



Universidad
Europea CANARIAS

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA PARA

4º ESO

Autor/a: María Mora Carranza

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

Dirigido por Diego Acosta Siverio

Convocatoria de Julio de 2023

Índice

Resumen.....	4
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	7
2. Contextualización	10
2.1. Características del entorno escolar	10
2.2. Centro	10
2.3. Aula	11
2.4. Alumnado	12
3. Concreción curricular	13
3.1. Objetivos de la etapa y perfil de salida	13
3.2. Contribución a los objetivos de etapa	14
3.3. Contribución a las competencias clave	11
3.4. Fundamentación curricular	13
a. Unidades de programación	17
4. Metodología	28
4.1. Principios metodológicos	28
4.2. Estrategias	29
4.3. Tipos de actividades	31
4.4. Agrupamientos	32
4.5. Actividades complementarias	33
4.6. Criterios organizativos: espacios y otros elementos necesarios	34
4.7. Materiales y recursos didácticos	35
5. Atención a la diversidad	37
5.1. Medidas ordinarias	38
5.2. Medidas extraordinarias.....	39
5.3. Otras medidas.....	39
6. Educación en valores, planes y programas	41

6.1.	Educación en valores desde la asignatura.....	41
6.2.	Desarrollo de la comunicación lingüística	41
6.3.	Integración de las TIC	42
6.4.	Planes y programas del centro	43
6.5.	Concreción en la programación de los planes institucionales del centro	44
7.	Evaluación del aprendizaje del alumnado	45
7.1.	Procedimientos e instrumentos de evaluación	46
7.2.	Criterios de calificación.....	48
7.3.	Planes de refuerzo y evaluación	49
8.	Conclusión	50
9.	Referencias.....	51
Anexos	53

Índice de Tablas

Tabla 1 Concreción del desarrollo de las Competencias Clave.....	11
Tabla 2 Competencias Específicas y Criterios de evaluación de 4º ESO	13
Tabla 3 Saberes Básicos 4º ESO	16
Tabla 4 Distribución de las Unidades de Programación	17
Tabla 5 Temporalización de las Unidades de Programación	17
Tabla 6 Resumen Situación de Aprendizaje Nº1.....	18
Tabla 7 Resumen Situación de Aprendizaje Nº2	19
Tabla 8 Resumen Situación de Aprendizaje Nº3.....	20
Tabla 9 Resumen Situación de Aprendizaje Nº4.....	21
Tabla 10 Resumen Situación de Aprendizaje Nº5.....	22
Tabla 11 Resumen Situación de Aprendizaje Nº6.....	23
Tabla 12 Resumen Situación de Aprendizaje Nº7.....	24
Tabla 13 Resumen Situación de Aprendizaje Nº8.....	25
Tabla 14 Actividades Complementarias del curso	33
Tabla 15 Material y recursos didácticos	35
Tabla 16 Medidas ordinarias.....	38
Tabla 17 Técnicas y Herramientas de Evaluación	47
Tabla 18 Evaluación. Porcentajes de ponderación	49

Resumen

El presente trabajo aborda una programación didáctica de Educación Física para el curso 2022/23 para un nivel de 4º de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Canarias. El objetivo de esta programación es concretar una planificación efectiva e integral del proceso de enseñanza-aprendizaje, donde se tengan en cuenta las características y necesidades específicas del alumnado dejando de lado el azar y la improvisación. Los propósitos principales son, por un lado, conseguir un enfoque educativo mucho más innovador, centrado en el alumno/a y sus motivaciones. Y, por otro lado, crear una propuesta que estimule la práctica de actividad física fuera del entorno escolar, dejando de lado los malos hábitos que abundan en la actualidad. Destacar, la importancia de una educación inclusiva y marcada por la atención a la diversidad, donde cada una de las actividades se adaptan a las situaciones individuales del alumnado. El diseño y planteamiento curricular se basa en la normativa establecida a nivel nacional y autonómico, proponiendo una serie de contenidos adaptados y secuenciados de manera coherente para favorecer el aprendizaje. Se tratan ocho situaciones de aprendizaje que abarcan diferentes temáticas, desde juegos y deportes, primeros auxilios, expresión corporal y danza, medio natural, etc. Dicha programación se estructura en torno a unos objetivos, criterios de evaluación y saberes básicos claros, que nos permiten medir y evaluar el progreso del estudiantado en cada situación de aprendizaje.

Palabras clave: programación didáctica; educación física; metodologías innovadoras.

1. Introducción y justificación

La asignatura de Educación Física (EF) se caracteriza por invitar al alumnado a adquirir hábitos de vida saludables a largo plazo, al mismo tiempo que favorece el desarrollo integral, completo y diversificado repercutiendo positivamente a la mejora de su bienestar (Granero-Gallegos et al., 2012). A lo largo de los últimos años, se han planteado diversas alternativas para establecer un enfoque más integral de EF, que implique la educación basada en valores, la adherencia a la actividad física, el desarrollo de una aptitud física orientada a la salud, la recreación, la iniciación deportiva, etc. Según Pastor et al. (2016) los principales objetivos de la EF deben ser tres: en primer lugar, promover el desarrollo físico- motriz de los estudiantes, por otro lado, fomentar y recrear la cultura física y, por último, contribuir al desarrollo integral del alumnado como miembros de la sociedad. La mayoría de los enfoques prácticos de EF en la educación secundaria no abordan adecuadamente estas tres finalidades, por lo que uno de los objetivos principales de esta programación es avanzar hacia otros planteamientos más innovadores y útiles que den respuesta educativa a estos retos.

Por otro lado, en la actualidad, se ha producido un aumento de conductas sedentarias entre la población infanto-juvenil, debido principalmente a cambios en las motivaciones e intereses del estudiantado y el uso masivo de las tecnologías (Vélez y Parra., 2022). El sedentarismo se define como la enfermedad del siglo XXI, esta se relaciona con altas tasas de obesidad y con la aparición de patologías crónicas como la hipertensión y la diabetes (Rodulfo, 2019). Es por ello, que la actividad física se considera indispensable para prevenir o paliar este tipo de problemas de salud, mostrando, además, beneficios asociados a su práctica. El objetivo de una buena programación es conseguir que, a través de la EF, podamos aumentar el tiempo de actividad física de los/las estudiantes, ofreciendo una educación de calidad con buen aprovechamiento en clase. Además, de incentivarles para que la realicen fuera de las horas lectivas, ocupando su tiempo de ocio de forma activa.

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

Las programaciones didácticas son una herramienta primordial en el proceso de enseñanza- aprendizaje, ayudan y orientan al profesorado evitando la improvisación y favoreciendo una enseñanza de calidad. Se trata de un proceso de toma de decisiones mediante el cual los/las docentes prevén su intervención de una forma más deliberada y

sistematizada (Fernández, 2010b). Visto esto, podemos justificar el importante papel que tiene la programación didáctica de la siguiente forma:

- Posibilita adaptar el trabajo pedagógico en función de las características contextuales.
- La programación ordena, sistematiza y concluye los propósitos marcados en el Proyecto Educativo de Centro (PEC).
- Responde a la realidad psicoevolutiva y académica del alumnado, lo cual será el punto de partida para poder realizar las unidades de programación y los planes de trabajo individualizados.

A pesar de que es una herramienta que planifica la acción educativa, se debe de considerar como un proyecto sometido a juicio reflexivo, ya que, en el día a día en el centro educativo, surgen una gran cantidad de situaciones imprevistas que ponen a prueba la capacidad de improvisación del docente.

1.2. Criterios seguidos para elaborar la programación

A continuación, veremos las características principales del alumnado de 4º ESO, esto ayudará a adaptar el proceso de enseñanza- aprendizaje a sus necesidades. En cuanto al **ámbito cognitivo**, siguiendo a Piaget se encuentran en el periodo de operaciones formales, que corresponde a la etapa desde los 12 años en adelante. Durante este periodo, se desarrolla su capacidad intelectual y su pensamiento formal, que es reversible, interno y organizado. Algunas de las características principales incluyen la habilidad para formular hipótesis y razonar sobre proposiciones (Saldarriaga-Zambrano et al., 2016b). Todo esto debe tener su aprovechamiento en el mundo académico, debemos prestar atención a diferentes aspectos:

- El estudiantado cuenta con una visión más abstracta del mundo que les rodea.
- Utilizan el lenguaje y el pensamiento para tomar sus propias decisiones.
- Realizan supuestos en situaciones de resolución de problemas. Hacen uso del razonamiento hipotético- deductivo, esta forma de pensamiento lógico se basa en suposiciones generales sobre un fenómeno particular, a partir de las cuales se llega a una conclusión más específica.

Por otro lado, en lo que respecta al **ámbito afectivo y social**, se encuentran en un periodo de reestructuración de la personalidad, en una búsqueda de la identidad, además de ser un momento de gran preocupación por su cuerpo y apariencia física. Surge la necesidad de

intimidad y esto provoca el inicio de los conflictos con las familias, se produce un rechazo del mundo adulto. Existen grandes fluctuaciones de humor, contradicciones de la conducta y tendencia grupal (Awuapara-Flores, 2018b).

Por último, en cuanto al **ámbito motor**, en esta edad se da un incremento de la capacidad de rendimiento, ya disponen de la capacidad para llevar a cabo gestos técnicamente complejos. Esto es así, ya que se encuentran en la adolescencia intermedia, donde ya se ha superado el desajuste corporal que produce el estirón puberal (Gaete, 2015). En esta edad el ejercicio físico es fundamental, se ha demostrado que la práctica regular de actividades físicas incrementa la densidad mineral ósea durante la niñez y la adolescencia. Además, el desarrollo y fortalecimiento del sistema músculo esquelético se vincula con la reducción de posibles lesiones durante la participación en actividades deportivas (De Medicina del Deporte Infantojuvenil, 2018).

El grupo al que va dirigida esta programación entra dentro de los límites normales de desarrollo, si bien contamos con un alumno con Trastorno del Espectro Autista (TEA), el cual, no puede ser incluido dentro de estas características, ya que tiene un déficit en ciertos aspectos. Además, contamos con dos alumnos que sufren de escoliosis, estos no necesitan adaptación curricular en la asignatura, pero si es necesario establecer medidas a la hora de realizar actividad física. De estos casos hablaremos con más detenimiento en el apartado de Atención a la Diversidad.

1.3. Marco normativo

A nivel curricular, esta programación se justifica basándose en la legislación que a continuación se expone, teniendo en cuenta sus cuatro niveles de concreción:

Nivel 1 Diseño Curricular de Base (DCB). Leyes y marco legal donde se ampara la educación a nivel nacional y autonómico:

Constitución Española.

Ley 6/2014, de 25 de julio, Canaria de Educación no Universitaria.

Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de mayo.

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

Decreto 81/2010, de 8 julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Centros docentes públicos no universitarios de la Comunidad Autónoma de Canarias.

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.

Decreto 30/2023, de 16 de marzo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias.

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.

Orden de 15 de enero de 2001, por la que se regulan las actividades extraescolares y complementarias en los centros públicos no universitarios de la Comunidad Autónoma de Canarias.

Orden de 13 de diciembre de 2010, por la que se regula la atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo en la Comunidad Autónoma de Canarias.

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.

Orden de 3 de septiembre de 2016, por la que se regulan la evaluación y la promoción del alumnado que cursa las etapas de Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, y se establecen los requisitos para la obtención de los títulos correspondientes, en la Comunidad Autónoma de Canarias.

Orden de 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.

Real Decreto 984/2021, de 16 de noviembre, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional.

Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.

Nivel 2 Proyecto Educativo (PEC) y Curricular de Centro (PCC). Contexto de cada centro educativo y forma de organización interna:

- Proyecto Educativo de Centro (PEC)
- Reglamento de Organización y Funcionamiento (ROF)
- Finalidades Educativas

Nivel 3 Programación de Aula (PA): secuencia de unidades de programación para todo el curso.

Nivel 4 Adaptaciones curriculares individualizadas (AC): adaptaciones personalizadas que se realizan dentro del contexto del aula a cada alumno/a.

2. Contextualización

La programación didáctica que nos ocupa va dirigida a un instituto público de la Comunidad Autónoma de Canarias, situado en una población de aproximadamente 158.000 habitantes. Concretamente se desarrolla en torno al 4º curso de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) compuesto de 25 alumnos/as en la asignatura de Educación Física.

2.1. Características del entorno escolar

El municipio elegido está rodeado de grandes y vigorosas montañas, se trata de una zona vinculada a la actividad eruptiva. El centro ciudad se compone de una zona urbana donde se desarrolla la mayor parte del servicio económico. El barrio donde se ubica el centro educativo es muy céntrico, se encuentra rodeado de parques, plazas, instalaciones deportivas municipales y múltiples negocios sobre todo de hostelería y comercio. A las afueras del casco urbano, se mueve mucho la agricultura de flor cortada, hortalizas, cereal de Canarias y platanera, también hay un gran sector dedicado a la ganadería de vacuno. En la zona sur del municipio, se encuentran los polígonos industriales donde se concentran fábricas de alimentación, manufacturas, grandes centros comerciales, etc. Además, la ciudad cuenta con aeropuerto, hospital y universidad.

Como acontecimientos culturales y tradiciones destacables, encontramos diferentes festividades religiosas, ya que la ciudad cuenta con una gran cantidad de iglesias, catedrales y conventos en su casco antiguo, de gran importancia histórica. El patrimonio histórico de esta ciudad es muy destacable, encontrando en él, las Casas Señoriales de personajes influyentes en la historia de la ciudad y el palacio uno de los edificios más destacables y turísticos.

2.2. Centro

El edificio principal del centro educativo está rodeado de patios y jardines, además, en sus inmediaciones encontramos un parque junto a las instalaciones deportivas del municipio, en las cuales se pueden realizar diferentes actividades. En lo que respecta a sus instalaciones cuenta con dos grandes edificios principales, uno dedicado exclusivamente a Bachillerato y otro al alumnado de ESO, en ellos encontramos las aulas, la biblioteca, las salas de informática, sala de profesores y los diferentes departamentos de cada una de las asignaturas. El patio del recreo es toda la zona exterior que rodea a los edificios y que los conecta. Por otro lado, las

infraestructuras deportivas con las que cuenta son dos grandes pistas exteriores, una de ellas cubierta, y un pabellón multiusos con un gran almacén de material. Los niveles educativos que se imparten en el centro son la etapa de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato. Cuentan con una gran oferta idiomática, como primera lengua extranjera inglesa y, como segunda lengua extranjera italiana y francesa.

En lo que respecta a las líneas metodológicas, en este centro se proponen una variedad de métodos y estrategias que son múltiples y complementarias, aun así, estos métodos tienen diversos aspectos en común: como la observación directa, la multidisciplinariedad, la importancia del trabajo en equipo, metodologías motivadoras y activas que respondan a los intereses de los estudiantes. Se destaca la importancia del aspecto afectivo y la necesidad de establecer contacto y aceptación mutua. Además, se promueve la globalización, y la alternancia entre individualización y socialización.

Por último, los valores que guían la acción de este centro educativo buscan fomentar la coeducación de manera afectiva, con el objetivo de eliminar actitudes sexistas en la función educativa. Se busca desarrollar actitudes, valores y normas en los estudiantes que incluyan el respeto a los derechos y libertades fundamentales, el ejercicio de la tolerancia y libertad dentro de los principios democráticos de la convivencia.

2.3. Aula

El área de EF se divide como he comentado anteriormente en una zona exterior donde se encuentran las pistas deportivas y, además, también encontramos el departamento de EF, separado del resto para tener un mejor acceso a las instalaciones deportivas. Y, por otro lado, una zona interior con un pabellón multiusos y un almacén de material. Dicha zona exterior, dispone de una pista cubierta donde se puede llevar a cabo diferentes deportes, ya que cuenta con una variedad de líneas pintadas en su cancha, además, de dos porterías. La otra pista no está cubierta, en ella encontramos canastas móviles de baloncesto, postes para colocar las redes de diferentes deportes como voleibol, palas, etc.

En lo que respecta al material, disponen de un almacén muy variado el problema es que el número de alumnos/as cada vez es más elevado y tiende a quedarse corto u obsoleto. A pesar de ello, disponen del material básico para llevar a cabo múltiples unidades didácticas de una amplia gama de deportes y actividades. Aunque se le dé un menor uso, los docentes de

la asignatura de EF también hacen uso del aula cuando se llevan a cabo pruebas de repaso, actividades evaluables, etc. En ella encontramos, una pizarra digital, mesas y sillas fijas, lo que viene a ser un aula tradicional.

2.4. Alumnado

El centro educativo cuenta con una media anual de 800 alumnos/as matriculados, la mayor parte de ellos/as distribuidos en la etapa de ESO. El 20% del alumnado es extranjero, pero presentan un buen dominio del idioma, exceptuando casos muy puntuales. En el curso actual encontramos un total de 36 grupos distribuidos en los diferentes niveles. Además, se atiende al alumnado con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE) concretamente encontramos 60 estudiantes que precisan de refuerzos pedagógicos especiales. La población estudiantil es muy heterogénea en función de las características socioeconómicas y culturales ya mencionadas, no existen problemas de discriminación por raza, lengua o religión. Los estudiantes no suelen tener graves problemas de disciplina, además, establecen relaciones de respeto con los miembros del entorno educativo. Aunque existen algunos problemas graves contra la convivencia, son reducidos. Lo que si suele ser recurrente son los problemas disciplinarios que interrumpen el normal funcionamiento de la docencia, esto suele deberse a la desmotivación que presenta gran parte del alumnado en la actualidad.

El alumnado de 4º ESO se distribuye en un total de 6 grupos, cada uno de ellos con una media de 25 alumnos/as. En este nivel educativo, encontramos una reducción de los problemas de disciplina, el alumnado de esta edad comienza a reflexionar y replantearse su futuro. El ámbito académico cobra cada vez más relevancia para ellos/as, ya que en poco tiempo tienen que decidir si continuar con el siguiente nivel de Bachillerato, realizar una Formación profesional o quizás poner fin a sus estudios.

Esta programación didáctica va dirigida a un grupo de 4º ESO, compuesto por 25 estudiantes, concretamente 15 alumnos y 10 alumnas. En el encontramos a un alumno con Trastorno del Espectro Autista (TEA) y dos alumnos que sufren escoliosis. Por norma general, este grupo tiene un buen funcionamiento en clase. A pesar de ser bastante habladores, la implicación durante las actividades es alta y todos/as el alumnado participa en igualdad de condiciones.

3. Concreción curricular

A continuación, pasaremos a ver los componentes normativos que constituyen el currículo, es decir, los Objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria, competencias clave, competencias específicas, criterios de evaluación y saberes básicos que utilizaremos en nuestra área y que queremos que nuestro alumnado desarrolle al finalizar la etapa de ESO.

3.1. Objetivos de la etapa y perfil de salida

El Decreto 30/2023, de 16 de marzo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias, establece a su vez, los Objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria definidos como *“logros que se espera que el alumnado haya alcanzado al finalizar cada una de las etapas educativas y cuya consecución está vinculada al proceso de desarrollo y adquisición de las competencias clave y de las competencias específicas de cada ámbito”*. En total, podemos contabilizar hasta 12 objetivos, a continuación, vamos a exponer los más relacionados con el área de Educación Física:

- ii. Desarrollar y consolidar **hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo** como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- iii. Valorar y **respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades** entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.
- vi. Concebir el **conocimiento científico como un saber integrado**, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- vii. Desarrollar el **espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo**, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- xi. **Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros**, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y

social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

3.2. Contribución a los objetivos de etapa

Desde la asignatura de EF, vamos a contribuir a la consecución de los objetivos de etapa a través de la práctica de actividades físico- deportivas y del contacto con los demás. Desarrollando hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual/equipo a través del trabajo cooperativo en las diferentes actividades grupales llevadas a cabo a lo largo del curso, como, por ejemplo, la unidad de aprendizaje de Acrosport (ii). Actividades llevadas a cabo siempre con conocimiento científico, desarrollando previamente una búsqueda y contrastación de información, desarrollando proyectos aplicados a la vida real con metodologías como el Aprendizaje Basado en Proyectos (vi). Todo ello, siempre acompañado del respeto de los derechos y oportunidades de todas las personas, fomentando la creación de grupos mixtos, diversos y heterogéneos (iii).

