

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º BACHILLERATO



**Junta de
Castilla y León**
Consejería de Educación

IES ALONSO DE MADRIGAL

CURSO 24-25



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º BACHILLERATO

a) Introducción: conceptualización y características de la materia.

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo del bachillerato en la Comunidad de Castilla y León.

b) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre.

c) Metodología didáctica.

Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):

La propuesta curricular de bachillerato nos indica que el profesorado de Educación Física deberá respetar los principios básicos del aprendizaje, siempre en función de las características del alumnado de 1º de bachillerato. Igualmente, deberá respetar la naturaleza de la propia materia, las condiciones socioculturales de nuestro entorno, la disponibilidad de recursos del centro y, en especial, las características individuales del alumnado.

Además, se deberá tener en cuenta lo establecido en los artículos 11 y 12, junto al anexo II.A y III, del DECRETO 40/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de bachillerato en la Comunidad de Castilla y León.

En Educación Física puede ser adecuado emplear algunos de los siguientes modelos pedagógicos: 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 el basado en la autoconstrucción de materiales, entre otros.

Estilos de enseñanza

En cuanto a los estilos de enseñanza, entendidos estos como las relaciones que se establecen entre el docente y el alumnado durante el acto docente, se deberán emplear aquellos en los que el alumnado tenga un rol activo y participativo y que se refleje en la toma de decisiones referidas tanto a la organización de las actividades, como a su desarrollo, e incluso a la propia evaluación.

En cualquier caso, los estilos de enseñanza empleados por el profesorado se ajustarán a los siguientes principios:

- *Se fomentará el modelo asertivo de comunicación, tanto en la relación profesor- alumno como entre el alumnado.*
- *Se fomentarán las relaciones de respeto mutuo entre los profesores y el alumnado, y entre sí.*
- *Se favorecerá un clima afectivo positivo que dé confianza y seguridad al alumno para expresar sus pensamientos, emociones y sentimientos.*
- *Se proyectarán modelos positivos por parte del profesorado en cuanto a diálogo, comunicación y relación, de modo que se favorezca el aprendizaje por parte de los alumnos de comportamientos cívicos y sociales.*

Estrategias

Deben combinarse dentro del aula diversas estrategias metodológicas, que responderán a características muy definidas en su selección: en primer lugar, deben contextualizar el aprendizaje y se adaptarán a las diferentes capacidades y estilos de aprendizaje del alumnado, el tiempo, los recursos y los espacios disponibles.

En segundo lugar, deberán promover la motivación, para lo cual se optará por las que convierten al alumnado en protagonista, lo más autónomo posible, del proceso de aprendizaje. Se fomentará en el alumnado su participación e implicación, la adquisición y uso de conocimientos en situaciones reales a través de metodologías activas y



contextualizadas, potenciando tareas que supongan un desafío cognitivo, incrementen su autonomía, su autoconcepto y la consideración positiva frente al esfuerzo.

En tercer lugar, deberán potenciar la interacción entre los estudiantes, ayudando a generar un ambiente favorable dentro del aula que favorezca las estructuras de aprendizaje cooperativo, en las que, a través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo compartan y construyan el conocimiento mediante el intercambio de ideas.

Finalmente, las estrategias adoptadas deberán contribuir a que el alumnado transmita lo aprendido, como medio para favorecer la funcionalidad del aprendizaje adquirido.

Algunas de las estrategias más eficaces son las que potencian la participación activa del alumnado y el desarrollo de competencias, aplican aprendizajes cooperativos, favorecen la búsqueda de información, planifican tareas, elaboran hipótesis, intercambian ideas, investigan y experimentan, comparten y construyen el conocimiento de manera conjunta.

Técnicas de enseñanza

En cuanto a las técnicas de enseñanza a emplear por el profesorado en Educación Física, se basarán en los siguientes criterios:

- *Partir de los conocimientos previos. Para ello se realizará una detección de conocimientos previos que tiene el alumno, tanto al inicio de curso (evaluación inicial) como al inicio de cada unidad didáctica.*
- *Presentar los contenidos de forma significativa, es decir, ordenada y estructurada. Se podrán utilizar esquemas y/o mapas conceptuales al inicio del temario, al principio de cada unidad didáctica o al final como resumen de lo trabajado.*
- *Se efectuarán repasos de los contenidos dados. También, se combinará la exposición y explicación del profesor sobre los contenidos con la realización de ejercicios prácticos, diálogos, preguntas, trabajos, etc.*
- *Se realizará la apropiada selección de actividades generadoras de ricas experiencias, y se diseñarán distintos tipos de actividades de modo que respondan a las distintas características del alumnado en particular y del grupo-clase en general.*
- *Se garantizará la utilización de distintos materiales, recursos, así como de la disposición del aula para la realización de las actividades previstas, teniendo en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje y la atención a la diversidad del alumnado.*

Siguiendo estos criterios, se podrían seguir algunas de las siguientes técnicas: la expositiva, la demostración, la investigación, diálogo, la discusión y debate, el descubrimiento, el estudio dirigido, la representación de roles, la experimentación, la colaboración y cooperación, la resolución de problemas, la gamificación o el aprendizaje por proyectos, entre otras.

Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:

A lo largo de las diferentes situaciones de aprendizaje los agrupamientos vendrán dados por las actividades utilizadas para alcanzar los criterios de evaluación por parte del alumnado. Por tanto, se fomentará tanto el trabajo individual para trabajar la autosuperación y el autoconocimiento, como el trabajo en grupo o en equipo para favorecer el intercambio de ideas y fomentar el diálogo para la resolución de los diferentes problemas planteados, todo ello para facilitar el logro de los criterios de evaluación. Así, en las SA 4, 5 y 6 el trabajo individual tendrá mayor peso que el trabajo en grupo, por el contrario, en las SA 2, 3, 5, 7, 8 y 9 el trabajo en grupo o en equipo será más habitual.

Los tiempos de las distintas actividades estarán determinados por el ritmo de aprendizaje del alumnado. Al inicio de la sesión se plantearán los aspectos teóricos necesarios para dar base a las tareas y actividades que se practicarán a posteriori según los objetivos didácticos de cada una de las sesiones. En la última parte de la sesión, se dedicarán un breve tiempo para poner en común lo trabajado durante la sesión y establecer conclusiones para afianzar los contenidos trabajados durante la sesión.

Además, se utilizarán diferentes espacios, tanto cubiertos como al aire libre, siempre en función de la actividad a realizar en cada momento, aunque los espacios cubiertos serán los más utilizados por la disponibilidad de pabellón cubierto.



d) Secuencia de unidades temporales de programación.

