (Técnica de carrera, carrera de relevos y salto de vallas)		ACTIVACIÓN		
<p>DESCRIPCIÓN:</p> <p>¿Qué se va a aprender? Los alumnos van a aprender todo lo relacionado con la carrera, la técnica, distancias y carreras de relevos y de obstáculos.</p> <p>¿Cómo se va a aprender? Se plantean diferentes retos que los alumnos tendrán que ir superando. Se hará un breve explicación al principio de cada clase, y se irán variando los ejercicios.</p> <p>¿Para qué? Los alumnos mejoran tanto su capacidad física como sus capacidades motrices, además de su coordinación. También adquieren nuevos conocimientos sobre las disciplinas del atletismo y cómo aplicarlas en su día a día para tener una vida activa y saludable.</p>						
Competencia específica	Criterios de evaluación	Saberes básicos	Descriptor Operativos de las competencias clave. Perfil de salida.	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
C2	CE 2.1	Saber básico I. 2. Saber básico II. 1, 2.	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3	- Observación sistemática	- Registro descriptivo - Listas de control o cotejo - Rúbricas	Rúbrica utilizada para ver si han conseguido los objetivos. Además de la lista de cotejo.
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones

Mediante la observación sistemática y, las rúbricas y listas de cotejo veremos si los alumnos cumplen con los objetivos.	Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar.	- Trabajo individual (TIND).	3	Vallas, picas, aros, cuerdas, conos, testigos. https://www.youtube.com/watch?v=cnLwXHn7aU4	Centro (polideportivo, canchas...)	Se valorará positivamente el correcto uso del material. Y en todas las sesiones, por orden de lista, 3 alumnos ayudarán a recoger el material usado.
ACTIVIDAD: 2		TÍTULO: Entrenando como Odei Jainaga Larrea (Lanzamiento de peso, martillo, disco, jabalina.)		DEMOSTRACIÓN		
DESCRIPCIÓN:						
¿Qué se va a aprender? Los alumnos van a aprender todo lo relacionado con los lanzamientos, su técnica, los tipos que hay.						
¿Cómo se va a aprender? Se plantean diferentes retos que los alumnos tendrán que ir superando. Se hará un breve explicación al principio de cada clase, y se irán variando los ejercicios.						
¿Para qué? Los alumnos mejoran tanto su capacidad física como sus capacidades motrices, además de su coordinación. También adquieren nuevos conocimientos sobre las disciplinas del atletismo y cómo aplicarlas en su día a día para tener una vida activa y saludable.						
Competencia específica	Criterios de evaluación	Saberes básicos	Descriptorios Operativos de las competencias clave. Perfil de salida.	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
C2	CE 2.1	Saber básico I. 2. Saber básico II. 1, 2.	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3	- Observación sistemática	- Registro descriptivo - Listas de control o cotejo - Rúbricas	Rúbrica utilizada para ver si han conseguido los objetivos. Añadiendo la lista de cotejo.

Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Mediante la observación sistemática y, las rúbricas y listas de cotejo veremos si los alumnos cumplen con los objetivos.	Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar.	- Trabajo individual (TIND). - Pequeños grupos (TGRU).	4	Pesos, discos, picas, aros, conos, jabalinas de goma. https://www.youtube.com/watch?v=eq0nl1OwH2k	Centro (polideportivo, canchas...)	Se valorará positivamente el correcto uso del material. Y en todas las sesiones, por orden de lista, 3 alumnos ayudarán a recoger el material usado. Se usará material adaptado para la edad de los alumnos con el fin de no comprometer la seguridad del alumnado.
ACTIVIDAD: 3		TÍTULO: Quiero ser como Ana Peleteiro (Saltos altura, longitud y salto triple)		APLICACIÓN		
DESCRIPCIÓN:						
¿Qué se va a aprender? Los alumnos van a aprender todo lo relacionado con los saltos, la técnica y sus tipos..						
¿Cómo se va a aprender? Se plantean diferentes retos que los alumnos tendrán que ir superando. Se hará un breve explicación al principio de cada clase, y se irán variando los ejercicios.						
¿Para qué? Los alumnos mejoran tanto su capacidad física como sus capacidades motrices, además de su coordinación. También adquieren nuevos conocimientos sobre las disciplinas del atletismo y cómo aplicarlas en su día a día para tener una vida activa y saludable.						
Competencia específica	Criterios de evaluación	Saberes básicos	Descriptor Operativos de las competencias clave. Perfil de salida.	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación

C2	CE 2.1	Saber básico I. 2. Saber básico II. 1, 2.	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3	- Observación sistemática	- Registro descriptivo - Listas de control o cotejo - Rúbricas	Rúbrica utilizada para ver si han conseguido los objetivos. Sumando la información de la lista de cotejo.
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Mediante la observación sistemática y, las rúbricas y listas de cotejo veremos si los alumnos cumplen con los objetivos.	Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar.	-Trabajo individual (TIND).	3	Colchonetas, conos, cuerda, picas, saltómetro. https://www.youtube.com/watch?v=65wr6cHuEwc https://www.youtube.com/watch?v=g9clVmT_iDO https://www.youtube.com/watch?v=MZxg3eo9lSM	Centro (polideportivo, canchas...)	Se valorará positivamente el correcto uso del material. Y en todas las sesiones, por orden de lista, 3 alumnos ayudarán a recoger el material usado.
ACTIVIDAD: 4		TÍTULO: Manos a la obra.			INTEGRACIÓN / METACOGNICIÓN	
DESCRIPCIÓN:						
¿Qué se va a aprender? Los alumnos van a aprender todo lo relacionado con el decathlon y pentatlón, realizando un trabajo a modo presentación.						
¿Cómo se va a aprender? Se plantean diferentes retos que los alumnos tendrán que ir superando. Se hará un breve explicación al principio de cada clase, y se explicará en qué consiste la tarea.						
¿Para qué? Los alumnos mejoran tanto su capacidad física como sus capacidades motrices, además de su coordinación. También adquieren nuevos conocimientos sobre las disciplinas del atletismo y cómo aplicarlas en su día a día para tener una vida activa y saludable.						

Competencia específica	Criterios de evaluación	Saberes básicos	Descriptores Operativos de las competencias clave. Perfil de salida.	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
C2	CE 2.1	Saber básico I. 2. Saber básico II. 1, 2.	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3	- Observación sistemática	- Registro descriptivo - Listas de control o cotejo - Rúbricas	Rúbrica utilizada para ver si han conseguido los objetivos.
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Mediante la observación sistemática y, las rúbricas y listas de cotejo veremos si los alumnos cumplen con los objetivos.	Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar. Coevaluación: realizada por el resto de alumnado.	-Pequeños grupos (TGRU).	2	YouTube, PowerPoint, Google.	-Aula con TIC -Centro (polideportivo, canchas...).	Se valorará positivamente el correcto uso del material. Y en todas las sesiones, por orden de lista, 3 alumnos ayudarán a recoger el material usado.

Nota. Elaboración propia.

Tabla 5. Rúbrica de UP de Danza.

Aspectos	1 Insuficiente	2 Mejorable	3 Satisfactorio	4 Excelente
Movimiento por el espacio.	No hay cambios de posición ni movimientos por el espacio.	Solo se incluyen algunos cambios de posición y movimientos en el espacio.	Hay cierta variedad de posiciones y movimientos por parte de algunos de los participantes.	Hay infinidad de posiciones y movimientos en el espacio por parte de todos los integrantes.
Partes de la coreografía	Los movimientos no tienen ningún orden, no respeta las partes de la coreografía.	Apenas tienen relación los movimientos con la coreografía.	De forma aceptable, los pasos y los movimientos tienen que ver con la coreografía.	Todos los pasos tienen que ver con la coreografía.
Ritmo	No hay coherencia con el tipo de música y hay una escasa capacidad de ritmo.	Hay cierta coherencia con el tipo de música y los pasos son ejecutados con poca fluidez.	Tiene coherencia con la música y los pasos son ejecutados con cierta fluidez.	Tiene coherencia con la música y son ejecutados con fluidez.
Expresión corporal	Los movimientos no son originales y no expresan emociones acordes con la música.	Los movimientos no son demasiado originales y expresan pocas emociones.	Los pasos son originales, pero no siempre expresan emociones acordes con la música.	Son originales, creativos y expresan emociones acorde con la canción.

Nota. Elaboración propia.