La educación física es una asignatura muy versátil que nos ayuda a trabajar aspectos de toma de decisiones, asumir responsabilidades en las diferentes actividades, llevando a cabo diferentes roles de trabajo dentro de un grupo. Todo esto unido al desarrollo de un espíritu emprendedor a través de los diferentes proyectos que el alumnado va a proponer a lo largo del curso y que deben de gestionar por ellos/as mismos/as (vii).

La práctica motriz les permitirá adquirir un gran conocimiento sobre cómo funciona su propio cuerpo y el de otros, que es recomendable realizar y que no. Además, la actividad física practicada de forma recurrente puede llegar a generar un hábito de adherencia que puedan incluir en su estilo de vida, promoviendo así el cuidado de la salud. La práctica deportiva llevada a cabo de una forma conjunta favorece el desarrollo personal y social, creando enlaces con el resto de las personas con las que compartes ese tiempo (xi). Destacar este último objetivo de etapa, ya que nuestra asignatura es de vital importancia para desarrollarlo y estará presente durante todo el desarrollo de esta programación.

3.3. Contribución a las competencias clave

Según el Decreto 30/2023 se definen como: “desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales”. Las competencias las demuestra el alumnado cuando es capaz de actuar, resolver de producir o transformar la realidad a través de las tareas que se proponen. Por tanto, se conceptualizan como un <<saber hacer>>. El artículo 4 del Decreto 30/2023 establece que a través del currículo se debe garantizar el desarrollo y la adquisición de las siguientes competencias clave en el alumnado:

Tabla 1 Concreción del desarrollo de las Competencias Clave

Concreción del desarrollo de estas competencias en nuestras clases de 4º ESO	
CCL- Competencia en Comunicación Lingüística	Dicha competencia hace referencia al correcto y adecuado uso del lenguaje, tanto escrito como oral; a poder verbalizar las distintas situaciones que se dan en la práctica de las situaciones de enseñanza- aprendizaje durante las clases. Esto, lo vamos a desarrollar sobre todo en los trabajos en grupo y actividades donde el alumnado debe exponer lo que han trabajado de forma escrita y verbal. Así mismo esta competencia nos ofrece la posibilidad de crear un lenguaje alternativo, a través del lenguaje corporal.
CP- Competencia plurilingüe	A través de la EF podemos llevar a cabo diferentes actividades que impliquen el uso de distintas lenguas, orales o signadas, utilizando los trabajos en grupo para que sean los propios alumnos/as quienes diseñen y expongan sus ideas. Creando actividades que se desarrollen con vocabulario en inglés, exposición de trabajos, introduciendo actividades de expresión corporal, coreografías o videos con lenguaje de signos, etc.
STEM- Competencia Matemática y competencia en Ciencia, Tecnología e Ingeniería	Al realizar cualquier actividad física, utilizamos cálculos mentales, ya que apreciamos distancias, trayectorias, volúmenes... estimamos velocidades, intervalos de tiempo o calculamos duraciones. En definitiva, se realizan ajustes corporales en base a variables espacio-temporales, ya que el espacio y el tiempo son conceptos cuantificables y matemáticos. En cuanto a las competencias en ciencia, tecnología e ingeniería nos referimos a la capacidad de los estudiantes para desenvolverse con autonomía en ámbitos como la ciencia, el cuidado del medio ambiente, del cuerpo, etc.

CD- Competencia Digital	Pretende desarrollar habilidades en el alumnado para buscar, procesar y comunicar información en distintos soportes, transformándola en conocimiento. Desde la asignatura de EF contribuiremos al desarrollo de esta competencia usando las tecnologías de la información y comunicación (TICS) y las tecnologías del aprendizaje y del conocimiento (TACS) para buscar información, ofreciendo páginas de consulta, aplicaciones, portales educativos, uso de la pizarra digital, etc.
CPSAA- Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender	La competencia de aprender a aprender se cultiva a través de la EF, dado que implica iniciar el proceso de aprendizaje y tener capacidad de continuar de forma autónoma. Requiere ser consciente de los conocimientos adquiridos, así como de las posibilidades y limitaciones, como punto de partida del aprendizaje motor, desarrollando un repertorio diverso que facilite su transferencia a tareas más desafiantes. Desarrollando a través del aprendizaje habilidades personales y sociales.
CC- Competencia Ciudadana	La Educación Física es un gran medio para desarrollar esta competencia, a través de nuestra materia el alumnado comprende la realidad social en la que vive, desarrolla un espíritu de cooperación, aceptando y respetando a sus iguales. Todo esto se consigue a través del juego, de la práctica cooperativa, respeto hacia las reglas, desarrollo de habilidades sociales y apreciando el valor del trabajo en grupo.
CE- Competencia Emprendedora	Implica hacer uso de la perseverancia, la responsabilidad, el conocimiento de sí mismo y, por otro lado, asumir riesgos y aprender así de los errores. La Educación Física contribuye en esta competencia desarrollándola a través de actividades que permitan al alumnado conocerse a sí mismo, formando parte activa del proceso de enseñanza- aprendizaje, creando reglas, diseñando estrategias y proyectos, buscando soluciones...
CCEC- Competencia en Conciencia y Expresiones Culturales	Esta competencia supone interactuar con el mundo que rodea al alumnado, valorando las diversas manifestaciones culturales y artísticas. Desde el área de EF podemos trabajar multitud de actividades, juegos y expresiones corporales típicas de nuestra cultura y de otras diferentes, mediante juegos tradicionales, danzas, deportes típicos de una determinada zona...

Es fundamental abordar el desarrollo y la adquisición de las competencias clave por parte de los estudiantes, así como su contribución al cumplimiento de los objetivos de las etapas educativas, desde una perspectiva interdisciplinaria y transversal. Esto implicará diseñar actividades de aprendizaje integradas que permitan progresar hacia resultados de aprendizaje más competentes.

3.4. Fundamentación curricular

El Decreto 30/2023 define las Competencias Específicas (CE) como: “*desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o situaciones de aprendizaje, cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia o ámbito*”. Por otro lado, establece que son los criterios de evaluación: “*referentes que indican los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones de aprendizaje a las que se refieren las competencias específicas de cada materia o ámbito*”. A continuación, se muestran las CE y los criterios de evaluación específicos de la etapa de 4º ESO.

Tabla 2 Competencias Específicas y Criterios de evaluación de 4º ESO

Competencias específicas	Descriptorios operativos	Criterios de evaluación	Descriptorios operativos
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias...	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	1.1 Emprender e implementar proyectos de prácticas de acondicionamiento y prácticas introyectivas, desde un enfoque saludable...	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo- motrices...	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3	2.1 Diseñar y poner en práctica retos motores diversos, con distintos grados de interacción, participación e incertidumbre...	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad...	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3	3.1 Promover y valorar diferentes situaciones motrices desde una perspectiva inclusiva y respetuosa...	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3
4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo...	CD2, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4	4.1 Poner en práctica y valorar las distintas manifestaciones motrices de la cultura canaria... 4.2 Gestionar y aplicar en proyectos los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, disfrutando con imaginación...	CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4 CD2, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4
5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable...	STEM5, CC4, CE1, CE3	5.1 Organizar, participar y evaluar situaciones motrices en entornos naturales y urbanos...	STEM5, CC4, CE1, CE3

Los saberes básicos se establecen en el Decreto 30/2023 como “conocimientos, destrezas y actitudes, que constituyen los contenidos propios de una materia o un ámbito, y cuyo aprendizaje es necesario para la adquisición de las competencias específicas”. En la siguiente tabla podemos observar los correspondientes a 4º ESO.

Tabla 3 Saberes Básicos 4º ESO

Saberes Básicos
I. Vida Saludable y gestión de la actividad física
<ol style="list-style-type: none"> 1. Organización e implementación de proyectos de acondicionamiento físico saludable. 2. Dinamización e implementación de prácticas introyectivas. 3. Prevención, cuidado y pautas de actuación seguras en prácticas motrices asociadas a la alimentación, la educación postural, los primeros auxilios o la prevención de lesiones entre otros. 4. Gestión de la actividad física con opción de empleo de herramientas digitales que enriquezcan su práctica.
II. Retos motores
<ol style="list-style-type: none"> 1. Principios para el diseño y puesta en práctica de actividades motrices asociadas a las capacidades condicionales: capacidades físicas y capacidades coordinativas. 2. Principios de participación en actividades motrices a través de desafíos individuales. 3. Principios de participación en actividades motrices a través de desafíos cooperativos. 4. Principios de participación en actividades motrices a través de desafíos de oposición. 5. Principios de participación en actividades motrices a través de desafíos de cooperación- oposición.
III. Inclusión y autorregulación emocional en las situaciones motrices
<ol style="list-style-type: none"> 1. Principios de participación, promoción y valoración de actividades motrices bajo criterios de inclusión. 2. Principios para la participación, promoción y valoración de actividades de autoconocimiento, gestión de las emociones y habilidades sociales en la actividad física.
IV. Manifestaciones motrices socioculturales
<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocimientos para el análisis, valoración y puesta en práctica actividades motrices de la cultura canaria. 2. Conocimientos para el análisis, valoración y puesta en práctica de actividades motrices de otras culturas.
V. Manifestaciones motrices expresivas
<ol style="list-style-type: none"> 1. Principios para la gestión y la práctica de actividades con finalidad artístico-expresiva. 2. Principios básicos para la gestión y la práctica de actividades con finalidad rítmico-expresiva.
VI. Desarrollo sostenible desde la motricidad en distintos entornos
<ol style="list-style-type: none"> 1. Fundamentos de organización, participación y evaluación de acciones motrices bajo criterios de sostenibilidad en entornos urbanos y naturales. 2. Principios de organización, participación y evaluación de desplazamientos a pie o sobre ruedas, a través de una movilidad sostenible y segura. 3. Principios de organización, participación y evaluación de prácticas motrices sostenibles y seguras vinculadas al tiempo libre, a una ciudadanía activa y al compromiso cívico.

Se han establecido estas 8 SA y distribuido de esta manera por diferentes razones que procedo a justificar. En primer lugar, la SA 1 referida al rugby se ha situado al inicio del curso ya que coincide con la copa del mundo de rugby y esto nos ayudará a que los estudiantes vivan más de cerca este deporte y tengan como tarea en casa la visualización de partidos. Después, la SA 2 sobre Fitness coincide con la carrera de obstáculos que realizará el alumnado como actividad complementaria. Y en lo que respecta al primer trimestre, por último, tenemos la SA 3 sobre primeros auxilios, en el mes de septiembre se celebra el día mundial de los primeros auxilios por ello, cruz roja organiza una campaña escolar para concienciar de la importancia de estos.

Después, en el segundo trimestre tenemos la SA 4 sobre béisbol esta se realiza en primer lugar debido a la complejidad del Modelo de Educación Deportiva y por si esta se alargara. La SA 5 sobre juegos tradicionales canarios y lucha canaria coincide con el mes de mayo donde el día 30 se celebra el día de Canarias. Y, por último, la SA 6 sobre Acrosport se lleva a cabo al final de trimestre ya que se realiza un festival en el centro donde todas las clases llevan preparada alguna actuación.

En el tercer trimestre la SA 7 sobre medio natural se sitúa en el primer mes antes de que suban las temperaturas. Y, por último, la SA 8 sobre expresión corporal se realiza al final cuando el alumnado ya tiene confianza entre ellos y se conocen.

A continuación, procedo a explicar de forma resumida que se va a trabajar en cada una de las Situaciones de Aprendizaje (SA) de este curso, ya que la información completa de las SA se encuentra en los anexos del trabajo.

Tabla 6 Resumen Situación de Aprendizaje N°1

SA 1: ¡CUIDADO! ¡PLACAJE! (RUGBY) Anexo 1	
CONTENIDOS	En esta unidad se trabajará el Rugby Cinta donde se sustituyen los placajes para desarrollar una actividad mucho más segura y sin contacto. Se relaciona con contenidos de juegos y deportes y valores deportivos, contemplados en los criterios 2.1 y 3.1. de 4º ESO.
METODOLOGÍA	La metodología que vamos a utilizar en esta SA es el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) y el modelo de enseñanza utilizado durante las primeras sesiones será la Enseñanza Directa (EDIR). Después, durante las sesiones se pasará a un modelo más de Investigación Grupal (IGRU) donde el alumnado debe buscar información y juntos llegar a un objetivo común que en este caso será la realización de un torneo final. Además, en la aplicación del ABP se utiliza el juego de roles, cada alumno desempeña un papel en el grupo.
COMPETENCIAS CLAVE	<p>CCL: esta CC es común y se trabaja a lo largo de todo el curso en cada una de las SA. Se ve reflejada cada vez que el alumnado debe de expresarse de forma verbal en las diferentes exposiciones, de forma escrita en los trabajos o fichas que se realizan durante las clases o a través del lenguaje corporal.</p> <p>STEM: durante el juego el alumnado debe de tener en cuenta diferentes estímulos, apreciar la trayectoria del móvil, distancias con sus rivales y compañeros, velocidades, tiempos, etc.</p> <p>CD: una de las actividades de evaluación, consiste en la visualización de un partido de rugby a través de la aplicación <i>Educanon</i>. Esta aplicación, nos permite fragmentar el video en diferentes partes y hacer preguntas para que el alumnado las conteste. Además, el alumnado debe cumplimentar en casa un cuestionario individual en <i>Google Forms</i> para realizar su autoevaluación.</p> <p>CPSAA: el trabajo de deportes colectivos permite adquirir aprendizajes técnico-tácticos y estratégicos que pueden generalizarse a muchas otras disciplinas. Este conocimiento se verá reforzado a través de la coevaluación que realizaremos en las últimas sesiones de la unidad y que le permite al alumnado captar los elementos importantes del proceso enseñanza- aprendizaje.</p> <p>CC: el alumnado debe de aprender a escuchar las ideas y opiniones de sus otros compañeros/as, aportar las suyas de forma educada e intentar crear un producto final enriquecedor para todos/as.</p> <p>CE: el ABP nos ayuda a enseñarle al alumnado el sentido de la responsabilidad, el conocimiento de sí mismo y la importancia de asumir riesgos y aprender de los errores.</p>

Tabla 7 Resumen Situación de Aprendizaje N°2

SA 2: ¡NOS PONEMOS FUERTES! (CONDICIÓN FÍSICA, FITNESS Y NUTRICIÓN) Anexo 2	
CONTENIDOS	En primer lugar, trabajaremos la condición física (calentamiento, capacidades físicas básicas, movilidad...) y salud para después, realizar un par de clases de Fitness con entrenamiento funcional y TRX. Además, profundizaremos en los conceptos más importantes de la nutrición. Esta SA se relaciona con contenidos de calentamiento, condición física, hábitos de vida y salud contemplados en el criterio 1.1 de 4º ESO.
METODOLOGÍA	<p>La metodología que vamos a utilizar principalmente en esta SA es el Aprendizaje cooperativo para la realización de los diferentes trabajos y el trabajo en clase.</p> <p>El modelo de enseñanza utilizado sobre todo en las primeras clases será Enseñanza Directiva (EDIR) donde el/la docente explica los conceptos básicos de los nuevos contenidos. Después, en el apartado de Fitness y nutrición se llevará a cabo una Investigación grupal (IGRU) ya que deben de llevar a cabo una sesión por grupos y entregar un informe de nutrición.</p>
COMPETENCIAS CLAVE	<p>CCL: el alumnado debe de realizar un video final de una sesión completa de cualquiera de las disciplinas que se han impartido durante las clases, por lo que deben de saber transmitir la información bien de forma verbal o escrita.</p> <p>STEM: al realizar cualquier ejercicio el alumnado debe ser consciente del tiempo de ejecución, del movimiento que realiza... además, deben realizar cálculos de series, repeticiones, descansos. En la parte de condición física, utilizarán aplicaciones para medir distancias, tiempos y velocidades.</p> <p>CD: unida a la competencia anterior, la creación de ese video final requiere que el alumno/a sea original a la hora de realizarlo y presentarlo.</p> <p>CPSAA: el alumnado en esta unidad desarrolla con autonomía un trabajo individual, donde debe de reflexionar y planificar como va a llevar a cabo dicha actividad, planificar su aprendizaje. Además, también como ya he comentado se realizará un trabajo en equipo que implicará la participación activa de todos los miembros.</p> <p>CC: durante el trabajo en grupo, estos deben de reunirse con anterioridad a la sesión para poner sus ideas en común, saber escuchar a los compañeros y crear entre todos un producto final favorable, que después presentar en clase.</p>

Tabla 8 Resumen Situación de Aprendizaje N°3

SA 3: "SALVANDO VIDAS" (PRIMEROS AUXILIOS) Anexo 3	
CONTENIDOS	En esta unidad de programación se desarrollarán los principales contenidos de los primeros auxilios como son: Respiración Cardio Pulmonar (RCP), transporte de heridos, maniobra de Heimlich, conducta PAS Proteger-avisar-socorrer, etc. Se relaciona con contenidos de hábitos de vida y salud como primeros auxilios y prevención de lesiones, contemplados en el criterio 1.1 de 4º ESO.
METODOLOGÍA	<p>La metodología que vamos a utilizar principalmente en esta SA es el Aprendizaje cooperativo durante la impartición de las clases y la prueba final.</p> <p>El modelo de enseñanza utilizado combina la enseñanza directiva (EDIR) en la parte inicial de las clases donde el/la docente explica conceptos más teóricos para después aplicar una enseñanza no directiva (END) donde el alumnado explora, toma decisiones y pone en práctica lo aprendido.</p>
COMPETENCIAS CLAVE	<p>CCL: durante las actividades que he comentado anteriormente se requiere de una buena comunicación de la información, en el <i>Scape Room</i> los grupos deben de entregar al finalizar una ficha con todas las respuestas a las preguntas y esto requiere de una buena expresión escrita.</p> <p>STEM: durante la realización de las maniobras es muy importante seguir el tiempo de ejecución adecuado sobre todo en la RCP para ello se requiere de cálculos mentales.</p> <p>CD: el producto final de esta unidad es un <i>Scape Room</i> que requerirá de la utilización de un dispositivo móvil para la lectura de los códigos QR y la respuesta a las preguntas. Además, otra de las actividades de evaluación consiste en la visualización de un video a través de la aplicación <i>EduCanon</i>.</p> <p>CPSAA: esta unidad de programación combina actividades individuales que fomentan el trabajo de forma autónoma tanto en casa como en clase, como actividades es grupo que trabajan valores como la tolerancia y el respeto. Además, se realizará una actividad de coevaluación por parejas, esto le permite al alumnado a ser consciente sobre su proceso de enseñanza- aprendizaje.</p> <p>CC: a través de esta SA el alumnado comprenderá una de las realidades y problemáticas sociales en la que se puede ver involucrado, aprenderá a cooperar para darle solución y actuar con coherencia.</p>