	Título	Fechas y sesiones
PRIMER TRIMESTRE	SA 1: PRESENTACIÓN	4 sesiones, septiembre
	SA 2: EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA Y MÉTODOS ENTRENAMIENTO (FUERZA Y RESISTENCIA)	10 sesiones, octubre
	SA 3: CÓMO ORGANIZAR COMPETICIONES DEPORTIVAS	8 sesiones, noviembre
	SA 4: SALUD (NUTRICIÓN Y PRIMEROS AUXILIOS)	4 sesiones, diciembre
SEGUNDO TRIMESTRE	SA 5: PLANIFICACIÓN ACTIVIDADES DEPORTIVAS (ELABORACIÓN PROYECTO INTERCLASES)	12 sesiones, enero, febrero
	SA 6: PLAN DE ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL	8 sesiones febrero, marzo
	SA 7: RITMO Y EXPRESIÓN	7 sesiones abril
TERCER TRIMESTRE	SA 8: DEPORTES ELEGIDOS (ELABORACIÓN DE SESIÓN)	8 sesiones mayo
	SA 9: DEPORTES ALTERNATIVOS I	4 sesiones mayo, junio

e) Materiales y recursos de desarrollo curricular.

	Editorial	Edición/ Proyecto	ISBN
En su caso, Libros de texto			

	Materiales	Recursos
Impresos	Apuntes de la materia Fichas de registro Libros de texto para consulta	Artículos relacionados Libros de lectura relacionados
Digitales e informáticos	Teams Cuestionarios en diversas aplicaciones	Software Office 365 3 Altavoces bluetooth Equipo de sonido 2 proyectores 1 Pizarra digital
Medios audiovisuales y multimedia	Videos explicativos Presentaciones de contenidos	Aplicaciones móviles relacionadas
Manipulativos		Materiales deportivos diversos (Anexo III)
Otros		



f) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.

<i>Planes, programas y proyectos</i>	<i>Implicaciones de carácter general desde la materia</i>	<i>Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)</i>
Plan de Lectura	<ul style="list-style-type: none">• Lectura de los apuntes.• Breves lecturas relacionadas con la vida de deportistas a lo largo de la historia• Lectura y reflexiones orales en grupo sobre breves frases de deportistas, psicólogos deportivos y otras personas de interés.• Noticias de interés vinculadas con la materia y el contenido a trabajar según la situación de aprendizaje.	<ul style="list-style-type: none">• Todas• Todas• Todas• Todas
Plan TIC	<ul style="list-style-type: none">• Uso del software del entorno Educacyl	<ul style="list-style-type: none">• Todas
Plan de Convivencia	<ul style="list-style-type: none">• Resolución dialogada de los conflictos, respeto a los demás.• Funciones de arbitraje.	<ul style="list-style-type: none">• Todas• SA 3, 5, 8 y 9
Plan de fomento de la igualdad entre hombres y mujeres	<ul style="list-style-type: none">• Lectura y representación de diversos capítulos del libro: Beltrán, Carlos. (2022) "Prohibidas, pero no vencidas". Editorial Desnivel.	<ul style="list-style-type: none">• Todas
Plan de acción tutorial	<ul style="list-style-type: none">• Comunicación habitual de la participación del alumnado en el proceso de enseñanza y aprendizaje para mejorar la convivencia y el rendimiento académico.	<ul style="list-style-type: none">• Todas
Plan de Atención a la Diversidad	<ul style="list-style-type: none">• Elaboración de los planes de refuerzo, de recuperación de pendientes o de enriquecimiento tras la evaluación inicial.	<ul style="list-style-type: none">• Todas
Plan de Acogida	<ul style="list-style-type: none">• Muestra de las instalaciones deportivas del centro y de las actividades vinculadas con el Departamento durante los recreos.	<ul style="list-style-type: none">• Inicio de curso
Plan de Orientación académica y profesional	<ul style="list-style-type: none">• Ayudar al alumnado a conocerse, sus intereses, motivaciones, capacidades.• Dar a conocer al alumnado las diversas posibilidades académicas y profesionales relacionadas con la actividad física y el deporte una vez terminada la etapa.	<ul style="list-style-type: none">• Todas• Todas
Plan de prevención y control del absentismo escolar	<ul style="list-style-type: none">• Control de la asistencia a clase del alumnado en la plataforma requerida.	<ul style="list-style-type: none">• Todas
Plan de recreos activos	<ul style="list-style-type: none">• Promoción de la actividad física durante los recreos en el pabellón deportivo.	<ul style="list-style-type: none">• Inicio de curso
Plan de formación	<ul style="list-style-type: none">• El profesorado realiza cursos de formación y actualización organizados por el CFIE de Ávila y el propio centro	<ul style="list-style-type: none">• A lo largo del curso escolar.



g) Actividades complementarias y extraescolares.

<i>Actividades complementarias y extraescolares</i>	<i>Breve descripción de la actividad</i>	<i>Temporalización (indicar la SA donde se realiza)</i>
Deporte y Salidas profesionales	Taller impartido por AFEDECYL	Primer trimestre
Iniciación al Esquí	1 jornada de iniciación al esquí o snowboard en pista de nieve cubierta	Primer trimestre. SA 3
Actividad física en la naturaleza	Combinación de actividades deportivas en el parque de El Soto	Segundo trimestre. SA 5
Competición atletismo	Organización de una competición para sus compañeros de 1º y 2º ESO	Tercer trimestre. SA 5
Día de la EF en la Calle	Exhibición, en el patio o alrededores del IES, actividades físicas practicadas por el alumnado	Tercer trimestre. SA 8
Recreos activos	Actividades en los recreos según sus intereses deportivos.	Durante todo el curso escolar.
Juegos escolares	Inscripción del alumnado en la actividad organizada por el Excmo Ayto de Ávila y organizar un día de entrenamiento semanal	Durante todo el curso escolar.

h) Atención a las diferencias individuales del alumnado.

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Formas de representación</i>	<i>Formas de acción y expresión</i>	<i>Formas de implicación</i>
<p>Pauta 1: Proporcionar diferentes opciones para la percepción.</p> <p>La información debería ser presentada en un formato flexible de manera que puedan modificarse las siguientes características perceptivas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El tamaño del texto, imágenes, gráficos, tablas o cualquier otro contenido visual. 	<p>Pauta 4: Proporcionar opciones para la interacción física.</p> <p>Proporcionar alternativas en los requisitos de ritmo, plazos y motricidad necesarias para interactuar con los materiales educativos, tanto en los que requieren una manipulación física como las tecnologías.</p> <p>Proporcionar alternativas para dar respuestas físicas o por selección (por ejemplo,</p>	<p>Pauta 7: Proporcionar opciones para captar el interés.</p> <p>Proporcionar a los estudiantes, con la máxima discreción y autonomía posible, posibilidades de elección en cuestiones como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El nivel de desafío percibido. • El tipo de premios o recompensas disponibles. • El contexto o contenidos utilizados para la práctica y la evaluación de competencias.



