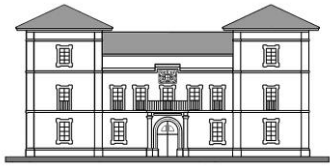
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROGRAMACIÓN 4º E.S.O.



IES BERNALDO DE QUIRÓS
MIERES DEL CAMÍN
CURSO ACADÉMICO 2026-2027

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN 3

2. MARCO NORMATIVO..... 4

3. PRIORIDADES ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO EDUCATIVO DE CENTRO. 4

4. RELACIÓN ENTRE LAS COMPETENCIAS Y LOS OBJETIVOS DE ETAPA..... 5

5. CONCRECIÓN DEL NIVEL DE ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS POR CURSOS..... 6

6. CARACTERÍSTICAS PROPIAS DE LA MATERIA.....10

7. ORGANIZACIÓN, TEMPORALIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN. 11

8. INSTRUMENTOS, PROCEDIMIENTOS Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN. 21

9. METODOLOGÍA.....30

10. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES. 31

11. PROGRAMAS DE REFUERZO Y PROPUESTA DE ACTIVIDADES PARA LA RECUPERACIÓN Y LA EVALUACIÓN DE MATERIAS PENDIENTES.....33

12. RECURSOS DIDÁCTICOS Y MATERIALES CURRICULARES.....35

13. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.....36

14. PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE.....37

15. PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS ACORDADOS, RELACIONADOS CON EL DESARROLLO DEL CURRÍCULO. 38

1. INTRODUCCIÓN

A) RELACIÓN DE MIEMBROS DEL DEPARTAMENTO. MATERIAS Y NIVELES ASIGNADOS.

El Departamento de Educación Física del I.E.S. Bernaldo de Quirós lo conforman dos profesoras:

- Dª Eva Suárez Zapico (Jefa de Departamento).
- Dª Laura Rosón Melcón.

Tras la 1ª reunión del Departamento, se determina la asignación de los diferentes cursos y niveles, quedando distribuidos de la siguiente manera:

PROFESORA	ASIGNATURA	NIVELES
Dª LAURA ROSÓN MELCÓN	EDUCACIÓN FÍSICA	1º E.S.O.
		3º E.S.O.
		2 grupos de 1º Bachiller y una DC
Dª EVA SUÁREZ ZAPICO	EDUCACIÓN FÍSICA	2º BLOQUE BACHILLER NOCTURNO
		2º E.S.O.
		4º E.S.O.
		1 grupo de 1º BACHILLER

B) HORARIO DE REUNIÓN DEL DEPARTAMENTO.

La hora de la reunión semanal del Departamento de Educación Física se establece los jueves a las 9:25 horas.

2. MARCO NORMATIVO

- ✓ **Ley Orgánica 3/2020**, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación.
- ✓ **Real Decreto 217/2022**, de 29 de marzo por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria
- ✓ **Real Decreto 243/2022**, de 5 de abril, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.
- ✓ **Decreto 59/2022**, de 30 de agosto, por el que se regula la ordenación y establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en el Principado de Asturias.
- ✓ **Decreto 60/ 2022**, de 30 de agosto, por el que se regula ordenación y establece el currículo de Bachillerato en el Principado de Asturias.
- ✓ **Resolución de 1 de diciembre de 2022**, de la Consejería de Educación, por la que se aprueban instrucciones sobre la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional.
- ✓ **Real Decreto 83/1996,** de 26 de enero, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.
- ✓ **Resolución del 6 de agosto de 2021**, por el que se aprueban las instrucciones que regulan la organización y el funcionamiento de los institutos de Educación Secundaria del Principado de Asturias.
- ✓ **Circular** de Inicio de Curso.
- ✓ **Resolución de 28 de abril de 2023,** de la Consejería de Educación para las enseñanzas de Bachillerato.
- ✓ **Resolución de 11 de mayo de 2023**, de la Consejería de Educación para las enseñanzas de la Educación Secundaria Obligatoria.

3. PRIORIDADES ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO EDUCATIVO DE CENTRO.

El Proyecto Educativo de Centro establece el respeto, el esfuerzo individual y colectivo, la cooperación, la solidaridad, la tolerancia y la igualdad como valores y principios básicos de la comunidad educativa y de una educación para la libertad y la autonomía personal.

Estos valores se integrarán en los criterios de cada materia y serán prioritarios en aquellas áreas que los contemplen como saberes básicos específicos. Del mismo modo, se incorporarán como temas de especial significado en conferencias, jornadas, días conmemorativos o cualquier otra actividad complementaria y extraescolar que se programe.

Otro objetivo destacado dentro del Proyecto Educativo de Centro es atender las diferentes capacidades y necesidades educativas en el aula. La enseñanza tiene que ser individual y personalizada.

4. RELACIÓN ENTRE LAS COMPETENCIAS Y LOS OBJETIVOS DE ETAPA.

OBJETIVOS DE ETAPA La Educación Secundaria Obligatorio contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:	**COMPETENCIAS CLAVE**							
	CL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CEC
A) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.	✓	✓				✓		
B) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.			✓		✓		✓	
C) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.						✓		✓
D) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.						✓		
E) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.				✓	✓			
F) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.			✓		✓			
G) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.					✓		✓	
H) Comprender y expresar con concreción, oralmente y por escrito, en la lengua castellana textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.	✓							
I) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras, de manera apropiada.	✓	✓						
J) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.						✓		✓
K) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conversación y mejora.						✓		
L) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.								✓

5. CONCRECIÓN DEL NIVEL DE ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS POR CURSOS.

COMPETENCIA CIUDADANA (CC)

Al completar la enseñanza básica, la alumna o el alumno…
DESCRIPTORES OPERATIVOS
CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.
CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.
CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.
CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecodependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.

COMPETENCIA EN CONCIENCIA Y EXPRESIÓN CULTURALES (CCEC)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
DESCRIPTORES OPERATIVOS
CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

COMPETENCIA DIGITAL (CD)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
DESCRIPTORES OPERATIVOS
CD1. Realiza búsquedas en Internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.
CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.
CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.
CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

COMPETENCIA EMPRENDEDORA (CE)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
DESCRIPTORES OPERATIVOS
CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.
CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.
CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA (CL)

Al completar la enseñanza básica, la alumna o el alumno…
DESCRIPTORES OPERATIVOS
CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.
CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.
CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.
CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.
CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

COMPETENCIA PLURILINGÜE (PL)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
DESCRIPTORES OPERATIVOS
CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.
CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.
CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

COMPETENCIA PERSONAL, SOCIAL Y DE APRENDER A APRENDER (CPSAA)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
DESCRIPTORES OPERATIVOS
CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionarlos retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.
CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físicoy mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.
CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.
CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIA EN CIENCIA, TECNOLOGÍA E INGENIERÍA (STEM)

Al completar la enseñanza básica, laalumna o el alumno …
DESCRIPTORES OPERATIVOS
STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias pararesolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante laexperimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.
STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.
STEM4. Interpreta y transmite los elementosmás relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para compartir y construir nuevos conocimientos.
STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

6. CARACTERÍSTICAS PROPIAS DE LA MATERIA.

La Educación Física en la etapa de **Educación Secundaria Obligatoria** da continuidad al trabajo realizado en la etapa anterior y a los retos clave que en ella comenzaron a abordarse.Todos ellos contribuyen a construir y a consolidar una verdadera competencia de carácter corporal, que va mucho más allá de lo motor, pero que se asienta sobre este ámbito tan importante para el desarrollo integral del alumnado, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial e indisociable del propio aprendizaje.

Los descriptores operativos de las competencias clave establecidos en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica, junto a los objetivos de esta etapa, han concretado el marco de actuación para definir una serie de competencias específicas para esta materia. Este nuevo elemento curricular se convierte en el referente a seguir para dar forma a la nueva Educación Física que se pretende desarrollar: más competencial, coeducativa, actual y alineada con los retos del siglo XXI y los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030.