Tabla 9 Resumen Situación de Aprendizaje N°4

SA 4: ¡3...2...1... BATEA! (BEISBOL) Anexo 4	
CONTENIDOS	Beisbol como deporte alternativo a través del Modelo de Educación Deportiva, los estudiantes se dividen en equipos y dentro de estos cada uno asume un rol que debe desempeñar durante toda la experiencia deportiva, creando una identidad de grupo. Se relaciona con contenidos de juegos y deportes y valores deportivos, contemplados en los criterios 2.1 y 3.1. de 4º ESO.
METODOLOGÍA	La metodología que vamos a utilizar principalmente en esta SA es el Modelo de Educación Deportiva y ciertos días se aplica el aula invertida. El modelo de enseñanza utilizado en los primeros días de clase es la enseñanza directiva (EDIR), ya que el/la docente debe de explicar cómo llevar a cabo el MED y guiar al alumnado en el procedimiento. Después, se pasa a un Juego de roles donde cada uno de los alumnos partícipes de un equipo asumen un rol que deben de desempeñar y a un modelo de investigación grupal (IGRU) ya que ellos/as mismos deben de buscar información, trabajar en el proyecto y preparar sesiones.
COMPETENCIAS CLAVE	<p>CCL: durante toda la SA se produce un continuo intercambio de información entre el alumnado, por norma general de forma verbal. Además, algunos alumnos que desempeñen roles de preparador físico, entrenador, etc. deberán de presentar algunos informes escritos con las sesiones que hayan preparado.</p> <p>STEM: durante toda la temporada que dure la SA el alumnado debe de registrar la puntuación de los partidos, realizar cálculos de puntuación y tiempos, además, uno de los roles que pueden desempeñar es el de contable del equipo.</p> <p>CD: al aplicarse el modelo de enseñanza de IGRU los estudiantes deben de buscar información sobre el MED, los roles que desempeñen, ideas e información sobre el deporte.</p> <p>CPSAA: cada alumno/a desempeña su rol dentro del equipo de forma individual pero siempre contribuyendo a la mejora global del grupo.</p> <p>CC: gracias al MED se desarrolla una identidad de equipo que potencia el respeto entre compañeros, fomenta la tolerancia, la resolución de conflictos y el juego limpio.</p> <p>CE: el MED nos ayuda a que el alumnado desarrolle el sentido de la responsabilidad, asuma riesgos y busque soluciones ante los problemas que se presenten.</p>

Tabla 10 Resumen Situación de Aprendizaje N°5

SA 5: “VOLVIENDO AL PASADO” (JUEGOS TRADICIONALES Y DEPORTES CANARIOS) Anexo 5	
CONTENIDOS	Se debe de realizar un trabajo que consiste en presentar 3-4 juegos tradicionales de la cultura canaria, los alumnos serán quienes investiguen sobre ello, entreguen un trabajo escrito o video explicándolos y después, en grupo expongan uno de ellos en clase y lo lleven a cabo. Después de esta parte de juegos tradicionales nos introduciremos en diferentes deportes canarios, pero sobre todo en la lucha canaria. Se relaciona con contenidos canarios culturales contemplados en el criterio 4.1. de 4º ESO.
METODOLOGÍA	La metodología que vamos a utilizar principalmente en esta SA es el Aprendizaje Cooperativo y el aula invertida. El modelo de enseñanza utilizado en las sesiones de juegos tradicionales es la investigación grupal (IGRU) ya que ellos/as mismos deben de buscar información, preparar el trabajo y exponerlo. Después, en las sesiones de lucha canaria utilizaremos una enseñanza mucho más directiva (EDIR) en el inicio de las sesiones y en la parte final donde trabaja el alumnado de forma más autónoma se pasará a una enseñanza no directiva (END).
COMPETENCIAS CLAVE	CCL: durante el desarrollo de esta SA se dará intercambio de información tanto verbal (durante las clases impartidas por los alumnos) como escrita (a través de los informes). CD: para el desarrollo de las actividades de este bloque se requiere de la búsqueda de información y síntesis de esta, para después llevar a cabo los trabajos que pueden realizarse en formato <i>Word, PowerPoint</i> o video. CPSAA: esta SA combina actividades individuales de búsqueda de información que fomentan el trabajo autónomo, como actividades en grupo que trabajan valores como la tolerancia y el respeto. CCEC: el alumnado pondrá en práctica e investigará sobre diversas manifestaciones culturales y artísticas de la cultura canaria.

Tabla 11 Resumen Situación de Aprendizaje N°6

SA 6: "CONSTRUCCIONES HUMANAS" (ACROSPORT) Anexo 6	
CONTENIDOS	En el desarrollo de esta SA el/la docente propone un desafío que en este caso es la creación de una composición de AcroSPORT y el grupo debe decidir la forma de llevarlo a cabo, planificar el proceso de construcción de la coreografía, decidir qué cosas realiza cada alumno/a y presentar su proyecto. Se relaciona con contenidos de expresión corporal, contemplados en el criterio 4.2 de 4º ESO.
METODOLOGÍA	<p>La metodología que vamos a utilizar será el Aprendizaje Cooperativo.</p> <p>El modelo de enseñanza utilizado será el de investigación grupal (IGRU), el alumnado dividido en diferentes grupos trabajará de forma colaborativa para crear un producto final, investigar sobre él y las figuras que lo compondrán. Durante las clases se aplicará el Juego de roles ya que cada alumno/a debe desempeñar un papel en las construcciones.</p>
COMPETENCIAS CLAVE	<p>CCL: esta competencia se desarrolla a lo largo de todo la SA ya que el grupo debe de tener una comunicación continua durante el proceso para crear la composición final.</p> <p>STEM: al realizar las construcciones humanas ponen en práctica cálculos mentales como: apreciar y estimar intervalos de tiempo cuando los agiles se suben a las bases, velocidades y duración de las figuras.</p> <p>CD: durante esta situación de aprendizaje se debe de realizar una búsqueda de información para saber que figuras van a componer la coreografía, trabajar sobre ellas, buscar diferentes tipos de música e inspiraciones.</p> <p>CPSAA: a pesar de ser una actividad fundamentalmente grupal, durante esta SA se desarrolla un aprendizaje autónomo sobre lo que cada uno es capaz de hacer y aportar a la composición, ser consciente de que deben de mejorar, de sus posibilidades y limitaciones.</p> <p>CC: a través de este tipo de actividades grupales y de cooperación, el alumnado desarrolla habilidades sociales, ya que se ven obligados a colaborar y trabajar con respeto a sus iguales.</p>

Tabla 12 Resumen Situación de Aprendizaje N°7

SA 7: “DE VUELTA A LA NATURALEZA” (MEDIO NATURAL) Anexo 7	
CONTENIDOS	Dentro de esta SA vamos a centrarnos en el senderismo, por ello, vamos a ver cómo preparar una ruta de senderismo desde cero, diferentes formas de orientarnos en la naturaleza y la preparación de lo que debemos de llevar durante una salida. Se relaciona con contenidos de actividad física en el medio natural, contemplados en el criterio 5.1 de 4º ESO.
METODOLOGÍA	<p>La metodología que vamos a utilizar será el Aprendizaje Cooperativo y Aprendizaje basado en tareas.</p> <p>El modelo de enseñanza utilizado será el de investigación grupal (IGRU), el alumnado dividido en diferentes grupos trabajará de forma colaborativa para crear un producto final que en este caso será una ruta de senderismo que deben de llevar a cabo. Deben de investigar sobre ella, programarla y después llevarla a cabo grabándola a través de una aplicación. Durante las clases se aplicará el Juego de roles ya que cada alumno/a debe desempeñar un papel durante la ruta.</p>
COMPETENCIAS CLAVE	<p>CCL: indispensable en esta SA la comunicación verbal, cuando se realizan rutas de senderismo en grupo debe de existir una comunicación continua entre los diferentes participantes para llegar de forma correcta y segura al objetivo. Además, durante esta unidad hay que entregar un informe con la ruta que se organice y la expresión escrita por tanto también es importante.</p> <p>STEM: durante esta SA se utilizan diferentes herramientas para la creación de rutas (<i>Wikiloc, Strava...</i>) donde deben de ponerse en práctica conceptos de trayectorias, direcciones, orientación... además, durante las rutas de senderismo es necesario realizar cálculos de tiempo, kilometraje, altitud alcanzada, desnivel, etc.</p> <p>CD: como he indicado anteriormente en esta unidad se utilizan variedad de aplicaciones de registro y creación de rutas, brújulas digitales, búsqueda de información, etc.</p> <p>CPSAA: esta es una unidad ideal para poner en práctica esta competencia, durante las rutas de senderismo en grupo es muy importante el aprendizaje conjunto, ponerse de acuerdo y trabajar por un objetivo en común. Se desarrollan muchas competencias sociales, el hecho de que cada alumno desempeñe un rol hace que unos a otros se aporten en su proceso de enseñanza aprendizaje.</p> <p>CC: esta SA implica el trabajo en equipo para el desarrollo de una ruta de forma correcta, donde cada uno de los miembros pueda completarla con éxito sin sufrir ningún imprevisto. Para ello, cada miembro debe mostrar responsabilidad propia y hacia los demás.</p>

Tabla 13 Resumen Situación de Aprendizaje N°8

SA 8: “EXPRESA CON EL CUERPO” (EXPRESIÓN CORPORAL Y DANZA) Anexo 8	
CONTENIDOS	En esta SA vamos a trabajar diferentes contenidos de la expresión corporal como son: el cuerpo y el movimiento, la conciencia corporal, los sentidos, la dramatización... uniéndolo con la danza, la música, el ritmo y la creación de coreografías. Se relaciona con contenidos de expresión corporal, danza y otras culturas, contemplados en los criterios 4.1 y 4.2. de 4º ESO.
METODOLOGÍA	La metodología que vamos a utilizar será el Aprendizaje Cooperativo y el Aprendizaje basado en tareas. El modelo de enseñanza utilizado será la enseñanza directiva (EDIR), sobre todo en las primeras sesiones, el/la docente explica primero los ejercicios y como deben llevarse a cabo correctamente. Después, pasamos a una enseñanza no directiva (END), el alumnado lleva a cabo un trabajo mucho más autónomo donde explora y se autocorrige. Por último, en el bloque de danza trabajaremos con un modelo de investigación grupal (IGRU), el alumnado dividido en diferentes grupos trabajará de forma colaborativa para crear un producto final que será una coreografía.
COMPETENCIAS CLAVE	<p>CCL: esta SA ofrece una gran variedad de intercambios comunicativos, no solo el verbal en cada una de las clases sino, además, ofrece la posibilidad de crear un lenguaje alternativo a través del lenguaje corporal.</p> <p>CP: durante esta SA se realizan actividades que implican el uso de distintas lenguas o formas de comunicarse, como, por ejemplo, la mímica, el lenguaje de signos, la interpretación, etc.</p> <p>STEM: sobre todo en la parte de danza el alumnado debe de realizar ajustes corporales en base a variables espacio- temporales teniendo en cuenta la posición de sus compañeros, la música, etc. Además, deben realizar cálculos mentales en cuento a distancias, movimientos, trayectorias...</p> <p>CPSAA: en las primeras actividades el alumno debe de trabajar con autonomía en el conocimiento de su cuerpo, su control y conciencia, detectando sus fortalezas y debilidades. Después, con las actividades grupales los alumnos se retroalimentan y desinhiben aportándose conocimiento los unos a los otros. El alumnado con estas actividades aprende a conocerse a sí mismo, sus posibilidades y carencias.</p> <p>CC: este tipo de actividades ayudan a saber a convivir, a valorar la diversidad en el aula, se aprende a asumir las diferencias individuales y ajenas, etc.</p> <p>CCEC: en la parte de danza se realizan actividades previas de bailes regionales y de diferentes culturas para ayudar a la desinhibición y posterior creación de la coreografía.</p>

4. Metodología

El concepto global de “metodología” se refiere, a la forma en la que se quiere transmitir el conocimiento al alumnado. Responde a las preguntas de: ¿qué enseñar?, referida a los contenidos que se imparten; ¿cómo enseñar?, es la metodología utilizada para ello, estilos, modelos, estrategias y técnicas de enseñanza. ¿Cuándo enseñar?, se trata de la organización y temporalización del curso académico y, por último, ¿Dónde enseñar?, de los recursos e infraestructuras necesarias para ello (Cálciz, 2011).

Dicha programación sigue las recomendaciones metodológicas del Decreto 30/2023 en el que se detalla cómo debe de llevarse a cabo en esta etapa. Esta metodología apuesta por propuestas muy activas y participativas por parte del alumnado, favoreciendo sobre todo el carácter práctico y vivencial. Destacando las actividades cooperativas y colaborativas entre estudiantes para el logro y consecución de objetivos comunes que llevaran a los estudiantes a la adquisición de las competencias correspondientes.

4.1. Principios metodológicos

El Decreto 30/2023 recoge una serie de orientaciones metodológicas, describe que en esta etapa se debe buscar que los estudiantes sean el agente de su propio proceso de aprendizaje. Para ello, se debe de contextualizar los procesos cognitivos, afectivos y psicomotrices. El papel del docente cambia de transmisor de conocimientos hacia un guía/facilitador del proceso educativo. A nivel general, dicha metodología partirá del nivel previo del alumnado, siendo flexible en el proceso, persiguiendo aprendizajes significativos de una forma activa. A continuación, se exponen los principios metodológicos más destacados en relación con nuestra área y ejemplos de cómo se desarrollarán a lo largo de las unidades de programación:

- **Taxonomía de Bloom:** clasifica de forma estructurada los diferentes niveles de habilidades intelectuales y cognitivas que el estudiantado puede desarrollar y, por tanto, nos ayuda en el proceso de planificación y creación de experiencias de aprendizaje teniendo en cuenta diferentes niveles de complejidad.
- **Principios de Merrill:** directrices utilizadas para diseñar y desarrollar los diferentes entornos de aprendizaje que vemos en las situaciones de aprendizaje. Estos pretenden que todas las actividades propuestas supongan una transferencia de conocimientos al mundo real.

- **Integración curricular de los valores y los aprendizajes.** Apostar por un desarrollo completo y basado en competencias, creando así ciudadanos responsables. El deporte es una vía idónea para transmitir valores de respeto, diálogo y tolerancia, esto se verá reflejado en cada una de las SA y, sobre todo, en el Aprendizaje Cooperativo de las SA 6.
- **Evaluación integrada en el proceso de diseño y planificación de las situaciones de aprendizaje.** Asegurar una evaluación competencial del alumnado. En las unidades de programación se incluye la coevaluación, heteroevaluación y autoevaluación para que el proceso de evaluación se focalice mucho más en la evolución y no solo en el resultado final.
- **Atención a la diversidad del alumnado.** El/la docente debe de diseñar situaciones de aprendizaje garantizando el desarrollo de la competencia motriz de todos, y la atención individualizada de sus estudiantes. Durante todas las SA se contemplan medidas de inclusión, para todo aquel que necesite su beneficio.
- **Aplicación de metodologías activas.** Dando protagonismo al alumnado en su propio aprendizaje. En esta programación vemos aplicadas diferentes metodologías activas como: Aprendizaje Cooperativo, Modelo de Educación Deportiva y el Aprendizaje Basado en Proyectos.
- **Llevar a cabo actividades deportivo- recreativas en línea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).**
- **Maximizar el tiempo de compromiso motor.** Sin dejar de lado los aspectos cognitivos y emocionales de la asignatura, nuestra área es fundamentalmente procedimental. Por ello, debemos de aprovechar las sesiones para desarrollar los aspectos motrices de nuestros alumnos.

4.2. Estrategias

Las estrategias metodológicas son las diversas herramientas, procedimientos y decisiones que empleamos a lo largo del curso académico con el fin de que nuestros estudiantes puedan adquirir y desarrollar las competencias necesarias y conseguir los objetivos marcados. Son guías flexibles que nos permiten alcanzar el logro de los objetivos, por ello, dentro de las estrategias debemos de marcar los siguientes apartados:

- **Rol del docente:** papel que va a desempeñar el/la docente durante la situación de aprendizaje, por ejemplo, cuánto tiempo es el protagonista, cómo lo hace, qué hace, forma de interactuar, nivel de intervención durante las actividades, etc.
- **Rol del alumnado:** de igual manera que el/la docente, debe de quedar claro que papel tiene el alumno. Grado de autonomía durante la actividad, interacción, nivel de participación, etc.
- **Recursos didácticos:** se debe de especificar que recursos se van a utilizar, que características tienen, cómo se van a utilizar, etc.
- **Selección de tareas:** especificar por qué se han elegido esas tareas, en que secuencia se llevan a cabo...
- **Lugar:** se debe de seleccionar e indicar el lugar donde se llevará a cabo la situación de aprendizaje teniendo en cuenta sus características, espacio, material disponible, uso que se le da a dicho lugar, etc.
- **Tiempo:** a que dedica cada momento durante la actividad, por ejemplo, búsqueda de información, puesta en práctica, trabajo cooperativo, exposición...

Las estrategias metodológicas utilizadas en esta programación son diversas, dependiendo de la actividad o SA que se esté impartiendo, pero por norma general, las dos estrategias utilizadas son las siguientes:

- **Estrategias instruccionales:** en ellas el/la docente y el alumnado organizan las acciones del proceso de enseñanza aprendizaje para construir y lograr las metas previstas. Se produce un aprendizaje significativo al estar en contacto con las técnicas, las actividades y medios para asegurar la consecución de las metas de aprendizaje (Mora, 2010). Este aprendizaje construido entre el docente y el alumno se trata sobre todo en las SA de juegos y deportes (rugby, beisbol...) donde se requiere de una mayor participación por parte del profesor.
- **Estrategias participativas:** el objetivo principal es que el alumnado sea parte activa de su propio aprendizaje. Este llega a alcanzar sus metas gracias a las normas que lo guían y ayudan durante el proceso. Esta estrategia destaca en las SA 1, 2 y 5 donde es el propio alumnado quien busca información, selecciona aquella que es relevante, crea un producto que después debe de mostrar y exponer al resto.

- **Estrategias emancipativas:** se dan cuando el alumnado muestra un gran conocimiento y familiarización con los contenidos y esto permite que ellos/as tomen prácticamente todas las decisiones. Estas estrategias están asociadas a estilos de enseñanza como el descubrimiento guiado y la resolución de problemas.

4.3. Tipos de actividades

Consideramos “actividad” a cualquier experiencia o situación de enseñanza- aprendizaje que nos ayude a alcanzar un objetivo concreto y a desarrollar los contenidos de la asignatura. En esta programación, se han propuesto variedad de actividades, cada una de ellas nos ayudará a llegar a un fin concreto con nuestros estudiantes. A continuación, se expone la clasificación de las actividades diseñadas según su función:

- **Motivantes:** tienen como objetivo impulsar a los estudiantes y entrenarlos para las tareas específicas de la sesión. Estas tareas corresponden a la fase de animación o calentamiento, aunque es importante destacar que todas las actividades que conforman la sesión deben ser motivadoras para el alumnado. Un ejemplo de este tipo de actividad sería, el juego de calentamiento “Balón torre”.
- **De conocimientos previos:** estas están diseñadas para obtener información sobre el punto de partida de los estudiantes en relación con los contenidos. Conforman la parte principal de la primera sesión de una SA. Por ejemplo, en la SA 4 referida al Voleibol queda reflejado en actividades como explorar los diferentes tipos de pases con un compañero.
- **De desarrollo:** aquellas que permiten progresar hacia la consecución de los objetivos de la SA y, por tanto, producen mejoras concretas en cuanto a los contenidos que se quieren desarrollar. Todas estas se incluyen en las partes principales de las sesiones. Por ejemplo, en la SA 1 que se refiere al rugby, se pueden incluir juegos modificados para mejorar aspectos técnico-tácticos, como 3 contra 2.
- **Consolidación- síntesis- resumen:** para consolidar los objetivos y contenidos de las sesiones, es importante diseñar situaciones que ayuden a reforzarlos. Las actividades de puesta en común y de vuelta a la calma son efectivas para lograr este objetivo, ya que permiten hacer hincapié en los contenidos tratados.
- **De ampliación:** van dirigidas a aquellos estudiantes que cumplen fácilmente con los objetivos mínimos propuestos y buscan aumentar la complejidad de las tareas para lograr

un mayor desarrollo de habilidades. Por ejemplo, en la SA 2 referida a Fitness proponer variantes en los ejercicios que aumenten su complejidad.