<ul style="list-style-type: none">• El contraste entre el fondo y el texto o la imagen.• El color como medio de información o énfasis.• El volumen o velocidad del habla y el sonido.• La velocidad de sincronización del vídeo, animaciones, sonidos, simulaciones, etc.• La disposición visual y otros elementos del diseño.• La fuente de la letra utilizada para los materiales impresos. <p>Utilizar representaciones textuales equivalentes como subtítulos.</p> <p>Proporcionar transcripciones escritas de los vídeos o los clips de audio.</p> <p>Proporcionar descripciones (texto o voz) para todas las imágenes, gráficos, vídeos o animaciones.</p> <p>Proporcionar alternativas táctiles (gráficos táctiles u objetos de referencia) para los efectos visuales que representan conceptos.</p> <p>Proporcionar objetos físicos y modelos espaciales para transmitir perspectiva o interacción.</p> <p>Permitir la participación de un ayudante competente o un compañero para leer el texto en voz alta.</p>	<p>alternativas a la marca con lápiz o bolígrafo</p> <p>Proporcionar alternativas para las interacciones físicas con los materiales a través de las manos</p> <p>Pauta 5: Proporcionar opciones para la expresión y la comunicación.</p> <p>Componer o redactar en múltiples medios como: texto, voz, dibujo, ilustración, diseño, cine, música, movimiento, arte visual, escultura o vídeo.</p> <p>Usar objetos físicos manipulables.</p> <p>Resolver los problemas utilizando estrategias variadas.</p> <p>Usar aplicaciones Web (por ejemplo, wikis, animaciones, presentaciones).</p> <p>Proporcionar diferentes modelos de simulación (por ejemplo, modelos que demuestren los mismos resultados pero utilizando diferentes enfoques, estrategias, habilidades, etc.).</p> <p>Proporcionar múltiples ejemplos de soluciones novedosas a problemas reales. Proporcionar llamadas y apoyos para estimar el esfuerzo, los recursos y la dificultad.</p> <p>Facilitar modelos o ejemplos del proceso y resultado de la definición de metas.</p> <p>Proporcionar pautas y listas de comprobación para ayudar en la</p>	<ul style="list-style-type: none">• Las herramientas para recoger y producir información.• El color, el diseño, los gráficos, la disposición, etc.• La secuencia o los tiempos para completar los distintas partes de las tareas. <p>Permitir a los estudiantes participar en el proceso de diseño de las actividades de clase y de las tareas académicas. Involucrar a los estudiantes, siempre que sea posible, en el establecimiento de sus propios objetivos personales académicos y conductuales.</p> <p>Variar las actividades y las fuentes de información para que puedan ser:</p> <ul style="list-style-type: none">• Personalizadas y estar contextualizadas en la vida real o en los intereses de los estudiantes.• Culturalmente sensibles y significativas.• Socialmente relevantes.• Apropriadadas para cada edad y capacidad.• Adecuadas para las diferentes razas, culturas, etnias y géneros. <p>Diseñar actividades cuyos resultados sean auténticos, comunicables a una audiencia real y que reflejen un claro propósito para los participantes.</p> <p>Proporcionar tareas que permitan la participación activa, la exploración y la experimentación.</p>
--	---	---



<p>Proporcionar el acceso a software de texto-a-voz.</p> <p>Pauta 2: Proporcionar múltiples opciones para el lenguaje, las expresiones matemáticas y los símbolos.</p> <p>Pre-enseñar el vocabulario y los símbolos, especialmente de manera que se promueva la conexión con las experiencias del estudiante y con sus conocimientos previos.</p> <p>Proporcionar símbolos gráficos con descripciones de texto alternativas</p> <p>Insertar apoyos para el vocabulario y los símbolos dentro del texto (por ejemplo, enlaces o notas a pie de página con definiciones, explicaciones, ilustraciones, información previa, traducciones).</p> <p>Hacer que toda la información clave en la lengua dominante (por ejemplo, castellano) también esté disponible en otros idiomas importantes (por ejemplo, inglés) para estudiantes con bajo nivel de idioma español y en LSE para estudiantes sordos.</p> <p>Enlazar palabras clave del vocabulario a su definición y pronunciación tanto en las lenguas dominantes como en las maternas.</p> <p>Proporcionar herramientas electrónicas para la traducción o enlaces a glosarios multilingües en la Web.</p>	<p>definición de los objetivos o metas.</p> <p>Ponerlas metas, objetivos y planes en algún lugar visible.</p> <p>Integrar avisos que lleven “parar y pensar” antes de actuar así como espacios adecuados para ello.</p> <p>Incorporar llamadas a “mostrar y explicar su trabajo” (por ejemplo, revisión de portafolio, críticas de arte).</p> <p>Proporcionar listas de comprobación y plantillas de planificación de proyectos para comprender el problema, establecer prioridades, secuencias y temporalización de los pasos a seguir.</p> <p>Incorporar instructores o mentores que modelen el proceso “pensando en voz alta”.</p> <p>Proporcionar pautas para dividir las metas a largo plazo en objetivos a corto plazo alcanzables.</p> <p>Proporcionar organizadores gráficos y plantillas para la recogida y organización de la información.</p> <p>Proporcionar listas de comprobación y pautas para tomar notas.</p> <p>Hacer preguntas para guiar el auto-control y la reflexión.</p> <p>Mostrar representaciones de los progresos (por ejemplo, del antes y después con fotos, gráficas y esquemas o tablas mostrando el</p>	<p>Promover la elaboración de respuestas personales, la evaluación y la autoreflexión hacia los contenidos y las actividades. Incluir actividades que fomenten el uso de la imaginación para resolver problemas novedosos y relevantes, o den sentido a las ideas complejas de manera creativa.</p> <p>Crear un clima de apoyo y aceptación en el aula.</p> <p>Reducir los niveles de incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none">• Utilizar gráficos, calendarios, programas, recordatorios, etc. que puedan incrementar la predictibilidad de las actividades diarias.• Crear rutinas de clase.• Alertas y pre-visualizaciones que permitan a los estudiantes anticiparse y estar preparados para los cambios en las actividades, programas y eventos novedosos.• Opciones que puedan, en contraposición a lo anterior, maximizar lo inesperado, la sorpresa o la novedad en las actividades muy rutinarias. <p>Variar los niveles de estimulación sensorial:</p> <p>Variación en cuanto a la presencia de ruido de fondo o de estimulación visual, el número de elementos, de características o de ítems que se presentan a la vez.</p>
--	--	--