Para adquirir y desarrollar estas competencias específicas, el currículo de la materia de Educación Física se organiza en torno a **seis bloques de SABERES BÁSICOS:**

- **«Vida activa y saludable»** aborda los tres componentes de la salud: física, mental y social, a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos de práctica físico- deportiva, rechazando comportamientos antisociales, sexistas o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos.
- **«Organización y gestión de la actividad física»** refiere cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores, además de la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.
- **«Resolución de problemas en situaciones motrices»,** tiene un carácter transdisciplinar y aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración- oposición.
- **«Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices»,** se centra, por un lado, en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, mientras que, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones constructivas y no estereotipadas, basadas en el respeto, el autocuidado y el buen trato entre los participantes en este tipo de contextos motrices.
- **«Manifestaciones de la cultura motriz»,** engloba tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural. En este bloque estarán incluidas todas aquellas manifestaciones propias del Principado de Asturias.
- **«Interacción eficiente y sostenible con el entorno**», incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible teniendo en cuenta las características propias del Principado de Asturias y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno del que disponemos en nuestra comunidad.

7. ORGANIZACIÓN, TEMPORALIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN.

ORGANIZACIÓN DE LAS UNIDADES DE PROGRAMACIÓN:

<table>
<tr><th colspan="2">PRIMER TRIMESTRE</th><th colspan="2">SEGUNDO TRIMESTRE</th><th colspan="2">TERCER TRIMESTRE</th></tr>
<tr><td>PRESENTACIÓN
EVALUACIÓN INICIAL</td><td>3</td><td rowspan="2">UD 4 SALUD
Y DRAMATIZACIÓN</td><td rowspan="2">8</td><td>UD 6 RITMO (BAILES LATINOS)</td><td>4</td></tr>
<tr><td>UD 1 CONDICIÓN FÍSICA</td><td>9</td><td>UD 7 ENTRENAMIENTO</td><td>3</td></tr>
<tr><td rowspan="2">UD 2 DEPORTE OPOSCIÓN (palas, pickleball)</td><td rowspan="2">8</td><td rowspan="2">UD 5 ALTERNATIVO-
CONVENCIONAL</td><td rowspan="2">10</td><td rowspan="2">UD 8 DEPORTE COLECTIVO
(Balonmano)</td><td rowspan="2">9</td></tr>
<tr><td>UD 3 ORIENTACIÓN Y MEDIO NATURAL (transversal)</td><td>5</td><td>UD 9 TRADICIONALES</td><td>3</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="4">1º TRIMESTRE</th></tr>
<tr><th colspan="2">UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 1: CONDICIÓN FÍSICA</th><th></th><th></th></tr>
<tr><th>Competencias específicas</th><th>Criterios de evaluación</th><th>Técnicas e instrumentos de calificación</th><th>Descriptores del perfil de salida</th></tr>
<tr><td rowspan="3">Competencia específica 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 carezcande base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</td><td>1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.</td><td>Coevaluación
- Rutina de autorregulación</td><td rowspan="3">CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4</td></tr>
<tr><td>1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</td><td>Prueba práctica:
-calentamiento
Coevaluación
- Rutina de autorregulación</td></tr>
<tr><td>1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente</td><td>Prueba práctica:
-calentamiento
Observación directa
-Registro de acontecimientos</td></tr>
<tr><th colspan="4">Saberes básicos</th></tr>
<tr><td colspan="4">Bloque B. Organización y gestión de la actividad física
-Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física
-Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización.
Bloque A. Vida activa y saludable
- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable yanálisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="4">1º TRIMESTRE</th></tr>
<tr><th colspan="2">UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 2: DEPORTES DE OPOSICIÓN</th><th></th><th></th></tr>
<tr><th>Competencias específicas</th><th>Criterios de evaluación</th><th>Técnicas e instrumentos de calificación</th><th>Descriptores del perfil de salida</th></tr>
<tr><td>Competencia específica 2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezasmotrices, 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, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</td><td>2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</td><td>Prueba específica
- Lista control sobre desafíos</td><td>CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Competencia específica 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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</td><td>3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador/a, participante u otros.</td><td>Autoevaluación:
-Escala clasif.

Prueba específica:
-Competición</td><td rowspan="2">CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3.</td></tr>
<tr><td>3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.</td><td>Prueba específica y registro observación:
-Competición</td></tr>
<tr><td colspan="4">Saberes básicos</td></tr>
<tr><td colspan="4">Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices
- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.
Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz,actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="4">1º TRIMESTRE</th></tr>
<tr><th colspan="4">UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 3: ORIENTACIÓN y MEDIO NATURAL (una parte transversal)</th></tr>
<tr><th>Competencias específicas</th><th>Criterios de evaluación</th><th>Técnicas e instrumentos de calificación</th><th>Descriptores del perfil de salida</th></tr>
<tr><td>Competencia específica 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.</td><td>1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de la actividad física y el deporte.</td><td>Análisis de producción:
- Carrera con app deportiva.</td><td>CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Competencia específica 5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente 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.</td><td>5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.</td><td rowspan="2">Pruebas específicas:
-carrera diseñada interior del polideportivo
-diseño y carrera exterior

Análisis de las producciones:
-Vídeo vivencial</td><td rowspan="2">STEM5, CC4, CE1 y CE3.</td></tr>
<tr><td>5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.</td></tr>
<tr><th colspan="4">Saberes básicos</th></tr>
<tr><td colspan="4">Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno
- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianospara una movilidad segura, saludable y sostenible.
- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural del Principado de Asturias.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).
- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural: gestión del riesgopropio y del ajeno en el medio natural. Medidas colectivas de seguridad.
- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturalespara la práctica de actividad física.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="4">2º TRIMESTRE</th></tr>
<tr><th colspan="2">UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 4: SALUD Y DRAMATIZACIÓN</th><th colspan="2"></th></tr>
<tr><th>Competencias específicas</th><th>Criterios de evaluación</th><th>Técnicas e instrumentos de calificación</th><th>Descriptores del perfil de salida</th></tr>
<tr><td rowspan="2">Competencia específica 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 carezcande base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</td><td>1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.</td><td>Prueba escrita (Formulario Teams)</td><td rowspan="2">CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4</td></tr>
<tr><td>1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</td><td>Autoevaluación y Coevaluación. Observación sistemática:
-Lista de control actitudes.</td></tr>
<tr><td>Competencia específica 2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezasmotrices, 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, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</td><td>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir el proceso del trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</td><td>Autoevaluación y Coevaluación. Observación sistemática:
-Lista de control actitudes.

Análisis de las producciones (representación)
- Escala descriptiva</td><td>CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3.</td></tr>
<tr><td>Competencia específica 4. Analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motrizaprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimientoy 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.</td><td>4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.</td><td>Análisis de las producciones (representación)
- Escala descriptiva</td><td>CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 CCEC4</td></tr>
<tr><th colspan="4">Saberes básicos</th></tr>
<tr><td colspan="4">Bloque B. Organización y gestión de la actividad física
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del ajeno. Medidas colectivas de seguridad. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictusy similares).
Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
Bloque A. Vida activa y saludable
- Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos -Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de unaidentidad corporal definida y consolidada.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="4">2º TRIMESTRE</th></tr>
<tr><th colspan="2">UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 5: DEPORTE ALTERNATIVO-CONVENCIONAL</th><th></th><th></th></tr>
<tr><th>Competencias específicas</th><th>Criterios de evaluación</th><th>Técnicas e instrumentos de calificación</th><th>Descriptores del perfil de salida</th></tr>
<tr><td>Competencia específica 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, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</td><td>2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</td><td>Prueba específica:
- Tareas técnicas individuales
- Tareas técnicas grupales</td><td>CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Competencia específica 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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.</td><td>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectospara alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</td><td>Prueba específica:
-Competición</td><td rowspan="2">CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3.</td></tr>
<tr><td>3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.</td><td>Análisis de las producciones:
-Lectura reflexiva