- **De apoyo- refuerzo:** se dirigen a aquellos estudiantes que tienen dificultades para alcanzar los objetivos propuestos. En este caso, en lugar de aumentar su complejidad, se reducirá el nivel de dificultad de las habilidades de acuerdo con las posibilidades de los estudiantes.
- **Actividades de recuperación:** son aquellas actividades o tareas dirigidas a los estudiantes que no han logrado los objetivos mínimos al finalizar una SA, ofreciéndoles la oportunidad de mejorar sus resultados. Estas suelen realizarse al finalizar una unidad de programación o bien al finalizar el trimestre.
- **Actividades para no presencialidad:** también se contemplan actividades para aquellos estudiantes que no pueden asistir al centro de manera presencial. Por ejemplo, en la SA 2 referida a los contenidos de Fitness los alumnos pueden realizar circuitos de TABATAS desde casa, adaptados a sus características grabarlos en video para que el/la docente los revise.
- **Actividades para lesionados ocasionales:** estas actividades, nos sirven para dar respuesta a la totalidad del alumnado cuando nos encontramos con lesiones que no permiten la realización con normalidad de las clases. Algunos ejemplos serian: fichas relacionadas con la actividad que se está llevando a cabo en clase, lectura o visualización de videos y reglamentos de los deportes a tratar o realizar labores de ayudante del docente.

4.4. Agrupamientos

A lo largo de esta programación didáctica se plantean variedad de agrupamientos, es decir, diferentes formas de organizar al alumnado para la realización de las actividades o situaciones de aprendizaje. Concretamente los agrupamientos que se van a dar son:

- **Trabajo individual (TIND):** cada alumno de forma individual realiza la tarea o actividad propuesta. Esta forma de agrupamiento se va a dar en actividades como, por ejemplo, en la SA 1 referida al Rugby donde se plantea una tarea evaluativa de observación de un video y respuesta a un cuestionario. Se fomenta la opinión personal, lectura y reflexión.
- **Trabajo en parejas (TPAR):** grupos integrados únicamente por dos personas, aquí se pretende llegar a una confrontación y comparación de ideas.
- **Pequeños grupos (PGRU):** son grupos formados por 3-7 personas, donde se potencia la colaboración y la confrontación de ideas, funcionan muy bien cuando se distribuyen roles

para que cada miembro tenga una tarea en particular. Este tipo de agrupamiento se verá en la SA 8 referida al Acrosport, donde el producto final es la creación y puesta en escena de una composición.

- **Gran grupo:** todo el grupo al completo, esto se da sobre todo en actividades más explicativas o debates.
- **Equipos móviles o flexibles (EMOV):** día a día trabajaremos con este tipo de agrupamientos, son aquellos que se crean para una determinada actividad. Su tamaño se amolda a la situación, y su duración es desde unos minutos hasta una sesión completa.
- **Grupos heterogéneos (GHET):** siempre todas las agrupaciones que realicemos a lo largo del curso serán heterogéneas favoreciendo la inclusión. Es decir, crearemos grupos mixtos que incluirán desde alumnos que necesitan mayor ayuda en su proceso de aprendizaje hasta personas que pueden ofrecerle ayuda.

4.5. Actividades complementarias

Las actividades complementarias tienen carácter de ocio, sociocultural, deportivo y educativo. Estas se planifican y desarrollan desde el departamento de EF y quedan recogidas en la Programación General Anual del Centro. Estas propuestas son un medio excelente para el desarrollo de las competencias y, además, una forma de hacer que las familias puedan participar, así como otros sectores de la comunidad educativa (Asociación de Familias de Alumnos, ONG, Asociaciones sin ánimo de lucro, Ayuntamiento...). A continuación, se expone la propuesta de actividades para el curso 2022/23:

Tabla 14 *Actividades Complementarias del curso*

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS CURSO 2022/23	
Primer Trimestre	Carrera de obstáculos Xtrem Race
Segundo Trimestre	Visita al estadio de lucha canaria
Tercer Trimestre	Carrera de orientación
	Visita a un espectáculo de danza clásica

La primera actividad referida a la carrera de obstáculos se da durante el desarrollo de la SA 2 relacionada con la condición física y el fitness ya que tienen contenidos y objetivos en común. Después, en el segundo trimestre la visita al estadio de lucha canaria coincide con la SA 5 referida a los juegos y deportes canarios, nos servirá como actividad de ampliación de

conocimientos. En el tercer trimestre, la carrera de orientación se desarrolla durante la SA 7 de actividad física en el medio natural, donde trabajamos contenidos de orientación. Y, por último, la visita al espectáculo de danza clásica coincide con el desarrollo de la SA 8 de expresión corporal y danza, donde el alumnado construye y crea una coreografía desde cero.

Por otro lado, el centro educativo implementa los Recreos divertidos, esta actividad complementaria tiene como objetivo que todo el alumnado pueda acceder a la práctica deportiva dentro del horario de recreo. Durante estos, se organizan competiciones de diferentes deportes, el alumnado es libre de realizar su inscripción, arbitrar y conformar los equipos. Siempre habrá un profesor/ a supervisor que irá rotando cada semana entre todo el claustro de profesores.

4.6. Criterios organizativos: espacios y otros elementos necesarios

Para el buen desarrollo de las SA y sus sesiones requerimos hacer uso de las siguientes instalaciones físicas:

- El gimnasio cubierto multiusos ubicado al lado de las pistas exteriores que cuenta con unos techos altos y un espacio muy amplio para realizar actividades.
- Almacén de material interior donde se guardan los recursos materiales más grandes y pesados.
- Departamento de EF que cuenta también con un amplio almacén de material, donde se guarda sobre todo el pequeño material utilizable y manipulable,
- Zona exterior de pistas deportivas, la cual consta de dos pistas una de ellas cubierta, aremos uso de ellas en función del deporte que estemos impartiendo y sus líneas.
- Zona de recreo, esta se sitúa alrededor de todo el complejo deportivo y nos servirá para llevar a cabo actividades como, por ejemplo, la carrera de orientación.
- Edificio principal, aremos uso de él cuándo necesitemos recurrir al aula para algunas actividades más teóricas.
- Como espacios exteriores al centro educativo visitaremos el parque situado en sus cercanías para realizar algunas actividades de orientación, atletismo y senderismo.

4.7. Materiales y recursos didácticos

Para el desarrollo de las SA requerimos de diferentes recursos materiales, metodológicos y humanos para hacer llegar al alumnado los contenidos que deseamos que aprendan. En este apartado vamos a especificar los recursos con los que contamos para poder desarrollar las sesiones en cada una de las situaciones de aprendizaje:

Tabla 15 *Material y recursos didácticos*

S1: RUGBY	<p>Recursos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre el reglamento y el juego del rugby escolar - Cuestionario de video con preguntas - Cuestionario de autoevaluación - Ficha grupal de tareas para el torneo - Ficha de coevaluación por parejas <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Balones de rugby y cintas de plástico o cuerdas - Conos grandes y pequeños, aros... - Petos de colores - Pizarra tradicional y ordenador para utilizar el gestor de torneos 	S2: FITNESS	<p>Recursos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre las diferentes disciplinas que trabajaremos con ejemplos de ejercicios para realizar sus sesiones. - Cuestionario de video con preguntas nutrición - Cuestionario de autoevaluación <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Colchonetas - Gomas elásticas, TRX, mancuernas, pesas, balón medicinal... - Pizarra digital para reproducir los videos finales
S3: PRIMEROS AUXILIOS	<p>Recursos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre primeros auxilios y sus técnicas - Video introducción del <i>Scape Room</i>, <i>Genially</i> y códigos QR - Ficha de preguntas impresa para el Scape Room - Ficha de coevaluación por parejas <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Colchonetas 	S4: BEISBOL	<p>Recursos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre el reglamento y el juego del beisbol. - Presentación PowerPoint sobre el MED, roles, tareas a realizar, etc. - Cuestionario de autoevaluación <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bates, pelotas, bases o aros

	<ul style="list-style-type: none"> - Muñecos de primeros auxilios y chaleco para maniobra de Heimlich - Pizarra digital o proyector para visualizar video 		<ul style="list-style-type: none"> - El material que requiera el alumnado para llevar a cabo sus sesiones de preparación física, etc. - TRX, mancuernas, gomas, colchonetas, etc.
S5: JUEGOS TRADICIONALES Y LUCHA CANARIA	<p>Recursos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre la lucha canaria y juegos tradicionales canarios - Videos explicativos de lucha canaria y vestimenta <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los que el alumnado necesite para llevar a cabo sus sesiones de juegos tradicionales - Colchonetas 	S6: ACROSPORT	<p>Recursos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre Acrosport y ejemplos de figuras - Ficha de tareas para la coreografía final - Ficha de coevaluación - Cuestionario de autoevaluación <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Colchonetas y altavoz para reproducir la música
S7: MEDIO NATURAL	<p>Recursos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre senderismo y aplicaciones para crear y registrar rutas. - Mapas de rutas <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Teléfono móvil con conexión a internet - Mochila, brújula, agua, reloj y calzado adecuado para el terreno 	S9: EXPRESIÓN CORPORAL Y DANZA	<p>Recursos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre expresión corporal y danza - Cuestionario de autoevaluación <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reproductor de música - Colchonetas, aros, cuerdas, picas, conos, pelotas de diferentes tamaños, etc. Material muy variado para el desarrollo de los diferentes ejercicios.

5. Atención a la diversidad

Partiendo 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, establece la diversidad en las aulas como una realidad que debe de ser atendida por toda la comunidad educativa. La atención a la diversidad en los centros educativos pretende que a través de la aplicación de diferentes medidas y adaptaciones se eliminen las barreras en el aprendizaje para todo el alumnado. Atendiendo a la inclusión educativa, se deben de respetar los diferentes ritmos de aprendizaje dando respuesta a las necesidades individuales de cada estudiante, desarrollando sus potencialidades.

Concretamente, en el curso al que va dirigida esta programación, encontramos a un alumno con Trastorno del Espectro Autista (TEA), clasificado dentro de las Necesidades Educativas Especiales (NEE) que a su vez se encuentran dentro de las Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE). Según la Orden de 13 de diciembre de 2010, por la que se regula la atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo en la Comunidad Autónoma de Canarias, este alumno requerirá a lo largo de todo el curso determinadas adaptaciones, apoyos y atenciones por su condición. El alumnado que presenta TEA se caracteriza por tener las siguientes características:

- **A nivel motor**, nuestro alumno tiene dificultades para desarrollar la motricidad fina. Además, presenta torpeza motriz y una limitada coordinación, lo que le lleva a no tener bien desarrolladas sus capacidades perceptivo- motrices al mismo nivel que sus compañeros/as.
- **A nivel socio- afectivo**, muestra dificultades en la interacción social, la comunicación y el comportamiento.
- **A nivel cognitivo**, destaca por su obsesión por la rutina y el orden, a su vez, tiene centros de interés restringidos, teniendo un conocimiento amplio sobre ellos. Presenta una gran capacidad intelectual, tiene una memoria excepcional.

Por otro lado, contamos con dos alumnos con adaptaciones específicas de EF que sufren de escoliosis leve, estas no se reflejan en el currículo, pero es importante tenerlas en cuenta para el correcto desarrollo de nuestra asignatura. Se trata de una desviación lateral de la columna vertebral, muy frecuente en la población en crecimiento. Este alumnado no tiene

ninguna contraindicación para la práctica de actividad física, de hecho, teniendo en cuenta ciertas limitaciones, es recomendable realizar ejercicio junto con un adecuado tratamiento de fisioterapia.

5.1. Medidas ordinarias

Las medidas ordinarias son aquellas adaptaciones curriculares no significativas que se aplican en un momento determinado de forma normal a los estudiantes y que no modifican los elementos del currículo. Afectan sobre todo a la organización y forma de llevar a cabo las clases, respecto a los agrupamientos, métodos, técnicas, evaluación, actividades y estrategias de enseñanza- aprendizaje. A continuación, expongo las medidas que se tomarán con el alumnado anteriormente expuesto:

Tabla 16 *Medidas ordinarias*

MEDIDAS A NIVEL DE CENTRO
<ul style="list-style-type: none"> - Realizar jornadas y campañas de sensibilización sobre el TEA, fomentando así la concienciación por parte del alumnado y toda la comunidad educativa. - Propiciar un ambiente relajado en los pasillos y dependencias del centro. - Los agrupamientos deben ser flexibles y adaptados a las características del alumnado, si es necesario con apoyo de un segundo profesor. - Organizar de forma adecuada los momentos de entrada y salida del alumnado.
MEDIDAS A NIVEL DE AULA
<ul style="list-style-type: none"> - Uso de pictogramas como medio de apoyo para mostrar la rutina de la clase y la ubicación del material. - Tener flexibilidad con el horario. Organización de los espacios y recursos. - Realizar programas preventivos y de seguimiento en el Plan de acción tutorial. - Proponer actividades de refuerzo, profundización... - Trabajar con metodologías que promuevan la inclusión y adaptar el proceso de evaluación.
MEDIDAS INDIVIDUALIZADAS
<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar y aplicar programas de refuerzo para aquellos aprendizajes no adquiridos. - Realizar un plan específico para el alumno. - Utilizar la agenda visual, esto le permitirá organizarse las sesiones del día mediante dibujos, lo que dará como resultado el establecimiento de una rutina fácil de interpretar. - Trabajar con pictogramas, para que el alumno de forma gráfica sepa que tareas debe de realizar y como. - Estructurar cada actividad de forma visual y anticipar cualquier actividad que salga de la rutina diaria.

5.2. Medidas extraordinarias

Las medidas extraordinarias son aquellas adaptaciones curriculares propuestas por los equipos de orientación de los centros educativos, las cuales se aplican cuando las necesidades que presenta el estudiante no son suficientemente atendidas por los medios ordinarios. Existen tres tipos de adaptaciones curriculares, a continuación, procedo a nombrar las necesarias para nuestro alumno TEA:

- **Adaptaciones de acceso al currículo (AAC):** para facilitar la estancia en el centro educativo de nuestro alumno se incluirá personal de atención educativa complementaria, que le servirá de apoyo siempre que él lo necesite.
- **Adaptaciones curriculares (AC):** se trata de las adecuaciones del currículo a nivel de objetivos y contenidos del área de EF, además de la metodología y la evaluación.

Destacamos las siguientes:

- Modificación de los contenidos hacia tareas y actividades motivadoras para el alumno en concreto.
 - Repetición de contenidos ya trabajados anteriormente.
 - Modificación de los objetivos debido a una imposibilidad de trabajarlos al mismo nivel que el grupo.
 - Creación de grupos de enseñanza, equipos que agrupen alumnos con diferentes niveles y que de este modo se retroalimenten unos a otros.
 - Diseño de actividades con diferentes niveles de dificultad y ejecución.
 - Para un mismo contenido diseñar variedad de actividades para que existan posibilidades para todos los estudiantes.
- **Adaptaciones curriculares significativas (ACUS):** en nuestro caso no será necesario aplicar este tipo de adaptaciones que implican la posible supresión o modificación de algunos objetivos, competencias básicas, contenidos, metodología o criterios de evaluación, ya que nuestro alumno sigue bastante bien el ritmo y nivel de su clase.

5.3. Otras medidas

Para el caso de los alumnos con escoliosis procedo a nombrar las medidas que tomaremos únicamente dentro de la asignatura de EF que es la que se ve afectada:

- Limitar los ejercicios bruscos que impliquen el trabajo con grandes saltos e impactos.
- Evitar el trabajo de deportes de contacto.

- Disminuir la intensidad de ciertas actividades ya que algunos tipos de escoliosis dorsales provocan la restricción de la capacidad cardiorrespiratoria.
- Durante las clases de Acrosport evitar que estos alumnos desempeñen el rol de bases y se limiten a participar como agiles o ayudantes.
- Evitar las cargas de peso elevadas.
- Realizar trabajos preventivos de higiene postural, estiramientos y movilidad.
- Promover el trabajo del CORE para la prevención y mejora de las desalineaciones, trabajando los extensores de la columna vertebral y la musculatura abdominal
- Si en algún momento del curso alguno de los alumnos precisa de corsé y no pueda tirárselo durante la clase de EF, este alumno realizará ejercicios de estiramiento y elongaciones, así como ejercicios para mejorar su tono muscular (Del Pilar Sainz de Baranda Andújar et al., 2004).

6. Educación en valores, planes y programas

La propuesta pedagógica de EF debe posibilitar la estructuración y progresión de los conocimientos que los estudiantes deben adquirir a lo largo de su trayectoria educativa, considerando su nivel de madurez, su comprensión interna frente a distintas situaciones motrices, y la presencia de elementos que afectan de manera transversal a todos los contenidos.

6.1. Educación en valores desde la asignatura

La enseñanza de valores se trabaja en nuestra asignatura de forma transversal a lo largo de todo el curso. No hay una situación de aprendizaje específica sobre valores, sino que va implícita en cada una de ellas y se traslada al alumnado a través de la actividad física y el deporte.

Son varios los modelos de enseñanza adecuados para el desarrollo moral del alumnado y que nos van a ayudar para la transmisión de dichos valores, como son la Educación Deportiva y el Aprendizaje Cooperativo. En estos enfoques, la competición se utiliza como un medio para la educación y nunca como un fin en sí mismo. Se busca promover un uso adecuado de la competición y fomentar valores tan importantes como: el respeto hacia uno mismo y hacia los demás, el diálogo, la disciplina, la cooperación y el trabajo en equipo, lo cual puede ser una valiosa contribución de la EF.

Además, el MED nos proporciona el concepto de roles inherentes al deporte, lo que permite que los estudiantes comprendan la realidad deportiva y den los pasos en su formación, convirtiéndose en espectadores críticos y reflexivos. Por otro lado, el Aprendizaje Cooperativo ampliamente utilizado en nuestras actividades, nos ayuda a desarrollar las habilidades sociales en grupo, estableciendo niveles de progreso y utilizando estrategias que son de gran utilidad para la adquisición de valores.

6.2. Desarrollo de la comunicación lingüística

La comunicación lingüística es una competencia que se trabaja a lo largo de todo el curso implícita en cada SA y en cada actividad y tarea que se realiza con los estudiantes. Esta se orienta al correcto y adecuado uso del lenguaje en todas sus formas y manifestaciones.

En la asignatura de EF se trabaja la CCL tanto de forma verbal como escrita, pero sobre todo destaca la expresión oral durante las distintas situaciones que se dan en la práctica.

Además, esto, lo vamos a desarrollar en los trabajos en grupo y actividades donde el alumnado debe exponer lo que ha trabajado o llevar a cabo una sesión con sus compañeros de un contenido determinado como sucede en la SA Fitness. Diariamente también el docente realiza preguntas reflexivas en las clases sobre las distintas situaciones de enseñanza-aprendizaje que se crean para que el alumnado reflexiones y exprese con sus propias palabras.

En lo que respecta a la expresión escrita esta tiene su manifestación en los diferentes trabajos que el alumnado debe de presentar en formato Word o PowerPoint como sucede en la SA de juegos tradicionales canarios, en este caso el estudiante debe saber comunicar correctamente a través de un adecuado desarrollo.

Así mismo esta competencia nos ofrece la posibilidad de crear un lenguaje alternativo, a través del lenguaje corporal, este encuentra su máxima expresión en nuestras clases de expresión corporal donde el cuerpo se convierte en la herramienta fundamental de expresión y comunicación.

6.3. Integración de las TIC

En lo que respecta al uso de las TIC a lo largo de esta programación observamos diferentes SA donde se utilizan y necesitan de ellas para el correcto desarrollo de estas. Hoy en día es muy importante integrar las TIC entre nuestro contenido, estas ofrecen un amplio abanico de herramientas y recursos que sirven para enriquecer el proceso de enseñanza- aprendizaje y fomentar que las clases sean más efectivas y motivadoras. Por ello, es que se introduce el nuevo concepto de Tecnológicas del Aprendizaje y el Conocimiento (TAC), hace referencia a que todos aquellos recursos didácticos digitales orientados al proceso de enseñanza facilitan el aprendizaje tanto del docente como del alumno.

En nuestra asignatura, destacan actividades de investigación en grupo donde el alumnado debe de ampliar y buscar información sobre un determinado tema, para después realizar un trabajo sobre ello o un proyecto que deben llevar a cabo. Además, metodologías como el aula invertida nos permiten integrar diferentes recursos didácticos interactivos como es *Educanon*, aplicación que proyecta un video con preguntas sobre un determinado contenido que los alumnos deben de traer preparado a clase. También, durante las clases cuando se quiere profundizar más en un determinado contenido o ver si vamos por el buen camino utilizamos *Kahoot* o *Quizizz* para realizar preguntas en grupo.