<p>Insertar apoyos visuales no lingüísticos para clarificar el vocabulario (imágenes, vídeos, etc.).</p> <p>Pauta 3: Proporcionar opciones para la comprensión.</p> <p>Anclar el aprendizaje estableciendo vínculos y activando el conocimiento previo (por ejemplo, usando imágenes visuales, fijando conceptos previos ya asimilados o practicando rutinas para dominarlos).</p> <p>Enseñar a priori los conceptos previos esenciales mediante demostraciones o modelos.</p> <p>Establecer vínculos entre conceptos mediante analogías o metáforas.</p> <p>Destacar o enfatizar los elementos clave en los textos, gráficos, diagramas, fórmulas, etc.</p> <p>Usar esquemas, organizadores gráficos, rutinas de organización de unidades y conceptos y rutinas de “dominio de conceptos” para destacar ideas clave y relaciones.</p> <p>Usar múltiples ejemplos y contra-ejemplos para enfatizar las ideas principales.</p> <p>Usar claves y avisos para dirigir la atención hacia las características esenciales.</p> <p>Destacar las habilidades previas adquiridas que pueden utilizarse</p>	<p>progreso a lo largo del tiempo, portafolios del proceso).</p> <p>Usar plantillas que guíen la auto-reflexión sobre la calidad y sobre lo que se ha completado.</p> <p>Proporcionar diferentes modelos de estrategias de auto-evaluación (por ejemplo, role playing, revisiones de vídeo, feedback entre iguales).</p> <p>Usar listas de comprobación para la evaluación, matrices de valoración (scoring rubrics) y ejemplos de prácticas o trabajos de estudiantes evaluados con anotaciones o comentarios.</p> <p>Pauta 6: Proporcionar opciones para las funciones ejecutivas.</p> <p>Proporcionar llamadas y apoyos para estimar el esfuerzo, los recursos y la dificultad.</p> <p>Facilitar modelos o ejemplos del proceso y resultado de la definición de metas.</p> <p>Proporcionar pautas y listas de comprobación para ayudar en la definición de los objetivos o metas.</p> <p>Ponerlas metas, objetivos y planes en algún lugar visible.</p> <p>Integrar avisos que lleven “parar y pensar” antes de actuar así como espacios adecuados para ello.</p> <p>Incorporar llamadas a “mostrar y explicar su trabajo” (por ejemplo, revisión de portafolio, críticas de arte).</p>	<ul style="list-style-type: none">• Variación en el ritmo de trabajo, duración de las sesiones, la disponibilidad de descansos, tiempos de espera, la temporalización o la secuencia de las actividades.• Modificar las demandas sociales requeridas para aprender o realizar algo, el nivel percibido de apoyo y protección y los requisitos para hacer una presentación en público y la evaluación.• Implicar en debates a todos los estudiantes de la clase. <p>Pauta 8: Proporcionar opciones para mantener el esfuerzo y la persistencia.</p> <p>Pedir a los estudiantes que formulen el objetivo de manera explícita o que lo replanteen.</p> <p>Presentar el objetivo de diferentes maneras.</p> <p>Fomentar la división de metas a largo plazo en objetivos a corto plazo.</p> <p>Utilizar indicaciones y apoyos para visualizar el resultado previsto.</p> <p>Diferenciar el grado de dificultad o complejidad con el que se pueden completar las actividades fundamentales.</p> <p>Proporcionar alternativas en cuanto a las herramientas y apoyos permitidos.</p> <p>Variar los grados de libertad para considerar un resultado aceptable.</p>
--	---	--



<p>para resolver los problemas menos familiares.</p> <p>Proporcionar indicaciones explícitas para cada paso en cualquier proceso secuencial.</p> <p>Introducir apoyos graduales que favorezcan las estrategias de procesamiento de la información.</p> <p>De vez en cuando, dar la oportunidad de crear situaciones en las que haya que revisar las ideas principales y los vínculos entre las ideas.</p>	<p>Proporcionar listas de comprobación y plantillas de planificación de proyectos para comprender el problema, establecer prioridades, secuencias y temporalización de los pasos a seguir.</p> <p>Proporcionar pautas para dividir las metas a largo plazo en objetivos a corto plazo alcanzables.</p> <p>Proporcionar organizadores gráficos y plantillas para la recogida y organización de la información.</p> <p>Proporcionar listas de comprobación y pautas para tomar notas.</p> <p>Hacer preguntas para guiar el auto-control y la reflexión.</p> <p>Mostrar representaciones de los progresos (por ejemplo, del antes y después con fotos, gráficas y esquemas o tablas mostrando el progreso a lo largo del tiempo, portafolios del proceso).</p> <p>Usar plantillas que guíen la auto-reflexión sobre la calidad y sobre lo que se ha completado.</p> <p>Proporcionar diferentes modelos de estrategias de auto-evaluación (por ejemplo, role playing, revisiones de vídeo, feedback entre iguales).</p> <p>Usar listas de comprobación para la evaluación, matrices de valoración (scoring rubrics) y ejemplos de prácticas o trabajos</p>	<p>Hacer hincapié en el proceso, el esfuerzo y la mejora en el logro de los objetivos como alternativas a la evaluación externa y a la competición.</p> <p>Crear grupos de colaboración con objetivos, roles y responsabilidades claros.</p> <p>Proporcionar indicaciones que orienten a los estudiantes sobre cuándo y cómo pedir ayuda a otros compañeros o profesores.</p> <p>Fomentar y apoyar las oportunidades de interacción entre iguales (p.e. alumnos tutores).</p> <p>Crear expectativas para el trabajo en grupo (por ejemplo, rúbricas, normas, etc.)</p> <p>Proporcionar feedback que fomente la perseverancia, que se centre en el desarrollo de la eficacia y la auto-conciencia, y que fomente el uso de estrategias y apoyos específicos para afrontar un desafío.</p> <p>Proporcionar feedback que enfatice el esfuerzo, la mejora, el logro o aproximación hacia un estándar, mejor que en el rendimiento concreto.</p> <p>Proporcionar feedback específico, con frecuencia y en el momento oportuno.</p> <p>Proporcionar feedback que sea sustantivo e informativo, más que comparativo o competitivo.</p> <p>Proporcionar feedback que modele cómo incorporar la</p>
---	--	--



	<p>de estudiantes evaluados con anotaciones o comentarios.</p>	<p>evaluación dentro de las estrategias positivas para el éxito futuro, incluyendo la identificación de patrones de errores y de respuestas incorrectas.</p> <p>Pauta 9: Proporcionar opciones para la auto-regulación.</p> <p>Proporcionar avisos, recordatorios, pautas, rúbricas, listas de comprobación que se centren en objetivos de auto-regulación como puede ser reducir la frecuencia de los brotes de agresividad en respuesta a la frustración.</p> <p>Incrementar el tiempo de concentración en una tarea aunque se produzcan distracciones.</p> <p>Aumentar la frecuencia con la que se dan la auto-reflexión y los auto-refuerzos.</p> <p>Proporcionar guías, mentores o apoyos que modelen el proceso a seguir para establecer las metas personales adecuadas que tengan en cuenta tanto las fortalezas como las debilidades de cada uno.</p> <p>Apoyar actividades que fomenten la auto-reflexión y la identificación de objetivos personales.</p> <p>Desarrollar controles internos y habilidades para afrontar situaciones conflictivas o delicadas.</p> <p>Manejar adecuadamente las fobias o miedos y los juicios sobre la aptitud “natural” (por ejemplo,</p>
--	--	--