Observación directa:
- Lista de control actitudes</td></tr>
<tr><th colspan="4">Saberes básicos</th></tr>
<tr><td colspan="4">Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices
- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.
Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="4">2º TRIMESTRE</th></tr>
<tr><th colspan="4">UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 6: RITMO</th></tr>
<tr><th>Competencias específicas</th><th>Criterios de evaluación</th><th>Técnicas e instrumentos de calificación</th><th>DPS</th></tr>
<tr><td rowspan="2">Competencia específica 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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.</td><td>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectospara alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</td><td>Análisis de las producciones (coreografía)
- Escala descriptiva

Autoevaluación y Coevaluación.
Observación sistemática:
-Lista de control actitud</td><td>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Competencia específica 4. 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.</td><td>4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.</td><td>Análisis producción
- Lectura reflexiva

Autoevaluación y Coevaluación.
Observación sistemática:
-Lista de control actitud</td><td rowspan="2">CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4.</td></tr>
<tr><td>4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.</td><td>Análisis de las producciones (coreografía)
- Escala descriptiva</td></tr>
<tr><th colspan="4">Saberes básicos</th></tr>
<tr><td colspan="4">Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz
- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. Organización de espectáculos, veladas y eventos artístico-expresivos.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="4">3º TRIMESTRE</th></tr>
<tr><th colspan="2">UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 7: ENTRENAMIENTO</th><th></th><th></th></tr>
<tr><th>Competencias específicas</th><th>Criterios de evaluación</th><th>Técnicas e instrumentos de calificación</th><th>Descriptores del perfil de salida</th></tr>
<tr><td rowspan="2">Competencia específica 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.</td><td>1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.</td><td>Análisis de las producciones:
-Diseño de clase
Condición Física</td><td rowspan="2">CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4</td></tr>
<tr><td>1.6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de la actividad física y el deporte.</td><td>Análisis de las producciones:
-Presentación de HIIT</td></tr>
<tr><th colspan="4">Saberes básicos</th></tr>
<tr><td colspan="4">Bloque B. Organización y gestión de la actividad física
- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices
• Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación parael desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="4">3º TRIMESTRE</th></tr>
<tr><th colspan="4">UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 8: DEPORTES COLECTIVOS</th></tr>
<tr><th>Competencias específicas</th><th>Criterios de evaluación</th><th>Técnicas e instrumentos de calificación</th><th>DPS</th></tr>
<tr><td rowspan="2">Competencia específica 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, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</td><td>2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</td><td>Prueba específica:
-Tarea táctica

Observación sistemática:
- Lista de control</td><td rowspan="2">CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3</td></tr>
<tr><td>2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</td><td>Prueba específica:
-Ejecuciones motrices individuales</td></tr>
<tr><td>Competencia específica 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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.</td><td>3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversasprácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.</td><td>Observación sistemática:
-Lista de control</td><td>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3</td></tr>
<tr><th colspan="4">Saberes básicos</th></tr>
<tr><td colspan="4">Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices
- Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.
Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices
• Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
• Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices
• Respeto a las reglas: dopaje y otras trampas en el deporte profesional.</td></tr>
</table>

3º TRIMESTRE			
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 9: TRADICIONALES			
Competencias específicas	**Criterios de evaluación**	**Técnicas e instrumentos de calificación**	**Descriptores del perfil de salida**
***Competencia específica 4**. Analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motrizaprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimientoy 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*	4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	Observación sistemática -Lista de control	CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4.
Saberes básicos			
Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes asturianos como seña de identidad cultural. - Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). - Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte. - Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.			

8. INSTRUMENTOS, PROCEDIMIENTOS Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

- La **evaluación** del proceso de aprendizaje del alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria será, **continua**, **formativa** e **integradora**.
- Se promoverá el uso de **instrumentos de evaluación variados**, **diversos**, **accesibles** y **adaptados** a las distintas situaciones de aprendizaje que permitan una **valoración objetiva** de todo el alumnado, garantizándose, asimismo, que las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adapten a las necesidades del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.

Los **PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS** que a continuación detallamos (para su mejor compresión y relación directa con los demás elementos curriculares) están organizados en las tablas curriculares del apartado 7. ORGANIZACIÓN, TEMPORALIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN de esta programación.

- Observación sistemática: para abordar el día a día.
  - Registro anecdótico: Relacionadas generalmente con comportamientos, nivel de esfuerzo, higiene, faltas, retrasos...
- Intercambios orales con el alumnado
  - Debates con temáticas variadas.
  - Exposición de noticias de interés.
- Análisis de las producciones: Todo aquello que el alumnado hace y que podrá ser evaluado in situ o mediante grabación.
  - Escalas descriptivas para calentamientos.
  - Diarios personales y grupales: reflejan esfuerzo, participación, resultados.
  - Pruebas de ejecución deportiva donde se valore la capacidad del alumnado tanto técnica como táctica.
  - Creación de tutoriales o guías didácticas.
- Pruebas específicas:
  - Pruebas orales (presentación de trabajos y exposiciones...)
  - Listas de control: para retos asociados a habilidades deportivas.
  - Test de condición física: Valoración de la capacidad de dosificación del esfuerzo, posición plancha, Test de Ruffier…
  - Formularios de Teams.
- Autoevaluación y Coevaluación serán habituales, ya que, saber, saber ser, estar y hacer, es fundamental. Analizar críticamente si uno mismo y los demás cumplen con esas exigencias es un escalón por encima.
  No siempre tendrán repercusión en la calificación, ya que ésta será dialogada y consensuada en la medida de lo posible.
  - Escalas numéricas, de valoración y rúbricas: para coreografías, análisis del juego….

Reflejamos en este cuadro resumen, el tanto por ciento de peso de **calificación de cada criterio de evaluación** del curso por trimestres.

EDUCACIÓN FÍSICA 4º E.S.O.			
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	**COMPETENCIA**	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**	**Puntuación**
PRIMERA EVALUACIÓN			
1. CONDICIÓN FÍSICA	**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.	**1.1** Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	1.11 puntos
		1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	1.11 puntos
		1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente	1.11 puntos
2. DEPORTE OPOSICIÓN	**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, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	**2.3** Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	1.11 puntos
	3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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.	**3.1** Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador/a, participante u otros.	1.11 puntos
		3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversasprácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.	1.11 puntos

3. ORIENTACION Y MEDIO NATURAL	**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.	**1.6**. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de la actividad física y el deporte.	1.11 puntos
	5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente 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.	**5.1** Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	1.11 puntos
		5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	1.11 puntos
SEGUNDA EVALUACIÓN			
4. SALUD Y DRAMATIZACIÓN	**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 carezcande base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	**1.4.** Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	1,42 puntos
		1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	1,42 puntos
	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, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	**2.1** Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir el proceso del trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado	1,42 puntos

	4. Analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimientoy 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.	**4.3** Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y elmovimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.	1,42 puntos
5. DEPORTE ALTERNATIVO CONENCIONAL	**2.** Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezasmotrices, 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, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	**2.3** Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	1,42 puntos
	3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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.	**3.2.** Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	1,42 puntos
		3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversasprácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.	1,42 puntos
TERCERA EVALUACIÓN			
6. RITMO	**3.** Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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.	**3.2**. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	1,11 puntos

	4. Analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimientoy 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.	**4.2.** Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudandoa difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.	1,11 puntos
		4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y elmovimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.	1,11 puntos
7. ENTRENA-MIENTO	**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.	**1.1.** Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	1,11 puntos
		1.6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de la actividad física y el deporte.	1,11 puntos
8. DEPORTES COLECTIVOS	**2.** Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezasmotrices, 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, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	**2.2** Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	1,11 puntos
		2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	1,11 puntos
	3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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.	**3.3.** Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversasprácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.	1,11 puntos
9. TRADICIONALES	**4.** Analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimientoy profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses	**4.1.** Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	1,11 puntos

	económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.		