Destaco, además, actividades novedosas como los *Scapes Room* donde proyectamos un video inicial en clase para introducir al alumnado en el contexto y después, cada alumno con su móvil debe de conseguir leer todos los códigos QR distribuidos y resolver un desafío antes que el resto de los grupos. Por otro lado, el alumnado dispone del acceso a la plataforma oficial del centro donde pueden acceder a contenido multimedia, videos, apuntes y aplicaciones para ampliar conocimiento y comprender mejor los conceptos teórico- prácticos.

Es importante destacar que el uso de las tecnologías no debe de reemplazar la actividad física de nuestras clases, sino complementarse entre sí, para ampliar el conocimiento, hacer las clases más motivantes y facilitar su desarrollo. Asegurándonos en todo momento que se hace un uso correcto, educativo y seguro de cada uno de los recursos TIC, para ello deben de implementarse medidas y fomentar las buenas prácticas. Algunas de las medidas que podemos adoptar son:

- Recibir orientación y formación sobre los peligros y riesgos en línea, contenido inapropiado, ciberacoso, etc.
- Filtrado y bloqueo de contenido en la red del centro educativo para evitar el acceso a ciertos sitios web.
- Supervisión y orientación continua durante las actividades por parte de los/las docentes y familiares.

6.4. Planes y programas del centro

Nuestro centro educativo está inscrito a la Red Canaria- InnovAS, por lo que promueve mejoras en el proceso de enseñanza- aprendizaje, a la par que implementan propuestas cada vez más innovadoras y creativas. A continuación, exponemos los ejes temáticos en los que trabaja nuestro centro y los diferentes proyectos que llevan a cabo para trabajarlos:

Comunicación Lingüística, Bibliotecas y Radios escolares

- **Radio escolar:** este proyecto lo gestionan y llevan a cabo el propio alumnado con la supervisión de algunos docentes, elaboran programas todas las semanas e incluso realizan entrevistas a profesores o miembros importantes de la comunidad educativa.
- **Club de lectura y rincón de lectura:** los estudiantes realizan diferentes actividades durante los recreos, comparten diferentes lecturas y crean debates sobre ellas. Además, el alumnado tiene libre acceso a todos los libros de la biblioteca.

- **Programa *Content and Language Integrated Learning (CLIL)*:** algunas de las materias se imparten en inglés con el objetivo del aprendizaje de contenidos, pero, además, del dominio de la segunda lengua extranjera. Existen dos grupos de 30 alumnos en cada nivel.

Cooperación para el desarrollo y la solidaridad

- **ActivaT:** proyecto de Aprendizaje Servicio cuyo objetivo es favorecer la participación del alumnado en la vida del centro y la sociedad. Existen diferentes iniciativas como ayuda a familias inmigrantes, ayudas escolares, colaboración con diferentes ONG's y asociaciones.

Promoción de la Salud y la Educación Emocional

- **Recreos divertidos:** durante los recreos se llevan a cabo partidos de diferentes deportes entre equipos formados por el alumnado de un mismo nivel. El departamento de educación física organiza el horario y cede el material, pero es el propio alumnado quien arbitra y gestiona el desarrollo de estos.

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

En el desarrollo de nuestra asignatura contribuimos principalmente al eje temático de la Red Canaria- InnovAS sobre: Promoción de la Salud y la Educación Emocional. Además de trabajar la salud cada día en cada una de las clases de EF, también contribuimos al correcto desarrollo de los Recreos divertidos. Este proyecto consiste en el desarrollo de partidos durante los recreos, concretamente de Badminton, Fútbol, Voleibol y Baloncesto. En el departamento de EF se organizan los equipos, el horario y la clasificación. Es el profesorado de EF quien entrega el material, después los alumnos arbitran y llevan su puntuación para después comunicársela a los docentes. Desde la radio escolar se retransmite la clasificación todas las semanas, de este modo el alumnado está actualizado sobre ello y, además, colaboramos con el proyecto. Por otro lado, una vez al mes le proponemos al alumnado una lectura sobre contenidos deportivos para que asistan al rincón de lectura aquellos que quieran y fomentar así la lectura de otro tipo de temáticas.

7. Evaluación del aprendizaje del alumnado

Tomando como referencia el Real Decreto 984/2021, de 16 de noviembre, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional, establece la evaluación como un fundamento para la toma de decisiones curriculares, incluyéndola como uno de los principales elementos básicos y presentándola como un factor básico para la mejora de la calidad del sistema educativo. Podemos definir la evaluación como un proceso sistemático, continuo y flexible que busca proporcionar la información necesaria para mejorar el proceso de enseñanza- aprendizaje, detectar dificultades y comprobar la consolidación de los aprendizajes.

La Orden de 3 de septiembre de 2016, por la que se regulan la evaluación y la promoción del alumnado que cursa las etapas de Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, y se establecen los requisitos para la obtención de los títulos correspondientes, en la Comunidad Autónoma de Canarias, establece que la evaluación de nuestro alumnado en la etapa de ESO debe ser continua, formativa, integradora y diferenciada en las distintas materias. Podemos ver reflejadas estas características de la siguiente manera en nuestra programación:

- **Continua:** se lleva a cabo a lo largo de todo el curso a través de las distintas tareas semanales, actividades diarias, trabajos grupales, etc. Este principio se ve reflejado en cada una de nuestras SA, como podemos ver, al alumnado no se le evalúa únicamente con un producto final, sino que debe de ir cumplimentando diferentes tareas, como, por ejemplo: videos con preguntas en casa, exposiciones en clase, entrega de trabajos, traer el material...
- **Formativa:** esta evaluación hace referencia a todo el proceso de aprendizaje de los estudiantes, desde el momento de detección de las necesidades hasta la evaluación final. Esto quiere decir que la evaluación no se centra únicamente en los resultados finales sino en todo el proceso formativo. Para ello, utilizamos diversos métodos como: evaluaciones iniciales al comienzo de cada SA, preguntas durante las clases, feedback, proyectos a desarrollar por el propio alumnado, debates y evaluaciones periódicas.
- **Integradora:** pretende evaluar el desempeño de los estudiantes de manera integral, teniendo en cuenta diferentes dimensiones, habilidades y competencias. Es decir, esta evaluación busca evaluar la capacidad del alumnado de aplicar el conocimiento de forma

efectiva en otros contextos. Esto se ve reflejado sobre todo en el Aprendizaje Basado en Proyectos y el Modelo de Educación Deportiva, donde los alumnos se sumergen en un contexto real y se enfrentan a diferentes situaciones.

Teniendo en cuenta todo lo anterior, he de destacar además que la evaluación del alumnado ha de ser global y no solo se centrará en el ámbito motriz. Debemos evaluar el ámbito cognitivo, social y afectivo, así como valorar el esfuerzo y la dedicación del alumnado en la asignatura.

7.1. Procedimientos e instrumentos de evaluación

En lo que respecta a los **tipos de evaluación** que se utilizan en esta programación son variados, esto proporciona una retroalimentación más completa y un mayor reconocimiento de las habilidades de los estudiantes. Encontramos los siguientes:

- **Heteroevaluación:** existe un evaluador externo que en este caso será el/la docente. Esto podemos verlo sobre todo en la evaluación de los productos finales de cada SA donde el/la docente utiliza rúbricas, listas de cotejo o similares para ver el desempeño del alumnado. Proporciona una perspectiva externa y experta.
- **Autoevaluación:** son los estudiantes los que evalúan su propio desempeño, a través de cuestionarios que rellenan en casa. Proporciona una perspectiva de autorreflexión y valor propio.
- **Coevaluación:** el alumnado evalúa el desempeño de sus compañeros, brindándose retroalimentación mutua. Se lleva a cabo por parejas, mientras un miembro realiza el ejercicio, juego o actividad que corresponda, el otro miembro de la pareja rellena una ficha con diferentes ítems que debe ver si se cumplen o no.

Por otro lado, en cuanto a las **técnicas de evaluación** planteadas destaco los **procedimientos observacionales** utilizados en esta programación didáctica, por un lado, la **observación directa** donde de antemano no sabemos las conductas que vamos a observar, y necesitamos, por ejemplo, del registro anecdótico donde el/la docente recaba información directamente del alumnado para su posterior calificación en una determinada actividad, como puede ser el desarrollo de un partido o una coreografía. Y, por otro lado, la **observación indirecta** donde se utilizarán diferentes herramientas para evaluar aquellas fuentes secundarias, es decir, tareas que no se producen en el mismo momento de la evaluación,

como puede ser el video final de la SA 2 sobre Fitness o trabajos escritos. Además, otras de las técnicas a destacar de esta programación son la encuestación y el análisis de documentos. Para implementar este tipo de técnicas utilizaremos las siguientes **herramientas de evaluación**:

Tabla 17 Técnicas y Herramientas de Evaluación

TÉCNICAS	HERRAMIENTAS
Observación sistemática: directa e indirecta	- Registro anecdótico - Listas de cotejo - Escalas de valoración - Rúbricas
Encuestación	- Cuestionarios de autoevaluación
Análisis de documentos	- Rúbricas - Listas de cotejo - Escalas de valoración

- **Registro de acontecimientos:** técnica de observación más objetiva, donde se utilizan plantillas para anotar datos estadísticos del ejecutor. Esta herramienta la utilizaremos para evaluar la SA 4 durante la puesta en práctica del Modelo de Educación Deportiva con Beisbol.
- **Listas de cotejo:** consisten en listas con diferentes ítems que expresan conductas positivas o negativas, secuencias de acciones, etc. Ante las cuales el examinador señala su ausencia, presencia o incluso duda. En esta programación se utilizarán varias listas de cotejo sobre todo a la hora de llevar a cabo las coevaluaciones en las SA 1, 2, 3, 4, 5 y 6.
- **Escalas de clasificación, puntuación o estimación:** son más eficientes que las anteriores, ya que el/la docente valora emitiendo un juicio. Esta herramienta se utilizará, en las SA 2 y 7 para valorar de forma objetiva los productos finales que en este caso son la realización de una clase de fitness y la creación de una ruta de senderismo.
- **Rúbricas:** son guías en forma de tabla, que nos ayudan a valorar los aprendizajes o productos realizados por el alumnado. En ellas encontramos diferentes ítems a observar y varios niveles de desempeño con una puntuación determinada. Se utilizarán, en la SA 1 referida al rugby para evaluar el campeonato final, en la SA 6 para evaluar la composición final de Acrosport y en la SA 8 para evaluar la coreografía final de danza.

Por último, los **instrumentos de evaluación** utilizados en esta programación serán los siguientes:

- **Pruebas escritas:** en esta programación didáctica no se contempla la opción de realizar exámenes escritos, pero si se llevan a cabo actividades de conocimiento como cuestionarios de autoevaluación con preguntas abiertas, test con videos donde deben de responder preguntas sobre un determinado contenido, etc.
- **Pruebas prácticas:** en estas actividades el alumnado demuestra sus habilidades y destrezas motrices adquiridas durante las clases.
- **Presentaciones y representaciones:** son todas aquellas exposiciones realizadas de forma grupal que deberán llevar a cabo para presentar sus trabajos y defenderlos ante el/la docente y sus compañeros. Como, por ejemplo, el trabajo sobre juegos tradicionales canarios donde los estudiantes deben traer preparado un juego que explicarán y desarrollarán durante la clase o la realización de la coreografía final de danza.
- **Producciones:** trabajos audiovisuales como videos, presentaciones PowerPoint o similares de cada uno de los trabajos. Por ejemplo, el video sobre una sesión de entrenamiento del bloque de Fitness.
- **Documentos:** informes escritos sobre las investigaciones grupales, como, por ejemplo, el informe de nutrición sobre un caso concreto.

7.2. Criterios de calificación

Siguiendo las indicaciones de la Orden de 3 de septiembre de 2016, por la que se regulan la evaluación y la promoción del alumnado que cursa las etapas de Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, y se establecen los requisitos para la obtención de los títulos correspondientes, en la Comunidad Autónoma de Canarias, *“la calificación de los estudiantes se expresará de forma numérica de uno a diez, sin decimales e irá acompañada de los siguientes términos”:*

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

En el currículo de EF se establecen cinco competencias específicas, concretadas en seis criterios de evaluación, la calificación del alumnado se obtendrá a partir del grado de consecución de los diferentes criterios de evaluación asociados a cada SA, que indica el nivel de desempeño a alcanzar por los/las alumnos/as. Estos desempeñan una función central, como punto de unión entre los objetivos, las competencias, los contenidos y la metodología. Los porcentajes de ponderación asociados a cada SA para sacar la calificación del alumnado son los siguientes:

Tabla 18 Evaluación. Porcentajes de ponderación

EVALUACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA 4º ESO								
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJES DE PONDERACIÓN							
	SA 1	SA 2	SA 3	SA 4	SA 5	SA 6	SA 7	SA 8
1.1		10%	10%					
2.1	10%			10%				
3.1	5%			5%				
4.1					10%			10%
4.2						10%		10%
5.1							10%	

7.3. Planes de refuerzo y evaluación

En el caso de que algún alumno/a no consiga alcanzar alguno de los criterios de evaluación a lo largo del curso, se aplicará alguna de estas medidas para ayudar a superarlos. En primer lugar, le indicaremos al estudiante que apartados le falta por entregar o tiene suspensos, ofreciéndole las siguientes opciones:

- Realizar un trabajo complementario para subir nota y llegar al suficiente.
- Recuperar las partes suspensas o no entregadas realizando el trabajo en casa y demostrando su fiabilidad a través de un video, registro en una aplicación, etc.
- Concretar un hueco durante las clases o bien recreos, antes de que finalice el curso, para evaluarse de las partes correspondientes.

8. Conclusión

A modo de conclusión quiero resaltar la importancia que tiene la programación dentro del proceso de enseñanza- aprendizaje, pues a través de ella organizamos todos los elementos del currículo de un curso escolar, en este caso del curso 2022/23, concretamente para 4º de Educación Secundaria Obligatoria en la asignatura de Educación Física. A su vez, es de vital importancia utilizar la programación como un valioso instrumento de transmisión de conocimientos, valores y principios, brindándole al alumnado una experiencia educativa completa y enriquecedora. Al mismo tiempo debe de ser un elemento muy valioso para luchar contra el sedentarismo y los malos hábitos que marca la sociedad de hoy en día, a través del fomento de un estilo de vida activo y de la práctica de actividad física fuera del centro escolar.

Por otro lado, es importante tener en cuenta la aplicación de estrategias pedagógicas innovadoras a lo largo de la programación que conviertan al alumnado en el foco principal del proceso de enseñanza- aprendizaje, que lo motiven y comprometan a participar de forma activa. Asimismo, en esta programación se incorporan enfoques interdisciplinarios que permiten integrar otras áreas y materias junto a la EF, y de este modo se enriquece mucho más todo el proceso educativo.

También, me gustaría destacar la importancia de tener presente el carácter flexible de dicha programación, ya que como dijimos en la introducción de esta, debemos adaptarnos a las distintas situaciones que nos pueden ir surgiendo a lo largo de todo el proceso educativo. Con esto quiero decir, que tanto objetivos, contenidos, criterios de evaluación, saberes básicos y situaciones de aprendizaje van a estar sujetos a posibles cambios que van a hacer que nuestra programación se vaya adaptando cada vez más al grupo de clase al que va dirigida, consiguiendo así uno de los principios básicos como es la inclusión educativa.

En resumen, esta programación didáctica está diseñada con el objetivo de crear un nuevo enfoque educativo en la materia de EF, hacer de esta asignatura algo motivante para el alumnado, aplicando metodologías innovadoras que le hagan partícipe de todo el proceso de enseñanza- aprendizaje.

9. Referencias

- Awuapara-Flores, S. (2018b). Características bio-psicosociales del adolescente. *Odontología pediátrica*. <https://doi.org/10.33738/spo.v12i2.81>
- Cálciz, A. B. (2011). Metodologías activas y aprendizaje por descubrimiento. *Revista digital innovación y experiencias educativas*, 7(40), 1-11.
- Del Pilar Sainz De Baranda Andújar, M., Medina, F. R. C., Miñarro, P. Á. L., y Rodríguez-García, P. L. (2004). Papel del profesor de educación física ante las desalineaciones de la columna vertebral. *Educación Física y Deportes / Ortopedia*, 13(1), 5-17. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=859594>
- De Medicina Del Deporte Infantojuvenil, C. N. (2018). Entrenamiento de la fuerza en niños y adolescentes: beneficios, riesgos y recomendaciones. *Archivos Argentinos De Pediatría*, 116(6). <https://doi.org/10.5546/aap.2018.s82>
- Fernández, M. L. (2010b). Importancia y elementos de la programación didáctica. *Hekademos: revista educativa digital*, 7, 5-22. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3745653.pdf>
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista chilena de pediatría*, 86(6), 436-443. <https://doi.org/10.1016/j.rchipe.2015.07.005>
- Granero-Gallegos, A., Baena-Extremera, A., Pérez-Quero, F. J., Del Mar Ortiz-Camacho, M., & Bracho-Amador, C. (2012). Analysis of motivational profiles of satisfaction and importance of physical education in high school adolescents. *Journal of Sports Science and Medicine*.
- Mora, R. S. (2010). Estrategias instruccionales para promover el aprendizaje estratégico en estudiantes del Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez. *Sapiens*.

Revista Universitaria de Investigación, 11(2), 90-112. <https://www.redalyc.org/pdf/410/41028422007.pdf>

Pastor, V. M. L., Brunicardi, D. P., Arribas, J. C. M., y Aguado, R. (2016). Los retos de la Educación Física en el Siglo XXI. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 29, 182-187. <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/5400869.pdf>

Recio, F.J.M. (2010). Instrumentos de Evaluación en Educación Física. *Innovación y Experiencias Educativas*.

Rodulfo, J. I. A. (2019). Sedentarismo, la enfermedad del siglo xxi. *Clínica e Investigación en Arteriosclerosis*, 31(5), 233-240. <https://doi.org/10.1016/j.arteri.2019.04.004>

Saldarriaga-Zambrano, P. J., Del Rosario Bravo-Cedeño, G., y Looz-Rivadeneira, M. R. (2016b). La teoría constructivista de Jean Piaget y su significación para la pedagogía contemporánea. *Dominio de las Ciencias*, 2(3), 127-137. <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/5802932.pdf>

Vélez, A. J. G., y Jiménez-Parra, J. F. (2022). Factores que influyen en la percepción del alumnado sobre la importancia de la educación física. *Sport TK*, 11, 26. <https://doi.org/10.6018/sportk.487511>

Anexos

Anexo 1

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA	
Curso: 4º ESO	
<p>Punto de partida (diagnóstico inicial de las necesidades de aprendizaje): El planteamiento de esta programación pretende responder a la necesidad que se han visto en los últimos años de introducir en la materia de EF nuevas e innovadoras metodologías que dejen de lado la enseñanza tradicional haciendo más partícipe al alumnado en el proceso de enseñanza- aprendizaje. Con ello conseguiremos aumentar la motivación entre el estudiantado y su nivel de implicación en la asignatura, proponiéndoles retos y desafíos que alcanzar en cada una de las SA, dejándoles ser el eje principal del proceso de enseñanza y dándoles la oportunidad de crear proyectos y actividades nuevas propuestas por ellos/as. Cuando llevamos a cabo un análisis de las fortalezas y debilidades del curso en el que nos encontramos, destacamos por norma general su participación en las clases y un buen nivel general en cuanto a las destrezas y habilidades físicas. Sin embargo, existen algunos alumnos/as en particular con un menor nivel de destreza debido a sus condiciones que hay que tener en cuenta. Por ello, se plantean variedad de actividades de no muy larga duración para que el nivel de frustración no sea muy elevado, donde las habilidades que se requieren no son muy elevadas, y de este modo conseguimos que todo el grupo se implique, participe y se cree un buen ambiente de grupo y cohesión.</p>	

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN			
N.º 1	TÍTULO: ¡CUIDADO! ¡PLACAJE!		
	Periodo de implementación: de la semana nº1 a la nº4 (13 septiembre- 6 octubre)	N.º de sesiones: 8	Trimestre: Primero
Descripción:	Justificación:		
En esta SA el alumnado aprenderá a trabajar con autonomía su capacidad física, perceptivo motriz y su coordinación, a través del rugby escolar como desafío de cooperación oposición. Utilizando mecanismos de percepción, decisión y ejecución adecuándolos a diferentes situaciones que se den durante el juego, a través del Aprendizaje Basado en Proyectos consiguiendo llevar a cabo un campeonato final entre todos, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia en los desafíos físicos que deben de ir superando. Durante el proceso, evaluarán el desempeño propio a través de una autoevaluación y el de sus iguales con una ficha de coevaluación por parejas. Además, se trabajará en grupos heterogéneos y mixtos fomentando la utilización de espacios de práctica físico- deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y habilidad. Penalizando aquellos comportamientos considerados como antideportivos, dándole prioridad al respeto por las reglas y desarrollando procesos de autorregulación emocional.	El ABP es una metodología activa que propone una serie de tareas para dar respuesta a una pregunta o problema planteado previamente, y que nos permite que el alumnado mediante un proceso de investigación y creación trabaje para alcanzar el producto final que en este caso es la creación de un campeonato de rugby escolar. De este modo conseguimos aumentar su motivación y favorecer su participación en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Esta SA no requiere de un gran uso de material, ni espacios y es fácil de implementar en nuestro contexto. Además, se sitúa al inicio del curso, ya que coincide con la copa del mundo de rugby y esto nos ayudará a que los estudiantes vivan más de cerca este deporte y tengan como tarea en casa la visualización de partidos.		
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS			
Código: CE.2	Descripción:		
	1. 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.		