		<p>“¿Cómo puedo mejorar en las áreas que me exigen mayor esfuerzo?” mejor que “No soy bueno en matemáticas”)</p> <p>Usar situaciones reales o simulaciones para demostrar las habilidades para afrontar los problemas de la vida cotidiana.</p> <p>Ofrecer dispositivos, ayudas o gráficos para facilitar el proceso de aprender a recabar y representar de manera gráfica datos de las propias conductas, con el propósito de controlar los cambios en dichas conductas.</p> <p>Usar actividades que incluyan un medio por el cual los estudiantes obtengan feedback y tengan acceso a recursos alternativos (por ejemplo, gráficas, plantillas, sistemas de retroalimentación en pantalla,...) que favorezcan el reconocimiento del progreso de una manera comprensible y en el momento oportuno.</p>
--	--	---

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

Alumnado	Adaptación curricular de acceso /no significativa	Observaciones
A	Elija un elemento.	
B	Elija un elemento.	
C	Elija un elemento.	
D	Elija un elemento.	

i) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos. (Pag.14)



j) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

<i>Indicadores de logro</i>	<i>Instrumentos de evaluación</i>	<i>Momentos en los que se realizará la evaluación</i>	<i>Personas que llevarán a cabo la evaluación</i>
El número de Unidades temporales de programación y sus sesiones diseñadas para el proceso de enseñanza y aprendizaje del alumnado son adecuadas y suficientes.	Lista de control	Final de curso	Profesorado de cada grupo
Los contenidos e indicadores de logro asociados a los criterios de evaluación favorecen el proceso de enseñanza y aprendizaje del alumnado de una manera correcta y adecuada.	Lista de control	Final de curso	Profesorado de cada grupo
Los instrumentos de evaluación proporcionan la información buscada de manera adecuada y concreta.	Lista de control	Final de curso	Profesorado de cada grupo
Los criterios de calificación y de recuperación ayudan en la valoración de los aprendizajes de manera adecuada.	Lista de control	Final de curso	Profesorado de cada grupo
Los contenidos transversales asociados a las situaciones de aprendizaje son trabajados en las UTP de manera adecuada y suficiente.	Lista de control	Final de curso	Profesorado de cada grupo
La metodología utilizada favorece el desarrollo del proceso de enseñanza y aprendizaje de manera adecuada.	Lista de control	Final de curso	Profesorado de cada grupo
Las medidas de atención a la diversidad y los planes específicos utilizados han ayudado al alumnado en el proceso de enseñanza y aprendizaje de forma adecuada.	Lista de control	Final de curso	Profesorado de cada grupo
Los materiales y recursos utilizados han sido adecuados en el proceso de enseñanza y aprendizaje.	Lista de control	Final de curso	Profesorado de cada grupo
La concreción de los planes y programas del centro vinculados a la materia ha sido adecuada y correcta.	Lista de control	Final de curso	Profesorado de cada grupo
Las actividades complementarias y extraescolares propuestas y su desarrollo ha sido correcto y adecuado.	Lista de control	Final de curso	Profesorado de cada grupo

Propuestas de mejora:



Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 9 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Peso CE</i>	<i>Contenidos de materia</i>	<i>Contenidos transversales</i>	<i>Indicadores de logro</i>	<i>Peso IL</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>SA</i>
1.1 Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos. (CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3)	7,9 %	A.1 C.3	CT2 CT3 CT4 CT5	1.1.1 Pone en práctica los diferentes instrumentos de valoración de las capacidades físicas, determinando así el nivel de condición física individual.	3,9%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2
				1.1.2 Conoce los sistemas de desarrollo de las diferentes capacidades físicas (resistencia y fuerza) y elabora un programa personal de actividad física enfocado a la mejora o mantenimiento de la salud.	3,9%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	6
1.2 Incorporar de forma autónoma, y según las preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, aplicando diferentes mecanismos de control de la intensidad. (STEM1, STEM2, STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2)	4,8 %	A.1	CT2 CT3 CT4 CT5	1.2.1 Interpreta mediante gráficas, los resultados obtenidos de las pruebas de condición física y control del esfuerzo a través de la toma de pulsaciones; y diferencia las diferentes zonas de entrenamiento para su aplicación en el programa de entrenamiento.	2,4%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2
				1.2.2 Elabora calentamientos autónomos y los pone en práctica a lo largo del curso.	2,4%	<i>Prueba oral</i> <i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i> <i>Autoevaluación</i>	3
1.3 Introducir en las rutinas diarias pautas de una alimentación saludable, una correcta educación postural y actividades de relajación, teniendo en cuenta las características y necesidades personales. (STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5)	1,6 %	A.1 A.2	CT2	1.3.1 Elabora un menú semanal en base al plato saludable y lo asocia a una de las dietas existentes en la actualidad siempre teniendo en cuenta las características físicas y personales.	0,8%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	4



				1.3.2 Ejecuta su programa de entrenamiento con una adecuada postura corporal e introduce rutinas de descarga y relajación.	0,8%	<i>Escala de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	6
1.4 Desarrollar y afianzar hábitos saludables en la vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA5)	4,8 %	A.2	CT2	1.4.1 Aplica las normas básicas de higiene corporal durante las lecciones, acudiendo con ropa y calzado deportivos atado correctamente y cambiándose la camiseta una vez finalizada la sesión.	4,8%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
1.5 Favorecer el desarrollo de las capacidades físicas y habilidades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales. (STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3)	4,8 %	A.2	CT2	1.5.1 Conoce los efectos positivos y negativos que la actividad física tiene sobre la salud individual y colectiva.	4,8%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	6
1.6 Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente en cualquier contexto, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. (CCL2, CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA1.2)	3,2 %	B4 B5	CT2 CT4 CT5	1.6.1 Reconoce los factores de riesgo en actividades físicas para prevenir accidentes y sabe aplicar medidas de actuación durante accidentes.	3,2%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	4
1.7 Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información escrita, visual o auditiva recibida. (CCL2, CCL3, STEM2, CD1, CPSAA1.2)	7,9 %	A.3	CT2 CT4 CT5	1.7.1 Distingue las tipologías corporales predominantes en nuestra sociedad.	7,9%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	6



1.8 Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales. (STEM2, STEM4, CD3, CD4, CPSAA1.2)	1,6 %	A.1	CT1 CT2	1.8.1 Registra datos relacionados con la realización de actividad física mediante el uso de aplicaciones en móviles, siendo capaz de compartir datos respetando la privacidad de los alumnos.	1,6%	<i>Escala de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2 y 6
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la mejora de su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participación en entornos colaborativos con intereses comunes. (CCL2, CCL3, STEM2, STEM4, CD1, CD2)	1,6 %	A.1	CT1 CT2	1.9.1 Hace uso de las tecnologías de la información y comunicación para justificar y documentar los trabajos realizados durante el curso.	1,6%	<i>Escala de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	5, 6 y 8
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3)	7,9 %	B.1 B.3 C.5	CT2 CT4 CT5	2.1.1 Identifica situaciones motrices individuales y cooperativas variadas para un deporte individual o colectivo, marcando un objetivo concreto que ha de resolver mediante el uso eficiente de los componentes de la motricidad.	3,9%	<i>Escala de observación</i>	<i>Heteroevaluación Autoevaluación</i>	3
				2.1.2 Es capaz de resolver situaciones imprevistas para mejorar los resultados colectivos.	3,9%	<i>Escala de observación</i>	<i>Heteroevaluación Autoevaluación</i>	3
2.2 Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. (STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3)	6,3 %	C.1	CT2	2.2.1 Hace uso de los mecanismos de percepción, decisión y ejecución para solucionar situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición, para un deporte individual o colectivo, autogestionando cualquier imprevisto.	6,3%	<i>Escala de observación</i>	<i>Heteroevaluación Autoevaluación</i>	8 y 9