RANGOS DE CALIFICACIÓN – 4ºESO		
PRIMERA EVALUACIÓN	9 CRITERIOS	1, 11 puntos cada criterio
SEGUNDA EVALUACIÓN	7 CRITERIOS	1,42 puntos cada criterio
TERCERA EVALUACIÓN	9 CRITERIOS	1, 11 puntos cada criterio
TOTAL CRITERIOS EN EL CURSO: 28		
5 Competencias específicas, con **17 criterios**.	11 criterios que se utilizan una vez + 6 criterios que se repiten varias veces:	1.1, 1.6, 3.2 y 4.3 (se repiten 1 vez)
		2.3, y 3.3.(se repiten 2 veces)

RANGOS DE CALIFICACIÓN - ESO				
INS	**SUF**	**BIEN**	**NOT**	**SOBR**
Iniciado	Iniciado, en proceso	En proceso	Adquirido	Adquirido ampliamente

CALIFICACIONES:

- **Insuficiente (IN):** menos de 5.
- **Suficiente (SU).** Nota entre 5 y por debajo de 6.
- **Bien (BI).** Nota entre 6 y por debajo de 7.
- **Notable (NT).** Nota entre 7 y por debajo de 9.
- **Sobresaliente (SB).** (9 o más)

- La **calificación mínima** para aprobar la materia es un "Suficiente" (5).
- La tabla establece el valor de cada criterio de evaluación en cada una de las evaluaciones. Todos los criterios de evaluación tienen el mismo valor, pero en cada evaluación se tiene en cuenta el número de criterios que se trabajan (Ej: la nota total de la primera evaluación es sobre 10 (sobresaliente), entre 8 criterios que se trabajan: 1,25 puntos cada criterio).
- Finalmente, la nota de **la EVALUACIÓN FINAL DE JUNIO, será la media aritmética de todos los criterios de evaluación trabajados durante el curso**.

- **EVALUACIÓN INICIAL**

Será de carácter obligado realizar una evaluación inicial que nos proporcione la información necesaria y conocimiento del alumno al comienzo del proceso. Para llevarla a cabo, durante los dos primeros días del curso, realizaremos diversas actividades y dinámicas grupales para determinar el grado de desarrollo social, nivel de condición física, de habilidad motriz y de conocimiento teórico de la materia.

También pasaremos un cuestionario individual a cada alumno para poder registrar posibles anomalías en su desarrollo motriz, patologías o enfermedades relevantes que puedan influir en nuestro trato con el alumnado. Serán los padres, madres, o tutores legales, los encargados de verificar y rellenar en sus casas dicha información.

- **RECOGIDA DE DATOS**

Para ayudarnos en la recogida de datos, elaborar nuestro diario de seguimiento y realizar los cálculos de calificación, utilizamos como herramienta las aplicaciones "Additio" e "Idoceo".

- **AUSENCIA A PRUEBAS O EXAMENES**

Si un alumno no asiste a una prueba o examen deben darse dos condiciones para que la prueba pueda repetirse en otra fecha indicada siempre por el profesor. Estas dos condiciones son:

- El alumno o su familia debe avisar de la ausencia con anterioridad al examen**.**
- La falta de asistencia debe estar debidamente justificada.

- **TRABAJOS O ENTREGAS FUERA DE PLAZO**

No se recogen entregas fuera de plazo sin justificación oficial. Si se recogen, será solo de cara a la evaluación extraordinaria, pero nunca entrando dentro del plazo de la calificación ordinaria.

- **USO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL EN TRABAJOS Y TAREAS**

El auge y la creciente accesibilidad de las herramientas de inteligencia artificial hace necesario establecer criterios claros que garanticen que la calificación del alumnado refleje de manera fiable su propio aprendizaje, esfuerzo y grado de comprensión de la materia.

Por ello, con carácter general, no serán objeto de calificación aquellos trabajos, cuestionarios, redacciones, cuadernos u otras tareas que se realicen fuera del horario lectivo (en casa) cuando su contenido pueda ser generado, total o parcialmente, mediante herramientas de inteligencia artificial, sin que el profesorado pueda garantizar razonablemente que el resultado entregado corresponde al trabajo personal y original del alumno o alumna.

Esta medida no pretende prohibir el uso de la tecnología como recurso de consulta o apoyo, sino asegurar que los instrumentos de evaluación midan realmente las competencias del alumnado. En consecuencia:

Las tareas que impliquen este riesgo se sustituirán, siempre que sea posible, por su realización en el aula, bajo supervisión directa del profesorado, por pruebas orales, por la defensa razonada del trabajo ante el profesor o profesora, o por cualquier otro instrumento que permita verificar la autoría real de lo entregado.

En caso de detectarse indicios razonables de que un trabajo entregado ha sido generado, copiado o sustancialmente elaborado mediante inteligencia artificial sin que así se haya indicado, el profesor o profesora podrá requerir al alumnado que explique o defienda oralmente el contenido del mismo. Si no puede justificar de forma satisfactoria su autoría, la tarea será calificada con la nota mínima correspondiente a dicho instrumento de evaluación.

Cuando se autorice expresamente el uso de herramientas de inteligencia artificial como apoyo para una tarea concreta, el alumnado deberá indicarlo de forma explícita, señalando qué parte del trabajo ha sido elaborada con dicha ayuda, sin que ello exima de la necesidad de comprender y poder justificar el contenido presentado.

Con esta medida se pretende preservar la validez y la fiabilidad del proceso de evaluación, al tiempo que se fomenta en el alumnado un uso responsable, crítico y ético de las herramientas digitales disponibles.

- **AUSENCIA ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS**

Durante el curso se realizarán diferentes actividades complementarias. Aquellos que no acudan a la realización de las actividades o su rendimiento no sea el correcto, deberán realizar las tareas que se les asignarán para superar los criterios de evaluación establecidos.

- **USO OBLIGAORIO DE ROPA Y CALZADO DEPORTIVO ADECUADO**

Con el fin de garantizar la seguridad, la higiene y el correcto desarrollo de las sesiones de Educación Física, **es obligatorio que el alumnado acuda a clase con ropa y calzado deportivo.**

- La **falta de indumentaria deportiva** impedirá la participación en la práctica física ese día y la calificación de la clase será nula.
- En caso de **reincidencia**, el alumno/a será derivado/a al **aula de convivencia**, siguiendo lo establecido en las normas de centro.

Estas medidas tienen un carácter educativo y buscan fomentar la responsabilidad, el respeto a las normas comunes y la seguridad en la práctica deportiva.

- **MATERIAL ESPECÍFICO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

Durante determinados momentos del curso, el alumnado tendrá que traer su propio material deportivo. El alumnado será previamente avisado y es de carácter obligatorio.

- La **falta de material** impedirá la participación en la práctica física ese día y la evaluación de la clase será negativa.
- En caso de **reincidencia**, el alumno/a será derivado/a al **aula de convivencia**, siguiendo lo establecido en las normas de centro.

9. METODOLOGÍA.

Las orientaciones metodológicas deben favorecer un **aprendizaje competencial** que tenga en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado y orientado a favorecer el ejercicio de una **ciudadanía activa**. Para el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje en Educación Física se implementarán modelos que favorecerán la capacidad del alumnado para aprender de forma autonóma, para trabajar en equipo y aplicar los métodos de investigación apropiados.

Para llevar a cabo un aprendizaje competencial, se trabajarán **numerosos modelos pedagógicos** entre los que se encuentran el aprendizaje cooperativo, la educación deportiva, el modelo comprensivo, el estilo actitudinal, el modelo de responsabilidad personal y social, el vinculado a la salud o la autorregulación entre otros, a los que se debe dar relevancia en el día a día por el carácter participativo y de aprendizaje que generan en el alumnado. Todos estos modelos, se utilizarán teniendo claro el por qué y para qué se utilizan, en función de los saberes, el alumnado y el contexto.