CE.3	3. 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		DESCRIPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVES. PERFIL DE SALIDA	SABERES BÁSICOS
SEFO1CE2.1	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3		I. 4
SEFO1CE3.1	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3		II. 5 III. 1 y 2
FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	<p>METODOLOGÍAS: Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP)</p> <p>MODELOS DE ENSEÑANZA: durante las primeras sesiones será la Enseñanza Directa (EDIR), el/la docente será quien explique en que consiste la SA y de las pautas necesarias para su realización. Después, se pasará a un modelo más de Investigación Grupal (IGRU) donde el alumnado debe buscar información, poner en práctica sus conocimientos y juntos llegar al objetivo común del campeonato. Además, se utilizará el juego de roles, cada alumno desempeña un papel en el grupo para una mejor organización.</p>		
	EVALUACIÓN:		
	<p>Producto/s final/es e instrumentos: Campeonato final de rugby escolar gestionado y organizado por el propio alumnado.</p>	<p>Herramientas de evaluación</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rúbrica - Lista de cotejo: ficha de coevaluación - Cuestionario autoevaluación - Formulario de video con preguntas (Educanon) 	<p>Tipos de evaluación según el agente</p> <ul style="list-style-type: none"> - Heteroevaluación: durante el campeonato el/la docente utilizará una rúbrica para evaluar al alumnado. - Coevaluación: por parejas en una de las últimas sesiones durante la realización de un partido donde se pasará una lista de cotejo. - Autoevaluación: a través de un cuestionario que realizan en casa.
	<p>AGRUPAMIENTOS: grupos reducidos de 5-6 integrantes (PGRU) agrupaciones heterogéneas (GHET) y mixtas, para trabajar la coeducación, estos se mantendrán fijos durante toda la actividad. Los equipos los realizan ellos/as mismos/as, dejando claro que nadie puede quedar fuera fomentando la inclusión de todos los estudiantes. Cada miembro del grupo debe de asumir un rol para una participación más equitativa y mejor organizada (portavoz, secretario, moderador, gestor del orden y tiempo...).</p>		
	<p>ESPACIOS: el primer día de clase necesitaremos un aula con recursos TIC para realizar la presentación de la SA y explicar el ABP. Durante el resto de las clases utilizaremos o bien las pistas exteriores o el pabellón, ya que se dedicarán a la práctica.</p>		
<p>RECURSOS: los recursos didácticos que necesitamos para el desarrollo de esta SA son:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre el reglamento y el juego del rugby escolar subidos a la plataforma del instituto - Formulario de video con preguntas en la aplicación Educanon para evaluar el progreso durante la SA - Cuestionario de autoevaluación - Ficha grupal de tareas para el torneo donde el alumnado irá anotando todo lo necesario para el campeonato - Ficha de coevaluación por parejas. <p>En cuanto a materiales, necesitaremos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pizarra digital o proyector: para la primera clase en el aula que será explicativa y organizativa. - Los días siguientes: balones de rugby, cintas de plástico o cuerdas, conos grandes y pequeños, aros, petos de colores, pizarra tradicional y ordenador para utilizar la aplicación de gestor de torneos. 			
<p>Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Esta SA plantea por grupos para fomentar la cooperación, promoviendo la solidaridad y la responsabilidad hacia los demás y hacia un mismo fin. El deporte siempre es un gran medio para trabajar valores como la disciplina, perseverancia, respeto, etc. 			

- Elegimos un deporte de cooperación- oposición para trabajar durante su desarrollo el juego limpio y el respeto a las normas y a los/las compañeros/as.
- Utilizaremos diferentes recursos TIC's durante el desarrollo de la primera sesión explicativa y, después, en el resto de las clases cuando el alumnado deba buscar información para el desarrollo del campeonato, realice el formulario en Educanon y trabaje con el gestor de torneos.

Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro

- Al tratarse de una metodología innovadora se propondrá a la Radio Escolar del centro que algunos alumnos junto con el/la docente vayan a hablar y contar la experiencia del campeonato de rugby escolar y como se ha desarrollado.
- El/la docente subirá una lista a la plataforma de la asignatura con varias lecturas y videos/documentales sobre el rugby para aportar al Plan lector.
- Durante esta Unidad de programación se trabaja la coeducación con la creación de grupos mixtos y el trabajo durante las clases de la igualdad, respeto y tolerancia.
- Respecto a los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 hay que destacar que se trabajan varios de ellos: 3. Salud y bienestar, 4. Educación de calidad, 5. Igualdad de género, 16. Paz, justicia e instituciones sólidas y 17. Alianzas para lograr objetivos.

Actividades complementarias y extraescolares

- Como actividad extraescolar se propone la participación en la Radio escolar para la realización de una entrevista por la tarde donde se explique el ABP como he comentado anteriormente.
- Como actividad complementaria se propone la inclusión del rugby escolar dentro de los recreos divertidos.

Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos

- Esta SA está vinculada a otras materias como la tecnología e informática debido al uso de diferentes medios para buscar información, uso de aplicaciones, visualización de videos, etc.
- También a matemáticas, ya que el rugby nos da la oportunidad de aplicar conceptos matemáticos como el análisis de estadísticas de juego, puntuación, porcentajes, etc.

Referentes:

<https://ferugby.es/rugby-escolar#:~:text=El%20Rugby%20Cinta%20constituye%20una,dentro%20de%20su%20entorno%20escolar.>
<http://ferugby.es/reglamento-de-rugby-escolar>
<https://www.efdeportes.com/efd113/rugby-tag-como-propuesta-de-ensenanza-en-educacion-fisica.htm>

Anexo 2

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN			
N.º 2	TÍTULO: ¡NOS PONEMOS FUERTES!		
	Periodo de implementación: de la semana nº5 a la nº13 (11 octubre- 29 noviembre)	N.º de sesiones: 15	Trimestre: Primero
Descripción: En esta SA el alumnado aprenderá a realizar prácticas de acondicionamiento físico, prácticas introyectivas e iniciativas de prevención desde un enfoque de salud, trabajando la condición física, el fitness y la nutrición. El objetivo es llegar a conseguir que el alumnado cree por sus propios medios una sesión grupal de entrenamiento, así como un informe de nutrición, para exponerlo de forma original en clase utilizando aplicaciones digitales y recursos que lo faciliten. Consiguiendo de esta manera que el alumnado incorpore estas actividades a su estilo de vida, creando conciencia sobre los beneficios del ejercicio, sentido de la responsabilidad y actitud cívica.		Justificación: El trabajo de la condición física con nuestros alumnos asienta los conocimientos más básicos del ejercicio, como son el calentamiento, las capacidades físicas básicas, etc. Además, el mundo del Fitness, el cuidado físico-mental-social y la salud está en auge en estos últimos años, aprovechando esta tendencia, realizo esta propuesta práctica para enseñarle a los alumnos las últimas novedades, como son el entrenamiento funcional y el TRX o entrenamiento en suspensión. Destacar, que el desarrollo de esta SA 2 sobre Fitness coincide con la carrera de obstáculos que realizará el alumnado como actividad complementaria. Esto nos sirve para preparar al alumnado físicamente, pero sobre todo para concienciarle de la importancia del entrenamiento de fuerza en la prevención de lesiones y de la importancia de su práctica regular para mejorar la funcionalidad y la calidad de vida. Utilizamos el Aprendizaje cooperativo para que el alumnado sea partícipe del proceso de enseñanza- aprendizaje, que ellos mismos busquen información sobre un determinado tema y sean capaces de explicar los conocimientos a sus compañeros. De este modo conseguiremos un grupo mucho más implicado en la actividad.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS			
Código: CE. 1	Descripción: 1. 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.		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		DESCRIPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVES. PERFIL DE SALIDA	
SEFO1CE1.1.		CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	
		I. 1, 2, 3, 4 II. 1 y 2	
METODOLOGÍAS: Aprendizaje cooperativo y Aprendizaje Basado en tareas. Modelo de enseñanza: durante las primeras clases se utilizará sobre todo una Enseñanza Directiva (EDIR) donde el/la docente explica los conceptos básicos de los nuevos contenidos y establece que es lo que se debe de hacer. Después, a partir de la clase cinco se llevará a cabo una Investigación grupal (IGRU), ya que los estudiantes por grupos deben de llevar a cabo una búsqueda de información y creación de una pequeña sesión sobre un determinado tema que se elegirá el primer día. Además, se utilizará el juego de roles, cada alumno desempeña un papel en el grupo para una mejor organización.			
EVALUACIÓN:			
Producto/s final/es e instrumentos: Sesión de entrenamiento por grupos de una de las disciplinas impartidas en clase.		Herramientas de evaluación - Escala de puntuación: evaluación final - Lista de cotejo: ficha de coevaluación - Cuestionario autoevaluación	Tipos de evaluación según el agente - Heteroevaluación: el/la docente utilizará una escala de puntuación para evaluar al alumnado durante su sesión de entrenamiento final y su informe de nutrición. - Coevaluación: por parejas en una de las últimas sesiones se evaluarán mutuamente comprobando que ejecutan correctamente los ejercicios, etc.

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	Autoevaluación: a través de un cuestionario que realizan en casa
	AGRUPAMIENTOS: para el desarrollo de los trabajos y las exposiciones en clase crearemos grupos reducidos de 5 integrantes como máximo (PGRU), agrupaciones heterogéneas (GHET) y mixtas. Durante el resto de las actividades se plantean agrupamientos muy variados, desde trabajo individual (TIND), por parejas (TPAR) como por ejemplo en las tareas de resistencia con el uso de aplicaciones, trabajos en gran grupo como durante el calentamiento y también equipos móviles y flexibles para actividades puntuales (EMOV).
	ESPACIOS: <ul style="list-style-type: none"> - Para el primer día de clase necesitaremos un aula con recursos TIC, ya que se trata de una sesión explicativa/organizativa en la que el/la docente realizará una evaluación inicial, dará una pequeña clase teórica y se organizarán los grupos y temáticas. - La segunda clase se llevará a cabo en el parque de al lado del centro escolar para impartir contenidos de resistencia y uso de aplicaciones móviles. - El resto de las clases las realizaremos en el pabellón multiusos a no ser que el alumnado solicite otras instalaciones para sus clases.
	RECURSOS: los recursos didácticos necesarios para este bloque son: <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre las diferentes disciplinas que trabajaremos con ejemplos de ejercicios para realizar sus sesiones (Nutrición, TRX, entrenamiento funcional...) - Kahoot evaluación inicial - Cuestionario de video con preguntas para el apartado de nutrición - Cuestionario de autoevaluación - Ficha de coevaluación por parejas Materiales: <ul style="list-style-type: none"> - Colchonetas - Gomas elásticas, TRX, mancuernas, pesas, balón medicinal... - Pizarra digital o proyector - Móvil para utilizar aplicación de Strava
	Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores: <ul style="list-style-type: none"> - El Aprendizaje cooperativo es la metodología idónea para desarrollar ciertos valores de compromiso, solidaridad y tolerancia. El objetivo grupal se consigue si y solo si el estudiante se compromete con el resto del grupo, se organizan de una forma correcta, aprenden a comunicarse y son capaces de respetar las ideas de los compañeros. - A lo largo de esta SA utilizaremos diferentes recursos TIC's como es la aplicación Strava que enseña a los alumnos a registrar recorridos, distancias, tiempos y velocidades. Realizaremos de nuevo un formulario con la aplicación Educanon visualizando diferentes ejercicios donde el alumnado debe de corregir si se ejecuta bien o no. Y, además, el producto final podrá entregarse en formato video donde los estudiantes pueden innovar y presentar una propuesta más creativa.
	Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro <ul style="list-style-type: none"> - El/la docente subirá una lista a la plataforma de la asignatura con varias lecturas y videos/documentales sobre entrenamiento y últimas tendencias para promover el Plan lector. - Durante esta Unidad de programación se trabaja la coeducación con la creación de grupos mixtos y el trabajo durante las clases de la igualdad, respeto y tolerancia. - Respecto a los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 hay que destacar que se trabajan varios de ellos: 3. Salud y bienestar, 4. Educación de calidad, 5. Igualdad de género, 16. Paz, justicia e instituciones sólidas y 17. Alianzas para lograr objetivos.
Actividades complementarias y extraescolares	
Durante el desarrollo de esta SA se llevará a cabo una carrera de obstáculos como actividad complementaria (ya que se lleva a cabo durante el horario escolar). Esta carrera la organizan en el municipio de al lado, por lo que será necesario el desplazamiento en autobús. Es una carrera de un recorrido total de 5km donde los estudiantes compiten de forma grupal representando al centro escolar. A lo largo de estos 5km el alumnado debe de superar diferentes obstáculos (pudiéndose ayudar) como, por ejemplo: muros, alambradas, cargas de neumático, pirámides, anillas, etc.	
Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos	
Esta SA está vinculada a materias como la biología, ya que al inicio cuando trabajamos el bloque de condición física y nutrición hablamos de las funciones vitales, el funcionamiento del corazón, la nutrición y procesos metabólicos. Además, también trabajamos la prevención de lesiones y, por tanto, la localización de la musculatura y su funcionamiento.	

CONCRECIÓN. SECUENCIA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDAD: 1	TÍTULO: NOS ORGANIZAMOS	ACTIVACIÓN
---------------------	--------------------------------	-------------------

DESCRIPCIÓN: esta primera actividad durará tan solo una sesión, realizaremos una clase organizativa/explicativa para iniciar la SA y esta se llevará a cabo en un aula con recursos TIC.

- En primer lugar, llevaremos a cabo una evaluación inicial a través de un Kahoot, el objetivo es averiguar de que punto partimos en cuanto a conocimientos sobre condición física, fitness y nutrición.
- Después, en función de los resultados obtenidos en la evaluación procederemos a resolver dudas e introducir ciertos aspectos teóricos importantes como son: Calentamiento y sus partes, por qué es importante calentar, características generales de las capacidades físicas básicas, pirámide de alimentos y aspectos básicos sobre nutrición.
- Después, se presentará un PowerPoint donde se refleje como se debe de realizar el Aprendizaje Cooperativo, cuánto dura la SA, en que va a consistir y como se les va a evaluar.
- Por último, se expondrán las diferentes temáticas sobre las que deben trabajar los grupos y se crearan los mismos.

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
CE 1	Actividad diseñada para el proceso de activación e iniciación del modelaje, no se evalúa ningún criterio de evaluación.	I. 1, 2, 3, 4 II. 1 y 2	Actividad diseñada para el proceso de activación e iniciación del modelaje, no se evalúa ningún criterio de evaluación.	No hay evaluación, es una actividad de modelaje.		

Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Evaluación inicial, creación de grupos y distribución de temáticas.	No hay evaluación.	Para la realización de la evaluación inicial trabajaremos en parejas (TPAR). Para el resto de actividades se crearán pequeños grupos de máximo 5 personas (PGRU), heterogéneos (GHET) y mixtos.	1	<ul style="list-style-type: none"> - Pizarra digital o proyector - PowerPoint explicativo - Dispositivos móviles 	Aula con recursos TIC	La evaluación inicial se llevará a cabo por parejas para que aquellos/as alumnos/as con un menor nivel se retroalimenten de sus compañeros y que en el caso del alumno TEA si encuentra alguna dificultad en cuanto al uso del móvil se ayude con su compañero.

ACTIVIDAD: 2	TÍTULO: REFRESCAMOS CONCEPTOS	DEMOSTRACIÓN
---------------------	--------------------------------------	---------------------

DESCRIPCIÓN: en esta segunda parte de la SA nos dedicaremos a refrescar conocimientos de años anteriores e introduciremos algunos conceptos nuevos sobre condición física y nutrición. Será el/la docente quien dirija estas primeras clases para después dejar a los alumnos que creen las suyas propias. Esta actividad consistirá en tres clases distribuidas de la siguiente manera:

- Segunda clase: se llevará a cabo en el parque de al lado del centro escolar, donde trabajaremos en primer lugar, el calentamiento, su importancia y las partes que lo componen (activación, movilidad...). Para después, introducir la parte de resistencia que la desarrollaremos con el uso de la aplicación Strava, el alumnado realizará un recorrido que deberá de grabar con dicha aplicación y después, comentaremos los datos de distancia, velocidad... relacionándolo con los contenidos teóricos.
- Tercera clase: esta se desarrollará en el pabellón donde trabajaremos el apartado de movilidad y fuerza orientado hacia la prevención de lesiones. Tras una pequeña explicación teórica en la pizarra, el/la docente procederá a enseñar una batería de ejercicios que los alumnos ejecutarán y corregirán entre sí.
- Cuarta clase: se llevará a cabo en el aula, ya que trataremos aspectos sobre nutrición. En esta sesión repasaremos la pirámide de alimentos de forma grupal, construyéndola entre todos en la pizarra. Para después seguir con una parte algo más teórica sobre nutrientes, procesos metabólicos, dietas... Y, por último, aprenderemos a usar la aplicación MyFitnessPal para que el alumnado la tenga como referencia a la hora de realizar su trabajo sobre nutrición.