2.3 Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. (STEM1, STEM2, CPSAA4, CE2, CE3)	6,3 %	C.1	CT2 CT3	2.3.1 Reconoce las diferentes partes de una sesión y sus finalidades, diseñando y exponiendo una sesión del deporte elegido.	6,3%	<i>Prueba oral</i>	<i>Heteroevaluación Coevaluación</i>	8
2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución de esas actividades, valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1.2, CE2, CE3)	7,9 %	C.4	CT2 CT3	2.4.1 Participa en todas las actividades motrices planteadas en la clase y se esfuerza por mejorar en el día a día, mostrando interés por la materia.	3,9%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				2.4.2 Sabe evaluar sus errores y los de los compañeros como parte imprescindible para el aprendizaje, mediante hojas de registro.	3,9%	<i>Escala de observación</i>	<i>Heteroevaluación Coevaluación</i>	8
3.1 Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. (STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2)	6,3 %	D.5 E.6	CT2 CT3	3.1.1 Desempeña roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros, valorándolos como potencial salida profesional, mediante la práctica de actividades motrices.	6,3%	<i>Escala de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	3 y 9
3.2 Cooperar y colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. (CCL1, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2)	7,9 %	C.2	CT2	3.2.1 Participa de forma activa en el desarrollo de proyectos y producciones motrices, a través de la cooperación y colaboración con el resto de los compañeros y profesor.	7,9%	<i>Escala de observación</i>	<i>Heteroevaluación Autoevaluación</i>	5



<p>3.3 Establecer mecanismos de relación, entendimiento y comunicación con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales, de diálogo en la resolución de conflictos (incluso en otras lenguas) y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas. (CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA5, CC2, CC3)</p>	<p>7,9 %</p>	<p>D.1 D.2 D.4 D.6 E.4 E.6</p>	<p>CT2 CT3</p>	<p>3.3.1 Realiza la práctica durante la clase estableciendo mecanismos de relación, entendimiento y comunicación con el resto de los compañeros.</p>	<p>7,9%</p>	<p><i>Registro anecdótico</i></p>	<p><i>Heteroevaluación</i></p>	<p>8</p>
<p>4.1 Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, incluidas las pertenecientes a la cultura castellana y leonesa, analizando sus orígenes y evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. (STEM5, CD2, CC1, CCEC1)</p>	<p>1,6 %</p>	<p>E.1</p>	<p>CT2</p>	<p>4.1.1 Justifica la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices, a través de la evolución de los juegos y deportes tradicionales a los deportes alternativos.</p>	<p>1,6%</p>	<p><i>Registro anecdótico</i></p>	<p><i>Heteroevaluación</i></p>	<p>9</p>
<p>4.2 Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición, para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad. (CD2, CPSAA1.2, CCEC3.2, CCEC4.1)</p>	<p>3,2 %</p>	<p>E.2 E.3</p>	<p>CT2</p>	<p>4.2.1 Experimenta diferentes técnicas expresivas mediante la guía y facilitación por parte del profesor y llegando a crear una composición corporal individual.</p>	<p>1,6%</p>	<p><i>Escala de observación</i></p>	<p><i>Heteroevaluación</i></p>	<p>7</p>
				<p>4.2.2 Crea y representa una composición corporal colectiva con base musical ante sus compañeros, aplicando diferentes técnicas expresivas</p>	<p>1,6%</p>	<p><i>Escala de observación</i></p>	<p><i>Heteroevaluación Autoevaluación</i></p>	<p>7</p>



5.1 Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1)	3,2 %	F.1 F.2 F.5	CT1 CT2	5.1.1 Analiza las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de la actividad física, concretando equipamientos y usos.	3,2%	<i>Proyecto</i>	<i>Heteroevaluación</i>	5
5.2 Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1)	3,2 %	B.2 F.3 F.4 F.6	CT1 CT2	5.2.1 Describe factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo individual y colectivo (cansancio, duración de la prueba o similares).	3,2%	<i>Proyecto</i>	<i>Heteroevaluación</i>	5



ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º BACHILLERATO

A. Vida activa y saludable.

- A.1 Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.
- A.2 Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.
- A.3 Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- B.1 Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades, higiene y similares).
- B.2 Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.
- B.3 Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).
- B.4 Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.5 Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Técnicas de primeros auxilios. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).
- B.6 Protocolos ante alertas escolares.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- C.1 Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos



fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

- C.2 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, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.
- C.3 Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
- C.4 Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.
- C.5 Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo con los recursos disponibles.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- D.1 Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.
- D.2 Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
- D.3 Deporte adaptado y su práctica como medio de sensibilización hacia otras realidades.
- D.4 Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.
- D.5 Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
- D.6 Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBifóbicas).

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- E.1 Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos, fundamentalmente los castellanos y leoneses, y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
- E.2 Técnicas específicas de expresión corporal.
- E.3 Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva.
- E.4 Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.
- E.5 Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia en medios de comunicación.
- E.6 Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- F.1 Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.
- F.2 Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.
- F.3 Actuaciones para la mejora del entorno natural y urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

- F.4 Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.
- F.5 Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.
- F.6 Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.



ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE BACHILLERATO

CT1. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.

CT2. La educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.

CT3. Las técnicas y estrategias propias de la oratoria que proporcionen al alumnado confianza en sí mismo, gestión de sus emociones y mejora de sus habilidades sociales.

CT4. Las actividades que fomenten el interés y el hábito de lectura.

CT5. Las destrezas para una correcta expresión escrita.