La intervención didáctica en el aula de Educación Física deberá favorecer el desarrollo competencial de nuestro alumnado a través de **procesos de enseñanza-aprendizaje activos, dinámicos** y **significativos** que faciliten que el alumnado:

- Comprenda e interiorice los conceptos claves y las relaciones entre diferentes elementos propios de la materia.
- Movilice esos saberes básicos y los conecte con la vida cotidiana.
- Relacione los saberes de diferentes materias para abordar problemas complejos.
- Perciba las implicaciones personales y sociales que derivan del conocimiento de la materia.
- Se interese por profundizar en el conocimiento presentado.
- Desarrolle estrategias para seguir aprendiendo sobre la materia, si lo necesita.

En las situaciones de aprendizaje se proponen al alumnado diferentes quehaceres y tareas complejas para las que es recomendable utilizar **estrategias variadas**. Entre estas estrategias se podrían incluir rutinas de pensamiento, clase invertida, pensamiento visual y de diseño, realidad aumentada, gamificación y juegos serios, entre otras.

La metodología debe tener en cuenta propuestas y modelos organizativos que permitan la presencia, la participación y el aprendizaje de todo el alumnado. Debemos buscar la personalización, teniendo en cuenta el **Diseño Universal para el Aprendizaje** (DUA).

En el siguiente cuadro resaltamos algunos aspectos metodológicos más destacados de cada unidad de programación:

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	METODOLOGÍA
1. CONDICIÓN FÍSICA	Asignación de tareas Individualizado
2. DEPORTE DE OPOSICIÓN (PICKLEBALL)	Modelo comprensivo de iniciación deportiva (TGfU)
3. ORIENTACIÓN Y MEDIO NATURAL	Descubrimiento guiado y Educación aventura
4. SALUD Y DRAMATIZACIÓN	Educación para la salud Reproducción de modelos Descubrimiento- Estilo Creativo
5. ALTERNATIVO-CONVENCIONAL (PINFUVOTE-VOLEY)	Modelo ludotécnico
6. RITMO (BAILES LATINOS)	Reproducción de modelos Estilo creativo
7. ENTRENAMIENTO PERSONAL	Autodidactismo
8. DEPORTE COLECTIVO (BALONMANO)	Resolución de problemas Reproducción de modelos
9. TRADICIONALES	grupos/microenseñanza- A. servicio

10. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES.

El **Decreto 59/2022**, de 30 de agosto, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de la Educación Secundaria en el Principado de Asturias, establece que la Educación Secundaria Obligatoria se organizará de acuerdo con los principios de **educación común** y de **atención a la diversidad del alumnado.**

De acuerdo con el artículo 73 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, se entiende por **alumnado que presenta necesidades educativas especiales,** aquel que afronta barreras que limitan su acceso, presencia, participación o aprendizaje, derivadas de discapacidad o de trastornos graves de conducta, de la comunicación y del lenguaje, por un periodo de su escolarización o a lo largo de toda ella, y que requiere determinados apoyos y atenciones educativas específicas para la consecución de los objetivos de aprendizaje adecuados a su desarrollo.

La identificación, valoración e intervención de las necesidades educativas de este alumnado se realizará de la forma más temprana posible, por profesionales especialistas, de acuerdo con lo que determine la Consejería.

Las **medidas de atención a la diversidad** contempladas en esta programación estarán orientadas a permitir a todo el alumnado el desarrollo de las competencias previsto en el Perfil de salida y la consecución de los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria.

En función de las características individuales del alumnado, cada profesor del departamento organizará, coordinándose con el Departamento de Orientación, las medidas de atención a la diversidad que sean necesarias (tanto adaptaciones metodológicas, como adaptaciones significativas (con su correspondiente **Plan de Trabajo Individualizado**). Todo, teniendo en cuenta, el mejor aprovechamiento de los recursos de los que se disponga. Para ello, se establecerán medidas para el ***alumnado que presenta necesidades educativas especiales, alumnado con dificultades específicas de aprendizaje, alumnado con integración tardía en el sistema educativo español y alumnos con altas capacidades intelectuales.***

Entendemos por atención a la diversidad el conjunto de actuaciones educativas dirigidas a dar respuesta a las necesidades educativas concretas del alumnado, teniendo en cuenta sus circunstancias y diferentes ritmos de aprendizaje, y se ajustarán a los siguientes principios:

a. **Diversidad**: reconocer la igual dignidad de todas y todos independientemente de las diferencias percibidas garantizando el desarrollo de todos los alumnos y las alumnas a la vez que una atención personalizada en función de las necesidades individuales.
b. **Inclusión**: proceso sistémico de mejora e innovación educativa que promueve el acceso, la presencia, la participación y el aprendizaje de todo el alumnado, con particular atención al alumnado más vulnerable a la exclusión educativa o al fracaso escolar.
c. **Normalización**: en el acceso, participación y aprendizaje evitando la exclusión de las actividades ordinarias de enseñanza aprendizaje. La aceptación de las diferencias individuales y su heterogeneidad contribuye a la normalización.
d. **Aprendizaje diferenciado**: promoviendo el desarrollo de modos flexibles de aprendizaje, de enseñanza y, de evaluación que posibilite el desarrollo de altas expectativas para todos y todas.
e. **Contextualización**: creación de entornos accesibles para el aprendizaje de todas las personas en entornos educativos que les permitan desarrollar todo su potencial, no sólo en propio beneficio sino para el enriquecimiento del entorno social y cultural.
f. **Perspectiva múltiple**: el diseño por parte de los centros docentes se hará adoptando distintos puntos de vista para superar estereotipos, prejuicios sociales y discriminaciones de cualquier clase y para procurar la integración del alumnado.
g. **Expectativas positivas**: favoreciendo la autonomía personal, la autoestima en el alumnado y en su entorno socio-familiar.

h. **Sostenibilidad:** comprometiéndose con el bienestar de las generaciones futuras, evitando llevar a cabo cambios no consensuados a corto plazo y con la puesta en marcha de planes y programas que puedan mantener sus compromisos a largo plazo.
i. **Igualdad de hombres y mujeres**: fomentando la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizando las desigualdades existentes e impulsando una igualdad real.

Partiremos del **Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA),** un modelo de enseñanza para la educación inclusiva que reconoce la singularidad del aprendizaje del alumnado y que promueve la accesibilidad de los procesos y entornos de enseñanza y aprendizaje, mediante un **currículo flexible, ajustado a las necesidades y ritmos de aprendizaje de la diversidad del alumnado.**

Este enfoque didáctico se rige por tres principios basados en múltiples formas de implicación o motivación para la tarea (por qué se aprende), múltiples formas de representación de la información (el qué se aprende) y múltiples formas de expresión del aprendizaje (cómo se aprende), de manera que se conecte con los centros de interés del alumnado, así como con la programación multinivel de saberes básicos del área.

Por otra parte, teniendo en cuenta el carácter eminentemente práctico de nuestra asignatura, se tendrá especial atención a las **ADAPTACIONES CURRICULARES TEMPORALES** (ATC): alumnos/as con necesidades educativas temporales o esporádicas (lesionados).

La **adaptación curricular** en este caso, se concretará en todo lo que la lesión o problema físico les permita (y por tanto traerán ropa deportiva). Si algún alumno/a, no pudiera realizar E. Física de forma temporal, o permanente, deberán acreditar dicha incapacidad a través de un **justificante médico**. En este caso, se evaluaría y calificaría los mismos criterios que a sus compañeros, pero a través de contenidos y pruebas teóricas.

En cada unidad didáctica se valorarán las posibles dificultades que nos encontraremos, para poder evitarlas o atajarlas si se diera el caso.