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
CE 1	Actividad diseñada para el proceso de demostración, no se evalúa	I. 1, 2, 3, 4 II. 1 y 2	Actividad diseñada para el proceso de			

	ningún criterio de evaluación todavía.		demostración, no se evalúa ningún criterio de evaluación todavía.	No hay evaluación, es una actividad de modelaje.		
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Refrescar conocimientos de otros años y aprender a utilizar la aplicación Strava y MyFitnessPal	No hay evaluación.	<ul style="list-style-type: none"> - Trabajo individual (TIND) - Trabajo por parejas (TPAR) - Gran grupo - Equipos móviles para ciertas actividades espontaneas (EMOV) 	3	<ul style="list-style-type: none"> - Teléfonos móviles - Gomas elásticas - Colchonetas - Pizarra tradicional 	<ul style="list-style-type: none"> - Primera clase en el parque de al lado - Pabellón 	<ul style="list-style-type: none"> - Avisar previamente alumno TEA del traslado al parque en la primera clase. Realizar pictograma con los pasos a seguir. - El recorrido y uso de la aplicación se realizará por grupos para que aquellos alumnos que presenten dificultades puedan retroalimentarse y ayudarse. - Al alumnado con escoliosis simplemente se les indicará que el recorrido que hagan corriendo sea a una menor intensidad o distancia en función de lo que puedan tolerar.
ACTIVIDAD: 3		TÍTULO: AHORA OS TOCA A VOSOTR@S			APLICACIÓN	
<p>DESCRIPCIÓN: en esta tercera parte de la SA serán los alumnos quienes lleven a cabo las sesiones prácticas. Tras la parte introductoria explicada anteriormente y dirigida en gran parte por el/la docente, le toca al alumnado poner en práctica el Aprendizaje Cooperativo, deben de buscar información sobre un determinado tema y diseñar una sesión que llevarán a cabo con sus compañeros. La clase debe estar compuesta de una breve presentación teórica y después, la puesta en práctica. En total son 5 grupos de 5 alumnos y las temáticas a elegir son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grupo 1: Calentamiento y flexibilidad - Grupo 2: Capacidades físicas básicas- Resistencia - Grupo 3: Capacidades física básicas- Fuerza - Grupo 4: Capacidades física básicas- Velocidad - Grupo 5: Nutrición <p>La evaluación de este apartado será llevada a cabo por el/la docente a través de una lista de cotejo, donde se reflejen diferentes ítems que deben de estar presentes en el trabajo.</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
CE 1	SEFO1CE1.1.	I. 1,2,3,4 II. 1 y 2	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	Observación directa	Escala de puntuación.	Realización y exposición de una clase practica
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Clase práctica grupal sobre una determinada temática	Heteroevaluación	Pequeños grupos de máximo 5 personas (PGRU), heterogéneos (GHET) y mixtos.	5	Aquellos que necesite el grupo de trabajo para llevar a cabo su sesión. Estos deben de avisarse previamente para tenerlos preparados.	Por norma general se realizarán las clases en el pabellón a no ser que el alumnado que exponga requiera de otros espacios.	<ul style="list-style-type: none"> - Agrupaciones heterogéneas para que el alumno TEA pueda realizar el trabajo y la exposición sin tanta dificultad y en el caso de presentar algún problema tenga el apoyo del resto.
ACTIVIDAD: 4		TÍTULO: ¡Y... AHORA EN CASA!			INTEGRACIÓN / METACOGNICIÓN	

DESCRIPCIÓN: en estas últimas seis sesiones nos centraremos en contenidos más relacionados con el Fitness, concretamente en la parte de entrenamiento funcional y TRX. Ambos son entrenamientos de fuerza que están en pleno auge y que nos sirven para introducirle al alumnado contenido motivante y novedoso. Las dos primeras clases serán dirigidas por el/la docente, este enseñará una gran batería de ejercicios de ambas disciplinas, a la par que explica los beneficios de este tipo de entrenamientos. El objetivo principal de estas dos primeras clases es enseñarle al alumnado la técnica correcta de los ejercicios y que aprendan variedad de estos. Después, las dos clases siguientes se utilizarán para avanzar en el producto final de esta SA que es la creación de una sesión de entrenamiento de una de estas dos disciplinas que debe presentarse o bien en formato video (mayor nota) o presentarla en clase en formato PowerPoint o similar.

Durante la penúltima clase realizaremos una coevaluación, por parejas mientras un miembro ejecuta una batería de ejercicios que elegirá el/la docente el otro miembro debe de observar y completar una lista de cotejo con una serie de ítems a observar.

La última sesión se realizará en clase en un aula con recursos TIC donde los 5 grupos puedan hacer su exposición o bien mostrar los videos de sus sesiones de entrenamiento.

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
CE 1	SEFO1CE1.1.	I. 1,2,3,4 II. 1 y 2	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	Observación indirecta (docente) Coevaluación por parejas (alumnado)	Escala de puntuación Lista de cotejo	<ul style="list-style-type: none"> - Video o PPT de una sesión de entrenamiento - Visualización de una batería de ejercicios
Productos	Tipos de evaluación según el agente	Agrupamientos	Sesiones	Recursos	Espacios	Observaciones
Video o PPT de una sesión de entrenamiento de TRX o entrenamiento funcional	Heteroevaluación	Pequeños grupos de máximo 5 personas (PGRU), heterogéneos (GHET) y mixtos.	6	<ul style="list-style-type: none"> - TRX - Gomas elásticas, balón medicinal, mancuernas y colchonetas - Pizarra digital o proyector 	Las clases prácticas se llevarán a cabo en el pabellón y la exposición de trabajos en un aula con recursos TIC.	En cuanto a los alumnos con escoliosis en el entrenamiento de fuerza, no tomaremos grandes medidas ya que esta recomendado que ejerciten la espalda. Simplemente en aquellos ejercicios donde sientan molestias podemos buscar otra variable o sustituirlo por otro ejercicio diferente.

ACTIVIDADES DE AMPLIACIÓN Y REFUERZO

Actividades de ampliación para alumnos aprobados:

- Realizar durante una semana varios entrenamientos de los que han aprendido en clase y recapitarlos en forma de video o diario con fotos dando una opinión personal y reflexión sobre ellos.
- Lecturas o visualización de documentales sobre entrenamiento.

Actividades de refuerzo para alumnos con baja nota o suspensos:

- Trabajo sobre una modalidad del Fitness o entrenamiento diferente a las que hemos dado en clase, donde nos hable de: ¿Qué es? ¿Dónde surgió? ¿Qué capacidades trabaja? ¿Qué necesitamos para llevarlo a cabo? Y una opinión personal sobre ello. El trabajo sumará más nota en el caso de que el alumno aporte contenido gráfico del mismo llevando a cabo ese entrenamiento.

Anexo 3

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN			
N.º 3	TÍTULO: "SALVANDO VIDAS"		
	Periodo de implementación: de la semana nº13 a la nº16 (1 diciembre- 22 diciembre)	N.º de sesiones: 6	Trimestre: Primero
Descripción: En esta SA el alumnado aprenderá a desarrollar y trabajar en iniciativas relacionadas con la prevención, cuidado y pautas de actuación seguras en prácticas asociadas a los primeros auxilios, a través de diferentes actividades de aprendizaje de las principales maniobras finalizando con un Scape Room sobre primeros auxilios para conocer y saberlas poner en práctica con responsabilidad y conciencia.		Justificación: conocer las principales maniobras de primeros auxilios y las pautas a seguir en una situación de emergencia pueden marcar la diferencia entre la vida y la muerte. Por ello, se plantea esta SA para enseñar al estudiantado como responder de forma adecuada ante lesiones, accidentes, atragantamientos... Además, la enseñanza de primeros auxilios implica la promoción de valores como la solidaridad, el respeto y la responsabilidad ciudadana. Con esta SA, los estudiantes aprenden a trabajar en equipo por un bien común ante una situación de emergencia, desarrollando habilidades de liderazgo y empatía. He de destacar también que en el mes de septiembre se celebra el día mundial de los primeros auxilios por ello, a lo largo de los siguientes meses cruz roja organiza una campaña escolar para concienciar de la importancia de estos y visitará el centro uno de los días.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS			
Código: CE. 1	Descripción: 1. 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.		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		DESCRIPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVES. PERFIL DE SALIDA	SABERES BÁSICOS
SEFO1CE1.1.		CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	I. 3 y 4 II. 3
METODOLOGÍAS: Aprendizaje cooperativo durante la impartición de las clases y la prueba final. MODELOS DE ENSEÑANZA: combina la enseñanza directiva (EDIR) en la parte inicial de las clases donde el/la docente explica conceptos más teóricos para después aplicar una enseñanza no directiva (END) donde el alumnado explora, toma decisiones y pone en práctica lo aprendido.			
EVALUACIÓN:			
Producto/s final/es e instrumentos: Scape Room sobre primeros auxilios por grupos, donde deberán de contestar y completar todos los retos propuestos en la aplicación, y entregarle a él/la docente una ficha escrita con diferentes preguntas donde se les evaluará.		Herramientas de evaluación: <ul style="list-style-type: none"> - Lista de cotejo para la coevaluación - Ficha de preguntas Scape Room 	Tipos de evaluación según el agente <ul style="list-style-type: none"> - Coevaluación: por parejas mientras un miembro ejecuta las maniobras el otro observará y evaluará. - Heteroevaluación: se evaluará la superación de todas las pruebas en el Scape Room y la ficha de preguntas.
AGRUPAMIENTOS: para el desarrollo del Scape Room crearemos grupos reducidos de 4 integrantes como máximo (PGRU), agrupaciones heterogéneas (GHET) y mixtas. Durante el desarrollo de las clases trabajaremos mucho en Gran grupo y con equipos móviles y flexibles (EMOV).			
ESPACIOS: las cinco primeras clases se impartirán en el pabellón. Y, el último día se llevará a cabo el Scape Room y para ello, en primer lugar, haremos uso de un aula con recursos TIC para proyectar un video y después, los códigos QR estarán dispersos por el pabellón, pistas exteriores y toda la zona de alrededor.			

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	<ul style="list-style-type: none"> - RECURSOS: en lo que respecta a recursos didácticos necesitaremos: - Apuntes sobre primeros auxilios y sus técnicas. - Video introductorio del Scape Room, cuestionario con las preguntas y pruebas. - Códigos QR - Ficha de preguntas impresa para el Scape Room - Ficha de coevaluación por parejas <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Colchonetas - Muñecos de primeros auxilios y chaleco para maniobra de Heimlich - Pizarra digital o proyector para visualizar video - Teléfono móvil
	<p>Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Educación emocional y valores: la enseñanza de los primeros auxilios promueve entre el alumnado valores como la solidaridad, el respeto y la responsabilidad. - Habilidades sociales y responsabilidad ciudadana: Con esta SA, los estudiantes aprenden a trabajar en equipo por un bien común ante una situación de emergencia, desarrollando habilidades de liderazgo y empatía. - Comunicación audiovisual y TIC: el planteamiento del Scape Room nos permite introducir el uso de las TIC en la SA, desde el inicio planteado a través de un video, como su desarrollo con la lectura de los códigos QR a través del teléfono móvil del alumnado.
	<p>Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro</p> <ul style="list-style-type: none"> - Esta SA la enmarcamos dentro del proyecto ActivaT que incluimos dentro del área de Cooperación para el desarrollo y la solidaridad de la Red Canaria InnovAs, ya que contamos con la participación de Cruz Roja uno de los días de clase. Esto fomenta la participación del alumnado en la vida del centro y la sociedad. - Respecto a los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 hay que destacar que se trabajan varios de ellos: 3. Salud y bienestar, 4. Educación de calidad, 5. Igualdad de género, 16. Paz, justicia e instituciones sólidas y 17. Alianzas para lograr objetivos.
	Actividades complementarias y extraescolares
<p>Como actividad complementaria destacamos la visita de la Asociación de Cruz Roja al centro uno de los días que impartimos clase para explicarles ellos mismos como trabajan en situaciones de emergencia, ante accidentes, etc. Concienciarles sobre la importancia de los primeros auxilios y ponerles ejemplos y videos reales.</p>	
Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos	
<p>Esta SA está vinculada a materias como la biología, ya que trabajamos con el cuerpo humano, localizando diferentes partes de este para llevar a cabo las maniobras y también aprendemos a controlar las constantes vitales.</p>	

Anexo 4

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN			
N.º 4	TÍTULO: ¡3...2...1... BATEA!		
	Periodo de implementación: de la semana nº18 a la nº21 (10 enero-2 febrero)	N.º de sesiones: 9	Trimestre: Segundo
<p>Descripción: En esta SA el alumnado experimentará una temporada a pequeña escala de Beisbol, este diseñará actividades y entrenamientos preparatorios, para después, ponerlos en práctica durante el juego con diferentes grados de dificultad y así aprender a adaptar su capacidad física, perceptivo motriz y su coordinación, a través del Modelo de Educación Deportiva consiguiendo llevar a cabo una liga interna entre todo el alumnado, donde cada uno de ellos desempeña un rol diferente (arbitro, entrenador, capitán, preparador físico...) para finalmente concluir con un campeonato y entrega de premios.</p> <p>Por otro lado, destacar, que el trabajo por equipos permitirá el desarrollo de habilidades sociales y la promoción de la inclusión, el deporte es un gran medio para desarrollar valores de respeto y tolerancia hacia las diferencias individuales y las normas establecidas.</p>		<p>Justificación: En esta SA se plantea un MED a pequeña escala, ya que no disponemos de más sesiones para alargarlo, pero si nos sirve para trabajar la idea inicial. El planteamiento del MED permite alcanzar el desarrollo integral de los estudiantes, para ellos supone una actividad más motivante, ya que desempeñan un rol dentro del equipo y, por tanto, tienen un objetivo que cumplir. Además, este modelo nos permite crear un entorno deportivo mucho más contextualizado a la práctica real. Se llevará a cabo una pequeña pretemporada, de unas 3 sesiones donde los alumnos desempeñarán el papel de preparadores físicos y podrán aplicar los conocimientos de la SA 2 sobre Fitness y entrenamiento. Después, se realizará la temporada regular de 4 clases donde se llevarán a cabo los partidos (rol de capitán, árbitros y entrenadores) y, por último, la fase final y festividad que durará dos clases donde se disputará el campeonato final para después realizar una entrega de premios etc.</p> <p>Además, utilizamos también la metodología de aula invertida, ya que el/la docente colgará en la plataforma de la asignatura videos y ejemplos de sesiones de preparación física, entrenamientos, etc. Para que a los alumnos les sirva como referencia para traerlas preparadas a clase.</p>	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS			
Código:	Descripción:		
CE.2	2. 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.		
CE.3	3. 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		DESCRIPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVES. PERFIL DE SALIDA	
SEFO1CE2.1		CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3	
SEFO1CE3.1		CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3	
<p>METODOLOGÍAS: Modelo de Educación Deportiva (MED) y Aula invertida.</p> <p>MODELOS DE ENSEÑANZA: los primeros días de clase destaca una enseñanza más directiva (EDIR), ya que el/la docente debe de explicar cómo llevar a cabo el MED y guiar al alumnado en el procedimiento. Después, se pasa a un Juego de roles donde cada uno de los alumnos partícipes de un equipo asumen un rol que deben de desempeñar y a un modelo de investigación grupal (IGRU), ya que ellos/as mismos deben de buscar información, trabajar en el proyecto y preparar sesiones de entrenamiento durante la pretemporada y la temporada.</p>			
EVALUACIÓN:			
Producto/s final/es e instrumentos: Liga interna de Beisbol gestionada por el propio alumnado.		Herramientas de evaluación	Tipos de evaluación según el agente

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA		<ul style="list-style-type: none"> - Registro de acontecimientos: plantilla para anotar datos sobre el desarrollo de pretemporada, temporada y fase final. - Lista de cotejo: donde el/la docente anota si el alumnado trae el material necesario, si ha preparado su parte correspondiente, implicación, etc. - Cuestionario de autoevaluación 	<ul style="list-style-type: none"> - Autoevaluación: a través de un cuestionario en casa - Heteroevaluación: el/la docente evaluará durante todo el proceso de liga interna al alumnado, su implicación, entrega de tareas, etc.
	AGRUPAMIENTOS: dividiremos la clase en tres equipos, por tanto, serán pequeños grupos (PGRU) de unas 8 personas, ya que para jugar al beisbol necesitamos que sean como mínimo de ese número, serán equipos homogéneos (GHET) y mixtos.		
	ESPACIOS: Las primeras clases de pretemporada donde se va a llevar "la preparación física" se realizarán en el pabellón, después, cuando comience la temporada de partidos necesitaremos de las pistas exteriores para una mayor amplitud y espacio.		
	RECURSOS: Recursos didácticos:		
	<ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre el reglamento y el juego del beisbol. - Presentación PowerPoint sobre el MED, roles, tareas a realizar, etc. Que se expondrá en el primer día de clase antes de comenzar. - Cuestionario de autoevaluación en casa. 		
	Materiales:		
	<ul style="list-style-type: none"> - Bates, pelotas, bases o aros - El material que requiera el alumnado para llevar a cabo sus sesiones de preparación física, etc. - TRX, mancuernas, gomas, colchonetas, etc. 		
Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores:			
<ul style="list-style-type: none"> - Trabajamos la educación para la ciudadanía, ya que a través del MED el alumnado aprende a desempeñar ciertas profesiones como es la de preparador físico, arbitro o entrenador. Y, así, tenemos la oportunidad de darle visibilidad a ese tipo de salidas profesionales quizás menos valoradas y conocidas. - Como siempre el deporte y el trabajo en equipo nos sirve para desarrollar valores de responsabilidad, habilidades sociales y tolerancia. - Respecto a los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 hay que destacar que se trabajan varios de ellos: 3. Salud y bienestar, 4. Educación de calidad, 5. Igualdad de género, 16. Paz, justicia e instituciones sólidas y 17. Alianzas para lograr objetivos. 			
Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro:			
<ul style="list-style-type: none"> - Se propone un programa para la radio escolar donde los alumnos asistan a contar su experiencia con el MED y para explicar en qué consiste cada una de las profesiones y papeles que desempeñan. También sería interesante que los propios alumnos/as explicaran que pasos hay que seguir para llegar a ser preparador físico, entrenador de una disciplina, etc. 			
Actividades complementarias y extraescolares			
El beisbol podría proponerse para formar parte de los recreos divertidos y, por tanto, ser una actividad complementaria, ya que es un deporte fácil de jugar y que al alumnado le motiva llevar a cabo.			
Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos			
Esta SA está vinculada a la rama de Ciencias del deporte, dándole visibilidad a ciertas salidas profesionales de esta área, trabajando principios científicos aplicados al deporte, como la preparación física y la prevención de lesiones. También, se relaciona con la salud y la educación para la salud, áreas centradas en promover hábitos de vida saludables.			
Referentes:			
GUTIÉRREZ DÍAZ DEL CAMPO, D., et al. Aplicación del modelo de Educación Deportiva en segundo de Educación Primaria: percepciones del alumnado y el profesorado. <i>Cuadernos de Psicología del Deporte</i> , 2014, vol. 14, no 2, p. 131-144.			