ANEXO III: INVENTARIO MATERIALES DEPORTIVOS Y RECURSOS

ARMARIO SUPERIOR VESTUARIO DE PROFESORES

1 balón de vóley sonoro	2 volantes de plumas	4 gomas elásticas saltos
2 bates de beisbol	16 discos voladores espuma usados	Gomas esterillas
7 botes de 6 volantes bádminton	16 anillos	2 gafas viejas buceo
1 balón goalball casero	1 bola goma de hockey	15 pelotas pequeñas palas playa
30 pompones	2 pelotas duras palas	Cronómetros (15 ok)
16 mini pompones	5 contas métricas 1'5 m	1 báscula
14 indiacas deterioradas	Gomas de pelo	
1 volante shuttleball	Auriculares cascos	

ARMARIO INFERIOR VESTUARIO DE PROFESORES

10 testigos atletismo	5 brújulas limbo fijo	2 ameses
1 disco madera atletismo	Vendas ojos	1 caja magnesio
4 palas viejas de tenis de mesa	23 antifaces	3 ochos descensores
Orientación 10 pinzas	5 redes pequeñas balones	4 cintas exprés
Orientación 10 balizas	9 discos voladores rígidos	6 anclajes
Orientación 24 brújulas Silva	11 discos voladores goma peque	2 cuerdas largas viejas
Planos Patio balizados	8 discos voladores espuma nuevos	6 presas pequeñas
Juego planos pabellón con conos	1 rollo banda elástica amarilla empezada	

ARMARIO CRISTAL VESTUARIO PROFESORES

1 juego herramientas bici	Termómetro	2 juegos herramientas bádminton
Caja herramientas	5 spray fire	Cuerda bádminton
2 alargadores	1 caja guantes látex	Cables altavoces
Bridas	Botiquín centro	1 cargador y cable altavoz
Bolsas hielo instantáneo	Botiquín salidas	Bolígrafos rojos

Bolígrafos azules	Tizas blancas	2 marcadores
2 borradores	Cinta embalar	Sello Departamento
1 perforador	Cinta señalización	Cinta aislante colores
Pinturas cera	Cuerdas	
Tizas color	Cinta 25 metros	

VESTUARIO PROFESORES ARMARIO BAJO

24 cuadrados dance Revolution	3 juegos figuras Acrosport
2 juegos Among Us	1 juego Plickers

VESTUARIO PROFESORES ARMARIOS VERTICALES

3 altavoces bluetooth	2 radiocasetes viejos	Camisetas Juegos Escolares
1 ordenador viejo	2 cd Course Navette	24 pelotas hockey colores
1 proyector viejo	30 conos chinos amarillos	2 balones goalball
1 proyector nuevo	30 conos chinos naranjas	10 conos altos naranjas
Cables HDMI y VGA	1 banda elástica 25 m roja	1 juego pictogramas normas
1 alargador-ladrón	1 cinta marcaje suelo	
5 pulsómetros		

CUARTO LUCES VESTUARIO PROFESORES

1 medidor talla	3 plataformas redondas equilibrio	3 tablas equilibrio
1 equipo sonido	3 rulos equilibrio	3 balancines equilibrio
1 percha balón		

PABELLÓN

1 Mesa rota	2 medidores salto vertical	6 canastas
7 mesas	2 pizarras	2 porterías
6 sillas	1 medidor CO2	Rocódromo
16 bancos suecos	Espalderas	Soporte red

ARMARIOS CERRADOS ALMACEN PABELLÓN

3 balones balonmano 3 tamaños

6 raquetas bádminton

2 raquetas bádminton pequeñas

2 balones gomaespuma

1 balón Fútbol 11

5 balones futbol sala

1 balón futbol sala pequeño

1 cuerda

2 redes vóley

3 redes tenis

1 red bádminton

2 redes canasta

1 bolsa rígida guarda balones

3 pelotas unihockey

18 pelotas espuma palas

2 tiendas campaña canadiense

1 bolsa raquetas bádminton

Petos

19 platos chinos

Pantalones cortos tela viejos

Fundas raquetas bádminton

50 diábolos completos

ALMACEN PABELLÓN

21 zancos mano

3 medidores flexibilidad sentados

1 medidor flexibilidad cajón

2 medidores Flexibilidad Profunda

1 barra equilibrio

25 bicicletas

15 cascos bici

4 plintas

2 plintas nuevos

2 minitramp

4 trampolines

1 trampolín nuevo

2 petros

9 vallas atletismo

2 listones aluminio altura

Petos rosas AMPA bici

Sacos

4 quitamiedos

4 postes vóley

1 red vóley

4 balones 5 Kg

2 balones 4 Kg

16 balones 3 Kg

16 balones 2 Kg

Botellas y material reciclado

8 bancos suecos

4 mesas tchoukball

39 esterillas

10 postes altura

4 carros abiertos

1 jaula balones

3 colchonetas amarillas

6 colchonetas naranjas

1 espaldera

4 porterías pequeñas

2 infladores

1 pizarra digital

1 pulverizador

4 balones colpbol

50 conos chinos 4 colores

25 setas

5 conos amarillos

4 conos azules

20 conos naranjas

10 conos blancos

2 gomas amarillas ½ campo

1 goma negra campo entero

4 gomas azules Decathlon

2 redes bádminton

4 cintas balizar ancho pabellón	7 mesas y tableros tenis mesa	1 balón plástico
12 mini vallas	7 redes tenis mesa	200 pelotas tenis aproximadamente
5 mini vallas altas	2 tenis mesa	15 pelotas espuma palas
17 balones balonmano varios tamaños	24 palas tenis mesa	23 palas plástico + 1 rota
6 balones flagfootball	Pelotas tenis mesa	Briks vacíos
1 balón rugby pequeño	27 raquetas bádminton	8 pelotas rítmica
2 balones rugby grande	1 raqueta bádminton pequeña	Tubos vacíos pelotas tenis
30 juegos flag persianas	18 volantes bádminton usados	37 aros plástico
10 balones espuma deteriorados	10 picas plástico	2 aros madera
6 balones catchball	13 picas madera	32 balones baloncesto
9 balones espuma	3 cuerdas largas	7 balones vóley duros
11 sticks planos	50 cuerdas pequeñas aproximadamente	7 balones vóley tricolor
40 sticks redondos	2 balones goma fútbol	6 balones vóley suaves
12 pelotas unihockey	1 balón fútbol pinchado	7 balones vóley blancos
		Bates beisbol contruidos

GIMNASIO PEQUEÑO

20 Colchonetas	3 Plintas	1 mesa profesor
18 Pelotas rítmicas	14 Aros	1 cañón fijo techo
Espalderas	24 Setas colores	1 pizarra
Cuerdas	Mesas y sillas	1 pizarra digital
3 Potros	1 Ordenador	5 bancos suecos



ANEXO IV: FICHA INICIO DE CURSO

Todos los alumnos poseen una cuenta @educa.jcyl.es y acceso gratuito al software Office 365. Se utilizarán esas herramientas en el proceso de enseñanza – aprendizaje y en los instrumentos de evaluación. Deben custodiar y recordar su usuario y contraseña de acceso, para su uso en cualquier momento de las sesiones, y si fuese posible, también fuera del centro.

¿TIENES POSIBILIDAD DE ACCESO A INTERNET EN CASA? SI NO

¿TIENES POSIBILIDAD DE ACCESO A INTERNET EN OTRO SITIO? SI NO ¿DÓNDE?

¿DISPONES DE ALGÚN DISPOSITIVO PARA CONECTARTE A INTERNET FUERA DEL HORARIO ESCOLAR?

NINGUNO ORDENADOR MÓVIL CON DATOS MÓVIL SIN DATOS TABLET

OTROS ¿CUALES?