Por todo ello, en las primeras sesiones, se entregará al alumnado una hoja en la que padres/tutores, deben **informar sobre las posibles dificultades** que los alumnos tengan para la práctica de actividad física. En esta hoja, también se establece la necesidad de aportar un justificante médico si el alumno/a no puede realizar actividad física de forma temporal o permanente, para sustituir las actividades prácticas por teoría, así como la modificación de su la evaluación.

Por último, en el Departamento se tienen recogidas diferentes líneas de actuación para trabajar con alumnado con asma, problemas de coordinación, diabetes, trastornos transitorios, problemas de coordinación motriz… que serán adaptados a las características y necesidades del alumnado que lo requiera.

11. PROGRAMAS DE REFUERZO Y PROPUESTA DE ACTIVIDADES PARA LA RECUPERACIÓN Y LA EVALUACIÓN DE MATERIAS PENDIENTES.

En ocasiones observamos la necesidad de intervenciones extra con alumnos que tienen un nivel inferior al esperado. Muchas veces podemos actuar durante el curso dando apoyo en el aula, planteando pruebas de recuperación, programando tareas de refuerzo para su realización fuera del horario lectivo…, pero en otras ocasiones es insuficiente. Por ello, se procederá de la siguiente manera:

- **PLAN DE REFUERZO TRIMESTRAL: recuperaciones en función de la unidad de programación suspensa.**

Los alumnos que hayan obtenido una evaluación negativa en algún trimestre recibirán un **PLAN DE REFUERZO TRIMESTRAL PERSONALIZADO.** En él se reflejará, de manera individualizada y detallada, cuáles son los criterios que no han superado y las medidas de recuperación y apoyo.

- **PRUEBA FINAL EXTRAORDINARIA**

En caso de persistir las dificultades al final del tercer trimestre, el alumno o alumna realizará un ejercicio específico e individualizado antes de la sesión de evaluación final. Podrá ser:

- Entrega de los trabajos y tareas correctamente realizados.
- Pruebas puntuales en la clase (teórico-prácticas).

- **"Procedimientos e instrumentos de evaluación que se aplicarán para COMPROBAR EL LOGRO DE APRENDIZAJE DEL ALUMNADO CUANDO SE PRODUZCAN FALTAS DE ASISTENCIA"**

Si el alumno tiene reiteradas faltas de asistencia independientemente del motivo (las que marca el Reglamento de Régimen Interno del Centro, 16% de las que hubiera tenido de nuestra asignatura al trimestre) supondrá la **inaplicabilidad de la evaluación continua**. Antes de completar el 16% de las faltas se avisará al alumno y su familia. Y si finalmente llega a ese porcentaje se comunicará también el modelo alternativo de evaluación, así como los plazos o fechas de entrega y exámenes.

Dado que las actitudes no se pueden evaluar en un solo día, el RRI conviene un examen por evaluación de los contenidos. El alumno realizará un examen teórico y un examen práctico, donde de no haber nivel de partida se exigirá un nivel de rendimiento de acuerdo con los objetivos generales del curso.

- **PLAN ESPECÍFICO PERSONALIZADO: para el alumnado que permanece un año más en el curso.**

Se elaborará un Plan Específico Personalizado (PEP) para cada alumno/a que se encuentre en esta situación. Se pueden dar dos situaciones diferenciadas:

1- **El alumno/a permanece en el curso con la E. Física suspensa**: En este caso, tras la evaluación final extraordinaria, el equipo docente elaborará las directrices generales del PEP para el alumno/a que no promocione y debe permanecer en el cuso. Éste acogerá las deficiencias que motivaron la no superación y por tanto, se tendrá en cuenta el mismo durante el curso. En septiembre, si queremos tomar medidas que toquen los elementos curriculares, elaboraremos un **Plan de Trabajo Individualizado** que será objeto de seguimiento al menos una vez al trimestre.

2- **El alumno/a permanece en el curso con la E. Física aprobada**: haremos notar este hecho y le plantearemos el reto de superar sus logros del curso anterior y su nota.

- **PROGRAMA DE REFUERZO para los alumnos que promocionan con la materia suspensa:**

El alumnado que promocione sin haber superado la materia seguirá un PROGRAMA DE REFUERZO, en el curso siguiente con el fin de alcanzar los indicadores de logro que permitan constatar que ha adquirido el nivel competencial preciso, y deberá superar la evaluación correspondiente a dicho programa.

Este programa de refuerzo individualizado, versará sobre los criterios no superados y se establecerá un calendario de entrega. Lo llevará a cabo el profesor que imparta clase en ese curso y estimulará la consecución de esos criterios a partir de las razones de no superación.

Si se considera que las unidades de programación del curso, por su carácter cíclico, posibilitan conseguir el nivel cualitativo que no alcanzó el curso anterior; la superación de estas presupone la superación del anterior (por ejemplo, la condición física). En aquellos contenidos que no sean cíclicos se les dará material para que se preparen para una prueba puntual siendo necesario superar las evaluaciones que en él se establezcan.

Al comienzo del curso escolar, se informará a cada alumno/a o alumna y sus tutores legales sobre el contenido del programa de refuerzo que les será aplicado.

Cabe destacar que, a todos los **planes** mencionados anteriormente, así como las **pruebas objetivas**, tanto prácticas como teorico-prácticas, se les asignará una fecha máxima de entrega o realización. Si llegada esa fecha, los planes no están entregados en tiempo y forma y las pruebas no se han realizado, la evaluación de las mismas será negativas y por tanto, no superadas.

12. RECURSOS DIDÁCTICOS Y MATERIALES CURRICULARES.

Contenido	MATERIAL 3D	MATERIAL 2D Y RECURSOS TIC
Condición Física	• Esterillas, colchonetas, cartas yoga, goma elástica, balones medicinales, halteras, escalera de coordinación, metros, trx, pesas, espalderas, barras lastradas… • Juego del Twister, Versión juego de la oca	• Hoja juego Hundir la flota • Hoja autoevaluación y Bingo • Juego de la oca • Apps: Strava, Fitify • Ficha registro ritmo de carrera • Ficha preguntas deportivas • Ficha planilla para circuito • Ficha resumen test CF
Deportes adaptados y Alternativos	• Sticks de floorball y bolas. • Balones de goalbol y colpbol . • Balón de kinball. • Fresbees. • Balones de espuma.	• Ficha Planillas táctica • Hoja de retos deportivos • Cuestionarios Forms • Vídeos y formularios didácticos • App Mis torneos y La liga • Hoja de roles y Ficha federativa • Hoja ejercicios técnico-tácticos • Actas de juego • Diplomas
Deportes colectivos	• Balones (balonmano, fútbol, voleibol, rugby, baloncesto, de espuma) • Dos Porterías y cuatro canastas. • Conos, setas. Petos.	
Deportes individuales	• Combas para salto individual y grupal. • Churros de piscina. • Colchonetas, quitamiedos, mazas, aros, cuerdas • Volantes, raquetas bádminton, postes. • Raquetas de tenis, pelotas. • Material autoconstruido.	• Hoja de retos de comba individual. • Hoja de retos de comba grupales. • Hoja registro y evaluación coreografía de combas. • Hoja registro y evaluación deportes oposición.
Medio natural	• Balizas, brújulas, setas, pinzas orientación y pinzas de la ropa. • Bolsas de basura. • Arnés	• Formulario carrera o- precisión • Fichas juego simbología y pañuelo • Recorridos polideportivos, IES • Tarjetas para registro. • Hoja Autoevaluación • App GPS orienteering
Expresión corporal	• Diábolos • Combas.	• Tarjetas Dance Revolution • Hoja rúbrica y Hoja diario • Tarjetas pasos de baile • Tarjetas mímicas • Versión juego “Times up” • Diplomas
Tradicionales	• Rana, chapas, canicas, • Bolos • Soga	• Hoja rúbrica y Hoja diario • Fichas juegos tradicionales.
Material auxiliar	• Conos, bancos, setas, sillas y mesas, espalderas, ladrillos,picas, aros, goma elástica y cinta de balizar,	
En todas las unidades	• Botiquín • Altavoz portátil Ibiza • Ordenador e impresora • Reloj, cronómetro y silbato • Bote de bolígrafos	• Cuaderno del profesor/ Tablet • Ordenador e impresora • Artículos para el PLEI • Vídeos didácticos y documentales. • Libros de texto. • Aplicación Additio e Idoceo.

13. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

Actividad	Lugar	Tipo	Temporalización	Vinculación con Unidades de Programación
Recreos deportivos	Pista exterior/ polideportivo	Voluntaria	Todo el curso	Deportes alternativos
San Silvestre	Patio exterior	Voluntaria	21 Diciembre	Condición física y prevención
Prueba Solidaria	Polideportivo	Voluntaria	17 de Marzo	Deportes adaptados y alternativos
Torneo Colpbol	Pista exterior/ polideportivo	Voluntaria	22 Junio	Deportes alternativos
Actividades propuestas por el Ayuntamiento de Mieres y la Consejería de Educación	Polidertivo	Complementaria	Todo el curso	-
Actividades de captación deportiva	Polidertivo	Complementaria	Todo el curso	-
Itinerario didáctico dentro del programa de educación ambiental. Red Natura. (Principado de Asturias) y actividad multiaventura.	Cangas de Onís y Arriondas	Extraesolar	Tercer trimestre	Medio Natural
Enigma de salvar una vida.	Polideportivo/ Salón de Actos	Complementaria	-	Condición física y prevención

14. PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE.

Se realizará un seguimiento mensual de la programación docente, dicho seguimiento quedará recogido en acta del Departamento, además se elaborará un informe de seguimiento trimestral y se enviará copia a Jefatura de Estudios.

CRITERIOS/PROCEDIMIENTOS	INDICADORES DE LOGRO
1. Revisar la programación docente.	1.1. Se revisa y comprueba el seguimiento de la programación, al menos mensualmente y se actúa según proceda. Se envía copia a Jefatura de Estudios una vez al trimestre.
2. Afianzar la coordinación entre los profesores.	2.1. Los profesores comparten información y coordinan sus actuaciones, en especial entre los que comparten nivel y agrupamientos flexibles.
3. Atender las situaciones que requieren medidas de atención a la diversidad.	3.1. Se elaboran en el departamento protocolos y documentos modelo para las diferentes medidas de atención a la diversidad. 3.2. Cada profesor elabora el plan concreto para cada situación. 3.3. Se dedica una reunión mensual al seguimiento de todas las medidas llevadas a cabo.
4. Formalizar las reuniones semanales.	4.1. Se establece un orden del día para las reuniones semanales. 4.2. Se levanta acta de cada reunión.
5. Favorecer el flujo de información entre el equipo directivo, la CCP y los profesores del departamento.	5.1. Se transmite la información de la CCP en la reunión semanal más próxima. 5.2. Se trasladan las sugerencias o preguntas del departamento a la CCP cuando proceda.
6. Evaluar la práctica docente a la luz de los resultados obtenidos.	6.1. Se hace una valoración cualitativa trimestral (informe de resultados) de los resultados académicos. 6.2. Se valoran trimestralmente las diferentes medidas de atención a la diversidad. 6.3. Se revisan las decisiones adoptadas o programadas según los resultados observados.

Por último, tenemos a nuestro alcance buenos medios para investigar sobre nuestra acción docente.

- Personalmente: autoevaluándonos y reflexionando diariamente, al final de cada trimestre y al final de curso. No repetiremos aspectos que sean negativos.
- Nuestros alumnos. Su juicio es muy importante, por ello, disponemos de una pequeña hoja de registro que los alumnos rellenarán cada vez que finalice un trimestre.

Cuestionario para rellenar por el alumnado	Siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
Los contenidos trabajados son de mi interés				
Se valora mi esfuerzo y participación en clase				
Se aplican los criterios de valoración explicados				
Las explicaciones son claras y comprensibles				
Nos ayuda con dificultades y resuelve problemas				
Las actividades propuestas son retos alcanzables				
Se escuchan y atienden nuestras sugerencias				
Es agradable y positiva				
Se promueve el respeto y la cooperación				
Trata de motivarnos y despertar nuestra curiosidad				

15. PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS ACORDADOS, RELACIONADOS CON EL DESARROLLO DEL CURRÍCULO.

✓ PLAN DE LECTURA, ESCRITURA E INVESTIGACIÓN

El Plan de Lectura, Escritura e Investigación (PLEI) tiene como objetivo fundamental la mejora del nivel competencial del alumnado, especialmente en la **Competencia en Comunicación Lingüística**, mediante **actuaciones coordinadas** entre los distintos departamentos. La mejora en la comprensión lectora, la expresión escrita y el fomento de la lectura serán los ejes principales. Para integrar estos objetivos en las programaciones docentes, se aplicarán los criterios de evaluación relacionados con esta Competencia Clave que se ajusten a las distintas materias de cada Departamento.

Los objetivos del PLEI:

1. Despertar y aumentar el interés por la lectura, apreciando los textos escritos como fuente de información, disfrute y riqueza personal.
2. Desarrollar una actitud positiva hacia la lectura en el tiempo de ocio.
3. Potenciar la comprensión lectora.
4. Utilizar la lectura como herramienta para comprender la información aportada por distintos tipos de textos adaptados a cada edad y procedentes de diversas fuentes.
5. Potenciar la lectura expresiva, con la fluidez y la entonación adecuadas.
6. Mejorar la expresión oral y escrita.
7. Ampliar el vocabulario y mejorar la ortografía.
8. Desarrollar habilidades que les permitan interpretar el mundo en el que viven y fomentar una actitud reflexiva y crítica ante él.
9. Formar lectores autónomos, capaces de ir desarrollando paulatinamente su propio gusto literario.
10. Promover el uso cotidiano de las bibliotecas, incluida la biblioteca del centro.
11. Valorar la importancia de cuidar y conservar los libros.
12. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para la búsqueda de información, desarrollando progresivamente su espíritu crítico, que les permita seleccionar la información útil, fiable y pertinente.
13. Elaborar un plan de lectura específico para cada curso.
14. Implicar a las familias en el fomento de la lectura.

Desde el **Departamento de Educación Física** trabajaremos en la siguiente dirección:

- Elaboración de trabajos en los que el alumnado lee, investiga y utiliza las nuevas tecnologías para la investigación y síntesis de datos.
- Lectura y reflexión de noticas de interés que se cuelgan en el corcho del polideportivo.
- Lecturas y trabajos de reflexión durante las guardias generadas por el alto número de actividades extraescolares en las que participamos (debido al carácter vivencial de nuestra asignatura).
- Realización de comentarios de texto o artículos publicados en distintos medios de comunicación con temática deportiva.
- Fomento de la lectura voluntaria de libros digitales de temática relacionada con la asignatura otorgando puntos extra en la calificación.
- Valoración de la correcta escritura y expresión en los trabajos, cuestionarios o exámenes.
  Para la evaluación tendremos en cuenta los siguientes **indicadores comunes desde todos los departamentos:**