Anexo 5

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN			
N.º 5	TÍTULO: "VOLVIENDO AL PASADO"		
Período de implementación: de la semana nº 22 a la nº26 (7 febrero-28 febrero)	N.º de sesiones: 5	Trimestre: Segundo	
Descripción: En esta SA el alumnado aprenderá y pondrá en práctica manifestaciones motrices de la cultura canaria, a través de un trabajo sobre juegos tradicionales canarios y la lucha canaria para favorecer la conservación de la cultura, mediante procesos reflexivos y recursos expresivos que ofrece el cuerpo y el movimiento. Además, con la práctica de lucha canaria favorecemos la participación en actividades motrices de oposición.		Justificación: La concienciación y el trabajo en el instituto sobre diferentes aspectos culturales hace que los adolescentes tiendan a implicarse más en sus raíces, debemos intentar que los estudiantes valoren su cultura y todo aquello que les rodea y hace característicos. En el caso de los juegos tradicionales, se aplica el Aprendizaje Cooperativo para que los propios alumnos a través de la investigación grupal busquen y pregunten información a sus más allegados, que indaguen en cómo se jugaba por entonces e incluso puedan aportar material gráfico o instrumentos antiguos. Después, en la parte de lucha canaria se dan unas pequeñas pinceladas sobre ella debido a la visita que realizarán a un estadio de lucha canaria. Se aplica el aula invertida y ya que en la primera sesión de lucha canaria deben de traer visto de casa una serie de videos que explican cómo se lleva a cabo y se valorará aquellos alumnos que intenten imitar o traer un vestuario parecido. Destacar que el desarrollo de esta SA coincide con el mes donde se celebra el día de Canarias y por ello, se ha situado en este momento temporal.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS			
Código: CE 4	Descripción: 4. 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
SEFO1CE4.1.		CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4	II.4 IV.1
METODOLOGÍAS: Aprendizaje Cooperativo y Aula Invertida. MODELO DE ENSEÑANZA: en la primera sesión de juegos tradicionales donde el alumnado debe exponer su juego tradicional se trabaja a través de la investigación grupal (IGRU) ya que ellos/as mismos deben de buscar información, preparar el trabajo y exponerlo. Después, en las sesiones de lucha canaria utilizaremos una enseñanza mucho más directiva (EDIR) en el inicio de las sesiones y en la parte final donde trabaja el alumnado de forma más autónoma se pasará a una enseñanza no directiva (END).			
EVALUACIÓN:			
Producto/s final/es e instrumentos: Exposición y trabajo de juegos tradicionales canarios.		Herramientas de evaluación <ul style="list-style-type: none"> - Lista de cotejo para evaluar el trabajo final de juegos tradicionales - Cuestionario Educanon prueba de conocimiento sobre lucha canaria. 	Tipos de evaluación según el agente Heteroevaluación: el/la docente evalúa el trabajo final y su exposición

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	AGRUPAMIENTOS: grupos reducidos de 5 integrantes como máximo (PGRU), agrupaciones heterogéneas (GHET) y mixtas.
	ESPACIOS: Todas las clases se llevarán a cabo en el pabellón, tanto las de juegos tradicionales como lucha canaria. Uno de los días se realiza una excursión a un estadio de lucha canaria.
	RECURSOS: Recursos didácticos: <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre la lucha canaria y juegos tradicionales canarios - Videos explicativos de lucha canaria y vestimenta Materiales: <ul style="list-style-type: none"> - Los que el alumnado necesite para llevar a cabo sus sesiones de juegos tradicionales - Colchonetas
	Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores: <ul style="list-style-type: none"> - Gracias a esta SA trabajamos el valor cultural y la preservación de la tradición, hacemos que el alumnado vuelva a sus raíces, pregunte a sus familiares más longevos y se impliquen por la cultura que les rodea. Esto favorece al desarrollo de valores ciudadanos como el respeto y la responsabilidad cívica. - Uso de las TICs para la búsqueda de información para el trabajo grupal y para la visualización de los videos sobre lucha canaria. - La lucha canaria nos facilita transmitir valores de respeto, hacia los adversarios, árbitros, jueces... también, lealtad, honor y camarería.
	Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro: <ul style="list-style-type: none"> - Para trabajar el eje temático sobre Cooperación para el desarrollo y la solidaridad se ha acordado con una de las asociaciones de lucha canaria del municipio visitar el estadio y que nos enseñen como entrenan y recaudan fondos para que la lucha canaria no se pierda. Los estudiantes podrán colaborar con la asociación e inscribirse a ella si lo desean. - Respecto a los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 hay que destacar que se trabajan varios de ellos: 3. Salud y bienestar, 4. Educación de calidad, 5. Igualdad de género, 16. Paz, justicia e instituciones sólidas y 17. Alianzas para lograr objetivos.
Actividades complementarias y extraescolares	
Como actividad complementaria se realizará una visita a un estadio de lucha canaria junto con una asociación que lucha para que este deporte perdure y no quede en el olvido. El alumnado pasará allí toda una mañana realizando diferentes actividades.	
Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos	
Esta SA está vinculada a la asignatura de historia ya que en esta ocasión hacemos que el alumnado se remonte al pasado, busque fuentes de información e indague para encontrar vestigios sobre juegos tradicionales y cultura canaria.	

Anexo 6

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN		
N.º 6	TÍTULO: "CONSTRUCCIONES HUMANAS"	
Periodo de implementación: de la semana nº26 a la nº32 (2 marzo-11 abril)	N.º de sesiones: 10	Trimestre: Segundo
Descripción: En esta SA el alumnado aprenderá a gestionar de forma cooperativa y a llevar a cabo proyectos sobre los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento a través de la creación de una composición final de Acrosport para poner en práctica su imaginación y creatividad y así enriquecer su desarrollo personal y social.	Justificación: Para esta SA se ha elegido como metodología el Aprendizaje Cooperativo ya que es idóneo para crear dicho objetivo final. El alumnado debe de ayudarse mutuamente para lograr una meta común, que se conseguirá si y solo si trabajan en concordancia y de forma organizada. Este tipo de trabajo requiere de planificación, interacción y coordinación por lo que el alumnado aprende a trabajar en equipo y aportar de forma individual. Entre ellos/as podrán motivarse, aconsejarse, proponer ideas, ayudarse y corregirse para llegar al objetivo común. Además, a final de este trimestre el centro organiza un festival donde cada grupo de clase puede realizar una actuación y desde el departamento de EF hemos decidido que se lleven a cabo allí las mejores de cada curso.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		
Código: CE 4	Descripción: 4. 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
SEFO1CE4.2.	CD2, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4	II.3 V.1
	METODOLOGÍAS: Aprendizaje Cooperativo. MODELOS DE ENSEÑANZA: será el de investigación grupal (IGRU), el alumnado dividido en diferentes grupos trabajará de forma colaborativa para crear un producto final, investigar sobre él y las figuras que lo compondrán. Durante las clases se aplicará el Juego de roles ya que cada alumno/a debe desempeñar un papel en las construcciones.	
	EVALUACIÓN:	
	Producto/s final/es e instrumentos: Creación de una composición final grupal.	Herramientas de evaluación <ul style="list-style-type: none"> - Rúbrica para evaluar la composición final - Lista de cotejo para realizar la coevaluación de los compañeros - Cuestionario para autoevaluación - Ficha diaria que van completando el alumnado.
AGRUPAMIENTOS: se crearán pequeños grupos heterogéneos (PGRU) de máximo 6-7 personas, estos serán fijos durante toda la actividad. Los equipos los van a formar los propios alumnos/as dejando claro que nadie puede quedar fuera, de este modo nos aseguramos de que el ambiente de trabajo es bueno y les damos autonomía en la elección. Respecto a los roles ellos/as mismos deben de elegir quienes serán: portores, ágiles, ayudantes y observadores, en función de las características del grupo.		

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	ESPACIOS: el espacio idóneo para trabajar el Acrosport es un tatami, como no disponemos de él, se puede realizar en el pabellón utilizando colchonetas para cubrir el suelo.
	RECURSOS: como recursos didácticos tenemos: <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre Acrosport y ejemplos de figuras dobles, triples, grupales... - Ficha de tareas para la coreografía final, en ella se encuentran todos los apartados que debe tener la composición grupal, el alumnado irá marcando los que van completando. - Ficha de coevaluación - Cuestionario de autoevaluación
	Materiales: <ul style="list-style-type: none"> - Colchonetas para formar el tatami - Altavoz o equipo de música - Dispositivo con acceso a internet para buscar información
	Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores: <ul style="list-style-type: none"> - A través del Acrosport podemos transmitirles a nuestros estudiantes la importancia de trabajar en equipo, tanto para su presente como para su futuro laboral. Este deporte requiere que sus participantes trabajen de forma coordinada y sincronizada, trabajando la comunicación y la confianza entre ellos/as. - Responsabilidad, cada miembro del equipo tiene un papel esencial a desempeñar (ágil, ayuda, bases...) esto fomenta la responsabilidad individual fundamental para alcanzar el éxito como equipo. - Superación personal, la acrogimnasia se presenta como un desafío para el alumnado, hace que este salga de su zona de confort y tenga que superar sus propios límites. - Se utilizarán los recursos TIC para buscar la música que formara parte de la composición, la vestimenta, así como originales y diferentes figuras que llevar a cabo.
Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro <ul style="list-style-type: none"> - Esta actividad aporta dentro del eje temático del Plan InnovAS canarias sobre promoción de la salud, ya que este tipo de actividades donde se trabaja la fuerza con el propio peso corporal son muy recomendables para los adolescentes. El escaso trabajo de la fuerza en estas edades desemboca en un desarrollo frágil de la densidad mineral ósea por lo que hay que prevenirlo a toda costa. - Respecto a los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 hay que destacar que se trabajan varios de ellos: 3. Salud y bienestar, 4. Educación de calidad, 5. Igualdad de género, 16. Paz, justicia e instituciones sólidas y 17. Alianzas para lograr objetivos. 	
Actividades complementarias y extraescolares	
Se llevará a cabo al final de trimestre como actividad complementaria, a lo largo de una mañana, un festival en el centro donde todas las clases deben llevar preparada algún tipo de actuación. Por lo que el departamento de EF propondrá las mejores composiciones de Acrosport para que se lleven a cabo allí.	
Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos	
Al tratarse de una composición artístico- expresiva trabajamos las áreas/materias de música y plástica, ya que le pedimos al alumnado que creen busquen una música y la editen ellos/as mismos/as y, además, se valora en la nota final la creatividad de un buen vestuario e incluso para la actividad complementaria del festival pueden crear y construir decorado que vaya acorde a la composición.	
Referentes:	
https://efdeportes.com/efd196/unidad-didactica-en-secundaria-acrosport.htm	

Anexo 7

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN			
N.º 7	TÍTULO: "DE VUELTA A LA NATURALEZA"		
	Periodo de implementación: de la semana nº32 a la nº 37 (13 abril-18 mayo)	N.º de sesiones: 11	Trimestre: Tercero
Descripción: En esta SA el alumnado aprenderá a organizar, participar y evaluar situaciones motrices en entornos naturales y urbanos a través de rutas de senderismo y actividades de orientación en la naturaleza para disfrutar de una forma sostenible, preservando la salud, el bienestar emocional y el medio ambiente. Destacando la importancia que tiene adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable. En estas rutas de senderismo deben de aplicarse medidas de seguridad individuales y colectivas.		Justificación: Para trabajar el medio natural en este curso he elegido como contenido el senderismo, ya que es una actividad fácil de realizar, que no requiere de grandes habilidades y que nos asegura que todo el alumnado va a poder completar y participar de forma activa. Es la SA 7 ya que se ubica en el periodo de abril-mayo donde las temperaturas aun no son muy elevadas y las condiciones climáticas nos permitan salir al exterior. Además, una de las metodologías utilizadas será el Aprendizaje cooperativo sobre todo durante la creación de rutas y la realización de los trabajos, para que el alumnado vaya acostumbrándose a que durante las rutas deben realizar un trabajo en equipo donde cada uno desempeñe un papel con el objetivo de llegar al destino marcado.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS			
Código:	Descripción:		
CE 5	5. 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
SEFO1CE5.1		STEM5, CC4, CE1, CE3	VI.1,2,3
METODOLOGÍAS: Aprendizaje Cooperativo y Aprendizaje basado en tareas. MODELO DE ENSEÑANZA: será el de investigación grupal (IGRU), el alumnado dividido en diferentes grupos trabajará de forma colaborativa para crear un producto final que en este caso será una ruta de senderismo que deben de llevar a cabo. Deben de investigar sobre ella, programarla y después llevarla a cabo grabándola a través de una aplicación. Durante las clases de senderismo se aplicará el Juego de roles ya que cada alumno/a debe desempeñar un papel durante la ruta. En las actividades de orientación iniciales, de uso de aplicaciones, preparación de la ruta... se utilizará una enseñanza más directiva (EDIR) y se aplicará el aprendizaje basado en tareas.			
EVALUACIÓN:			
Producto/s final/es e instrumentos: ruta de senderismo grupal. Tras buscar información sobre ella y sus características, deben de programarla y después llevarla a cabo grabándola a través de una aplicación.		Herramientas de evaluación - Escala de puntuación: para evaluar la ruta de senderismo con su informe final - Cuestionario de autoevaluación	Tipos de evaluación según el agente - Heteroevaluación: será el/la docente quien valore la ruta final de senderismo junto con su informe - Autoevaluación: a través de un cuestionario individual
AGRUPAMIENTOS: - Ciertas actividades sobre el uso de aplicaciones y creaciones de ruta iniciales se realizarán de forma individual (TIND) - En las clases iniciales trabajaremos mucho con equipos móviles y flexibles para actividades puntuales (EMOV)			

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	<ul style="list-style-type: none"> - Y, para el desarrollo de la ruta final fijaremos grupos reducidos de 5 integrantes (PGRU), heterogéneos (GHET) y mixtos.
	<p>ESPACIOS: las primeras sesiones sobre uso de aplicaciones y creaciones de ruta se realizarán en un aula con recursos TIC. El resto de las actividades se llevarán a cabo en las pistas exteriores y alrededores. Y, por último, las dos salidas que haremos, una de ellas será al parque situado al lado del centro, pero la otra será a las montañas más cercanas al instituto para practicar en vivo una ruta de senderismo.</p>
	<p>RECURSOS: los recursos didácticos que necesitaremos son:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre senderismo y aplicaciones para crear y registrar rutas. - Mapas de rutas <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Teléfono móvil con conexión a internet - Mochila, brújula, agua, reloj y calzado adecuado para el terreno
	<p>Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Respeto por la naturaleza y conciencia ambiental, los trabajos de medio natural y en este caso el senderismo, promueve el respeto y cuidado por la naturaleza. Gracias a estas actividades conseguimos que el alumnado aprenda a apreciar sus entornos naturales más cercanos y a tomar conciencia sobre la importancia de conservarlos. - Trabajo en equipo, es esencial trabajar este aspecto para que una ruta de senderismo finalice con éxito. A pesar de que cada alumno desempeña un rol en concreto, durante las caminatas estos deben colaborar y alcanzar metas comunes. - Conexión con la cultura e historia, muchos lugares por donde pasan rutas senderistas tienen un trasfondo histórico- cultural importante, esto nos puede servir para aprender hechos importantes sobre la localidad. - Se introduce el uso de las TIC mediante el uso de aplicaciones de registro y creación de rutas.
	<p>Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se propone realizar un programa de radio escolar que hable sobre la importancia del medio ambiente y la sostenibilidad, así como de la importancia de cuidar el patrimonio local y sus entornos naturales. - Promoción de la salud, este tipo de actividades fomentan la actividad física, al tratarse de actividades con poca dificultad entran dentro de las posibilidades de cualquiera que quiera realizarlas. - Respecto a los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 hay que destacar que se trabajan varios de ellos: 3. Salud y bienestar, 4. Educación de calidad, 5. Igualdad de género, 16. Paz, justicia e instituciones sólidas y 17. Alianzas para lograr objetivos.
Actividades complementarias y extraescolares	
<p>Como actividad complementaria a esta SA destacamos una de las salidas a la montaña que realizaremos una mañana para llevar a cabo una ruta de senderismo con todas sus características, para que así les sea más fácil al alumnado realizar el trabajo final.</p>	
Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos	
<ul style="list-style-type: none"> - Historia: realizar rutas de senderismo por diferentes entornos locales nos da la oportunidad de introducir conceptos históricos y culturales de la región. - Geografía: este tipo de actividades puede ayudar a los estudiantes a aprender sobre topografía, ríos, montañas y otros elementos geográficos. - Ciencias naturales y biología: el senderismo nos da la oportunidad de enseñarles a los alumnos sobre flora y fauna local. 	
Referentes:	
<p>https://www.oposinet.com/wp-content/uploads/2017/10/UD-Senderismo-4ºESO-Mar%C3%ADa.pdf</p>	

Anexo 8

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN			
N.º 8	TÍTULO: EXPRESA CON EL CUERPO		
	Periodo de implementación: de la semana nº39 a la nº44 (23 mayo-15 junio)	N.º de sesiones: 10	Trimestre: Tercero
Descripción: En esta SA el alumnado aprenderá a gestionar y aplicar en proyectos y actividades los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento a través del trabajo de la expresión corporal y la danza para enriquecer su creatividad, desarrollo personal y social. Además, pondrá en práctica distintas manifestaciones motrices de otras culturas favoreciendo su conservación a través de la danza.		Justificación: Esta SA se lleva a cabo al final del curso cuando el alumnado ya tiene suficiente confianza entre ellos/as, ya que este tipo de actividades donde deben desinhibirse y expresar les cuesta bastante. Es importante dar los contenidos de expresión corporal en el instituto ya que ayuda a los/las estudiantes a desarrollar habilidades comunicativas, saber expresarse correctamente y transmitir ideas de forma clara. Por otro lado, también les enseña a tener un mayor autoconocimiento lo que contribuye a un mayor desarrollo personal y mayor conciencia. A través de la danza y la expresión corporal desarrollan su creatividad y expresión artística, les brinda la oportunidad para transmitir con su propio estilo y lenguaje corporal.	
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS			
Código: CE 4	Descripción: 4. 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
SEFO1CE4.1 SEFO1CE4.2		CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4 CD2, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4	IV.2 V.2
METODOLOGÍAS: Aprendizaje Cooperativo y el Aprendizaje basado en tareas. El modelo de enseñanza utilizado será la enseñanza directiva (EDIR), sobre todo en las primeras sesiones, el/la docente explica primero los ejercicios y como deben llevarse a cabo correctamente. Después, pasamos a una enseñanza no directiva (END), el alumnado lleva a cabo un trabajo mucho más autónomo donde explora y se autocorrige. Por último, en el bloque de danza trabajaremos con un modelo de investigación grupal (IGRU), el alumnado dividido en diferentes grupos trabajará de forma colaborativa para crear un producto final que será una coreografía.			
EVALUACIÓN:			
Producto/s final/es e instrumentos: Coreografía final grupal.		Herramientas de evaluación <ul style="list-style-type: none"> - Trabajo escrito: individual con un resumen de los mejores ejercicios de expresión corporal, con fotos. - Rúbrica - Cuestionario de autoevaluación 	Tipos de evaluación según el agente <ul style="list-style-type: none"> - Heteroevaluación: el/la docente evaluará, por un lado, el trabajo escrito de expresión corporal y la coreografía final grupal a través de una rúbrica. - Autoevaluación: de forma individual el alumnado rellena un cuestionario sobre su propio desempeño
AGRUPAMIENTOS: durante las clases de expresión corporal al tratarse de una gran variedad de ejercicios utilizaremos sobre todo equipos móviles y flexibles (EMOV), pero también habrá actividades de trabajo individual (TIND), trabajo por parejas (TPAR) y trabajo en gran grupo.			

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	Para la parte de danza, realizaremos pequeños grupos (PGRU), heterogéneos (GHET) y mixtos ya que deben de crear una coreografía y presentarla.
	ESPACIOS: todas las actividades se llevarán a cabo en el pabellón cubierto.
	RECURSOS: los recursos didácticos que necesitaremos son: <ul style="list-style-type: none"> - Apuntes sobre expresión corporal y danza - Cuestionario de autoevaluación Materiales: material muy variado para el desarrollo de los diferentes ejercicios. <ul style="list-style-type: none"> - Reproductor de música - Colchonetas, aros, cuerdas, picas, conos, pelotas de diferentes tamaños, etc.
	Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores: <ul style="list-style-type: none"> - A través de la expresión corporal y la danza trabajamos elementos transversales como la expresión emocional, la conciencia corporal y el desarrollo físico y la salud. Son actividades muy completas que ayudan al alumnado a explorar y comunicar sus emociones a través del cuerpo y el movimiento. El alumnado trabaja y reconoce sus emociones, aprende a expresarlas y controlarlas. - Desarrollo de la creatividad, se anima al alumnado a crear sus propias representaciones, dando rienda suelta a su imaginación y proponiendo ideas innovadoras. - Se trabaja con herramientas TIC sobre todo en el apartado de danza donde deben de trabajar con la música, la búsqueda de información y la creación de una coreografía.
	Programas, Planes y ejes temáticos del Proyecto Educativo del Centro <ul style="list-style-type: none"> - Esta SA trabaja dentro del eje de la promoción de la salud y la Educación Emocional, se realizan diferentes actividades sobre conciencia emocional, círculo de las emociones, mindfulness, meditación, etc. para que el alumnado aprenda a gestionarse a ellos/as mismos y a sus compañeros. - Respecto a los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 hay que destacar que se trabajan varios de ellos: 3. Salud y bienestar, 4. Educación de calidad, 5. Igualdad de género, 16. Paz, justicia e instituciones sólidas y 17. Alianzas para lograr objetivos.
Actividades complementarias y extraescolares	
Actividad complementaria: durante una mañana se realizará una visita a un espectáculo de danza clásica llevado a cabo en un teatro del mismo municipio.	
Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos	
<ul style="list-style-type: none"> - Música: a lo largo de esta SA el alumnado aprende de forma muy básica a entender la música, sus partes, intensidad y a crear una coreografía en base a ella. - Lengua y literatura: los estudiantes a través de las diferentes actividades de expresión corporal crean su propio lenguaje corporal, además, realizamos diferentes actividades de lenguaje de signos, expresión de las emociones de obras o poemas, etc. 	