Exento parcial de la parte práctica o exento temporal por lesión o enfermedad:

Presentará justificante médico, INDICANDO LAS ACTIVIDADES FÍSICAS QUE NO DEBE REALIZAR y DURANTE CUANTO TIEMPO. Realizará la parte práctica que no cubra la exención o se modificará para que la pueda realizar. Estos exentos parciales y temporales podrán ser evaluados con los siguientes instrumentos: examen escrito, registros sobre el trabajo diario, comentarios sobre lecturas, resúmenes, trabajos documentales, preguntas durante la sesión, registros de observación, ejercicios y/o pruebas de realizaciones prácticas de los contenidos y sus criterios de evaluación.

Exentos totales según Orden EDU 1076/2016

En Ávila a de septiembre de 2024

Edo:
(NOMBRE Y FIRMA DEL TUTOR LEGAL)

D.N.I.:

DATOS DEL ALUMNO PARA EL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA (CURSO 24-25)

1. DATOS DEL ALUMNO/A CURSO Y GRUPO.....

NOMBRE Y APELLIDOS

DIRECCIÓN Y LOCALIDAD

TELÉFONO Y NOMBRE TUTORES LEGALES.....

EDAD FECHA DE NACIMIENTO USUARIO@educa.jcyl.es.

¿HAS REPETIDO ALGÚN CURSO? ¿CUÁL?

¿EN QUÉ CENTRO ESTUDIASTE EL CURSO PASADO?

¿QUÉ NOTA SACASTE EN EDUCACIÓN FÍSICA EL CURSO ANTERIOR?

¿QUÉ ACTIVIDAD FÍSICA O DEPORTE TE GUSTARÍA PRACTICAR DURANTE EL CURSO EN LOS RECREOS?

Fútbol	Baloncesto	Voleibol	Hockey	Badminton
Botebol	Palas tenis	Ultimate (fresbee)	Tenis mesa	Justdodge
Datchball	Tchoukball	Otros:		NINGUNO

2. PRÁCTICA Y ANTECEDENTES DE ACTIVIDAD FÍSICA FUERA DEL HORARIO ESCOLAR

CURSO PASADO		ESTE CURSO	
ACTIVIDAD FÍSICA	FRECUENCIA SEMANAL	ACTIVIDAD FÍSICA	FRECUENCIA SEMANAL

¿SABES MONTAR EN BICI? ¿SABES NADAR? ¿SABES PATINAR? ¿SABES ESQUIAR?

SI NO +/- SI NO +/- SI NO +/- SI NO +/-

¿TIENES BICI? SI NO ¿TIENES PATINES? SI NO

HISTORIAL MÉDICO DEL ALUMNO

¿Tiene alguna enfermedad crónica?	SI	NO
En caso afirmativo especifique cuál		
¿Ha tenido algún desmayo o desfallecimiento con pérdida temporal de conocimiento?	SI	NO
En caso afirmativo especifique cuál ha sido la causa		
¿Hay algún motivo que le impida practicar ejercicio?	SI	NO
En caso afirmativo especifique cuál		
¿Es diabético/a?	SI	NO
¿Tiene ataques, convulsiones o epilepsias?	SI	NO
¿Tiene alguna enfermedad pulmonar? (Asma, bronquitis...).	SI	NO
En caso afirmativo especifique cuál		
¿Tiene algún problema cardíaco o enfermedad de corazón?	SI	NO
En caso afirmativo especifique cuál		
¿Ha sido intervenido quirúrgicamente alguna vez?	SI	NO
¿De qué?		
¿Es alérgico/a a algo?	SI	NO
¿A qué? ¿Qué síntomas le provoca?		
¿Toma algún medicamento de forma regular?	SI	NO
¿Cuál?		
¿Ha tenido alguna lesión de cierta importancia?	SI	NO
En caso afirmativo especifique cuál		

SOLO es necesario indicar aquellas patologías o enfermedades que puedan dificultar o afectar al desarrollo de la actividad física durante las clases.

¿Desea ampliar cualquier información anteriormente citada o proporcionar otra que pueda influir en la práctica de actividad física o deportiva del alumno/a?

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN GENERALES (Información más ampliada en la programación didáctica para el curso 24/25)

- Para superar la asignatura cada evaluación, es imprescindible cumplir cada uno de estos aspectos:
 - ASISTENCIA A CLASE Y PUNTUALIDAD (los tutores legales informarán sobre las causas de las faltas de asistencia)
 - ESFUERZO, AUTOEXIGENCIA, COOPERACIÓN Y PARTICIPACIÓN EN LA PRÁCTICA
 - EQUIPAMIENTO ADECUADO (ropa deportiva, chándal o camiseta y pantalón corto, deportivas bien atadas). No llevar consigo cualquier objeto que pueda facilitar el que se ocasionen lesiones a uno mismo o a los compañeros (anillos, pulseras, colgantes, piercings, etc.)
 - REALIZACIÓN DE LOS EJERCICIOS CON ATENCIÓN Y SEGURIDAD, UTILIZANDO ADECUADAMENTE EL MATERIAL Y LAS INSTALACIONES.
 - ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA ANTES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA e HIDRATACIÓN SUFICIENTE DESPUÉS DE LA PRÁCTICA
 - HIGIENE DESPUÉS DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA. El alumnado debe asistir a clase ya preparado con el material necesario para realizar la clase práctica y al terminar la misma se cambiará al menos de camiseta.
 - RESPETO A LOS COMPAÑEROS Y AL PROFESOR
- De estos aspectos se llevará un registro diario. El grado de incumplimiento de estos aspectos supondrá la pérdida de calificación en los criterios de evaluación correspondientes.
- Para poder evaluar correctamente los criterios de evaluación es indispensable realizar todas las actividades propuestas por el profesorado durante las clases, actividades y pruebas prácticas, actividades y pruebas teóricas, trabajos,
- En cada Unidad didáctica o situación de aprendizaje se dará a conocer al alumnado los instrumentos de evaluación que se utilizarán para su evaluación y posterior calificación.
- Todo aquel documento, ficha, trabajo, prueba, etc. que se entregue con retraso, por un cauce inadecuado (sin causa debidamente justificada) o que sea necesario repetir una o más veces para superarla, será calificado con una nota máxima de 5 puntos.
- La calificación en cada evaluación se obtendrá de la media ponderada de los criterios de evaluación trabajados hasta ese momento, que serán valorados con los instrumentos de evaluación seleccionados. De esta manera en las evaluaciones posteriores también se tendrá en cuenta lo trabajado y evaluado en las evaluaciones precedentes pudiendo de esa manera recuperarlos.
- La calificación final en junio se obtendrá de la media ponderada de los criterios de evaluación trabajados durante todo el curso.
- La metodología empleada en el proceso de enseñanza aprendizaje, junto con los criterios de evaluación y los criterios de calificación estarán publicados en el tablón de anuncios del pabellón deportivo, así como en el apartado del Departamento de Educación Física de la web del centro y los diferentes grupos de la aplicación Teams a los que pertenezca el alumnado.