Comprensión oral
• Identifica la **idea central,** las **ideas secundarias** y los datos accesorios de un texto oral. • Valora críticamente la **forma** y contenido de un texto oral.
Expresión oral
• Entonación adecuada en la lectura en voz alta. • Uso de registro formal, sin muletillas ni palabras malsonantes. • Lenguaje corporal adecuado.
Comprensión lectora
• Lectura atenta • Búsqueda en el diccionario de palabras (si no se conocen) • Subrayado de las ideas esenciales • Identificación del tema.
Expresión escrita
PRESENTACIÓN • Escritura con letra legible • Respeto de los márgenes y del espacio entre líneas • Título resaltado de los trabajos o tarea. • Nombre del autor o autora y grupo. Si es un archivo que se envía adjunto, además del nombre del alumno o alumna, el título de la tarea). • Cita de fuentes fiables (CCL3) • Cuidado de la estética (limpieza, sin tachones, presentación en general). **REDACCIÓN** • Elaboración de borrador previo. • Sintaxis correcta. • Texto estructurado en párrafos. • Uso de un vocabulario adecuado. **ORTOGRAFÍA** • Escritura sin faltas de ortografía, acentuación y puntuación. • En el caso de textos digitales, uso del corrector ortográfico. • Corrección y anotación de los fallos **Se descontará 0,1 puntos por infracción ortográfica hasta un máximo de 1 punto por prueba o ejercicio.**

Investigación
• Elabora de manera **autónoma** trabajos de investigación en distintos soportes. • Localiza, selecciona y contrasta informaciones que provengan de **distintas fuentes fiables y pertinentes,** especialmente de fuentes bibliográficas**.** • Organiza la información y la integra con **esquemas** propios. • Reelabora la información con actitud **crítica** y **creativa**, valorando la **calidad** y la **estética** del producto final**.** • **Cita correctamente** las fuentes consultadas. • **Consulta** y **analiza** informaciones de distintos medios de comunicación, redes sociales y páginas web. • Maneja **herramientas adecuadas** para evaluar con **actitud crítica** la veracidad de noticias e informaciones de medios y redes sociales frente a los sesgos de la información. • Hace un **uso responsable** de la Inteligencia Artificial como herramienta de trabajo y como fuente de información. • Valora la **propiedad intelectual** propia y ajena.

Las diferentes actividades que se proponen son comunes para los 4 cursos de la ESO adaptándose al nivel madurativo e intelectual de los alumnos. En los 2 primeros cursos se perseguirá la lectura y comprensión de lo leído y en los cursos superiores se tratará de analizar y valorar crítica y reflexivamente.

✓ PLAN DE DIGITALIZACIÓN Y PROGRAMA DE TECNOLOGÍAS EDUCATIVAS

El uso de la tecnología en la vida de un centro educativo es ya ineludible, tanto en la dimensión estructural y organizativa como en los procesos de enseñanza y aprendizaje. Desde el departamento de Educación Física seguimos las siguientes acciones:

- Uso con el alumnado de espacios virtuales (TEAMS, Aulas virtuales, etc.), así como de uso de aplicaciones deportivas (Strava, Fitify, gps orienteering, etc.). A través del uso de herramientas digitales, los estudiantes pueden registrar su progreso, analizar su rendimiento físico y acceder a recursos interactivos que fomenten hábitos saludables
- Uso de pantallas digitales en clase para visionado de bailes, rutinas de condición física, etc. Estas plataformas de aprendizaje en línea y videos educativos permiten que las clases sean más dinámicas, personalizadas y accesibles.
- Uso de ordenador de aula por el alumnado con enfermedades o lesiones temporales.
- Las profesoras del departamento se han formado en los cursos de competencia digital impartidos por la consejería de educación del Principado de Asturias.
- Uso de aplicaciones educativas para registro de calificaciones del alumnado.

✓ PROGRAMA HABLE

El Departamento de Educación Física participa activamente en el programa HABLE del instituto, integrando el uso del inglés en las clases y en las actividades extraescolares. Durante las sesiones, se emplea en muchas ocasiones el idioma para nombrar vocabulario específico del ámbito deportivo. Además, en actividades complementarias y extraescolares, se promueve el uso del inglés en contextos reales y motivadores, reforzando la competencia lingüística y el trabajo en equipo.

✓ PROYECTO RECREOS ACTIVOS

El Departamento de Educación Física lleva a cabo los recreos activos que persiguen:

1. Fomentar una educación integral, un estilo de vida saludable y activo entre el alumnado.
2. Reducir el sedentarismo.
3. Fomentar el trabajo cooperativo y mejorar las relaciones sociales.
4. Afianzar hábitos de cuidado y salud corporal forjando comportamientos saludables.
5. Conocer modalidades deportivas inclusivas, mixtas y alternativas a las que suelen practicar.
6. Fomentar la máxima práctica física y deportiva especialmente entre las niñas y adolescentes. (Suelen tener menos niveles de participación y abandono de práctica deportiva).
7. Reducir los posibles conflictos que en ocasiones se desarrollan durante los recreos.
8. Evitar la competitividad realizando partidos y actividades sin marcador / puntuación, cuándo es posible.
9. Iniciarse en actividades físicas en un gimnasio fomentando su autonomía y conocimiento físico deportivo, para ser usuarios de instalaciones deportivas en un futuro

✓ PROYECTO DE INNOVACIÓN HUERTA BROTES VERDES IBQ

- El Departamento de E. Física, participa en este proyecto a través del fomento de una alimentación saludable con productos frescos, y mayormente ecosostenibles. También se elaborarán videotutoriales y librillos de recetas saludables con dichos productos. Éstas serán compartidas con toda la comunidad educativa para el fomento de hábitos saludables.
- Por otro lado, se analizarán las malas posturas y lesiones derivadas de una mala ergonomía en el trabajo en el campo.

✓ PROYECTO DE PATRIMONIO

La educación física puede contribuir de manera valiosa a un proyecto de patrimonio cultural al conectar la actividad corporal con las tradiciones y manifestaciones culturales de la comunidad. Un trabajo en Educación Física con cuadros y obras del patrimonio puede ser una excelente forma de unir el arte y el movimiento, promoviendo una educación más integral. Por ejemplo:

- Se pueden seleccionar obras expuestas en el centro (pinturas, esculturas o murales) y utilizarlas como punto de partida para crear actividades corporales que interpreten sus emociones, formas o mensajes. El alumnado puede realizar pequeñas dramatizaciones o coreografías inspiradas en los cuadros, trabajar la expresión corporal a partir de los colores y las composiciones, o diseñar circuitos de movimiento que representen los temas de las obras.

- Se pueden realizar ejercicios de resistencia donde se utilicen las pausas de un entrenamiento interválico para realizar un duplicado de una obra a través del dibujo con una obra de referencia, realizar puzles o vincular autores con su obra.

De esta manera, se potencia la creatividad, la observación y la conexión entre el cuerpo y el arte, contribuyendo al conocimiento y puesta en valor del patrimonio del propio instituto.

- ✓ **PROYECTO DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO ESCOLAR, CONVIVENCIA Y COEDUCACIÓN.**

La Educación Física influye de manera significativa en un plan de bienestar emocional y prevención del acoso escolar en el centro educativo. No solo contribuye al desarrollo físico de los estudiantes, sino que también impacta directamente en su salud mental, su autoestima y sus relaciones sociales.

A través de la actividad física, se generan endorfinas que ayudan a reducir el estrés, la ansiedad y otros malestares emocionales, lo cual favorece un ambiente escolar más saludable. Además, al participar en juegos y dinámicas grupales, los alumnos aprenden a trabajar en equipo, respetar a los demás y comunicarse de manera efectiva, lo que refuerza habilidades sociales clave para la prevención del acoso.

La Educación Física también permite detectar actitudes o comportamientos de exclusión, burlas o agresividad que pueden ser señales tempranas de acoso escolar. El profesorado, al observar cómo interactúan los estudiantes en situaciones menos formales que el aula, puede identificar casos de conflicto o vulnerabilidad social. A su vez, las clases de Educación Física fomentan la inclusión y la participación de todo el alumnado, independientemente de su nivel físico, género o condición social, promoviendo así la igualdad y el respeto.

- ✓ **COMISIÓN DE SALUD**

El Departamento de E. Física forma parte de la Comisión de salud, trabajando de manera conjunta la salud del alumnado en todas sus vertientes y cumpliendo así con los saberes básicos y criterios de evaluación de la materia.