

PROGRAMACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE

IES PINTOR ANTONIO LÓPEZ

CURSO 2023/2024

ÍNDICE

1. BASE NORMATIVA DE LA PROGRAMACIÓN	4
2. PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO.....	4
2.1 COMPOSICIÓN DEL DEPARTAMENTO Y DISTRIBUCIÓN DE MATERIAS Y GRUPOS:.....	5
2.2 MEDIDAS COMUNES ADOPTADAS	6
2.3 CRITERIOS DE EVALUACIÓN MÍNIMOS PARA SUPERAR LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA	6
3. LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA LEGISLACIÓN.....	7
3.1 COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA E.S.O.	7
3.2 COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN 1º CURSO DE BACHILLERATO	9
3.3 OBJETIVOS DE ETAPA DE ESO Y BACHILLERATO:.....	11
3.4 COMPETENCIAS CLAVE y CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS MISMAS:	13
4. RELACIÓN DE LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS CON SUS CRITERIOS DE EVALUACIÓN ASOCIADOS Y DESCRIPTORES OPERATIVOS (ESO Y BACHILLERATO).....	15
4.1 PRIMERO ESO.....	15
4.2 SEGUNDO ESO	16
4.3 TERCERO ESO.....	18
4.4 CUARTO ESO	19
4.5 PRIMERO BACHILLERATO.....	21
5. CONTENIDOS.....	23
5.1 PRIMERO ESO.....	23
5.2 SEGUNDO ESO	24
5.3 TERCERO ESO.....	25
5.4 CUARTO ESO	26
5.5 1º BACHILLERATO	27
6. SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE CONTENIDOS.....	30
7. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.....	33
8. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.....	34
9. PÉRDIDA DEL DERECHO A LA EVALUACIÓN CONTINUA.....	35
10. METODOLOGÍA Y RECURSOS DIDÁCTICOS.....	36

11. SEGUIMIENTO DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE Y COMUNICACIÓN CON LAS FAMILIAS	37
12. MATERIALES, TEXTOS Y RECURSOS DIDÁCTICOS	38
13. MEDIDAS DE APOYO Y REFUERZO EDUCATIVO	39
14. ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES.....	40
15. ALUMNOS EXENTOS DE REALIZAR LA PARTE PRÁCTICA NORMALIZADA	41
16. SISTEMAS DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES SUSPENSAS.....	42
17. SISTEMA DE RECUPERACIÓN DE MATERIAS PENDIENTES.	42
18. PRUEBA EXTRAORDINARIA PARA BACHILLERATO.....	43
19. GARANTÍAS PARA UNA EVALUACIÓN OBJETIVA.....	43
20. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.....	44
21. ELEMENTOS TRANSVERSALES	45
22. EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE	47
23. PLAN DE MEJORA.	48
24. BILINGÜISMO	48
24.1 SECCIÓN BILINGÜE INGLÉS EDUCACIÓN FÍSICA.....	49
24.2 PROGRAMACIÓN SECCIÓN BILINGÜE FRANCÉS.....	50
25. BACHILLERATO DE EXCELENCIA	51
26. OPTATIVA DEPORTE PARA 3º DE E.S.O.....	51
27. INDICADORES DE LOGRO DE DEPORTE 3º ESO:	52
28. ANEXOS.....	53

1. BASE NORMATIVA DE LA PROGRAMACIÓN

Para la realización de la presente programación se han utilizado los siguientes documentos prescriptivos:

- **Ley Orgánica 2/2006**, de 3 mayo, de ordenación del sistema educativo.
- **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 Obligatoria.
- **Real Decreto 243/2022**, de 5 de abril, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.
- **Decreto 65/2022**, de 20 de julio, de Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y currículo del La Educación Secundaria Obligatoria.
- **Decreto 64/2022**, de 20 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo del Bachillerato.
- **Decreto 111/2022**, de 11 de octubre, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el plan de estudios del Título Profesional Básico en Acceso y Conservación en Instalaciones Deportivas.
- **Instrucciones de las viceconsejerías de política educativa y de organización educativa, sobre comienzo del curso escolar 2023-2024** en centros docentes públicos no universitarios de la comunidad de Madrid.
- **Decreto 23/2023**, de 22 de marzo, atención a las diferencias individuales (Acnee, Acneae, incorporación tardía, Altas capacidades)
- **Orden 1712/2023**, de 19 de mayo, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en la Educación Secundaria Obligatoria.
- **Orden 2067/2023**, de 11 de junio, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en el Bachillerato
- **Orden 1736/2023**, de 19 de mayo, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se establecen los catálogos de materias optativas que los centros podrán incorporar a su oferta educativa en la Educación Secundaria Obligatoria y en el Bachillerato en la Comunidad de Madrid.
- **Decreto 32/2019**, de 9 de abril, del Consejo de Gobierno, por el que se establece el marco regulador de la convivencia en los centros docentes de la Comunidad de Madrid.

2. PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO.

2.1 COMPOSICIÓN DEL DEPARTAMENTO Y DISTRIBUCIÓN DE MATERIAS Y GRUPOS:

- **Marta Hellín Gutiérrez.** Profesora de Educación Física, funcionaria en prácticas. Comparte horario con Ciclo Formativo.
- **Jorge Bayón Serna.** Profesor de Educación Física, interino, habilitado en lengua inglesa.
- **Dino López Orgeira.** Profesor de Educación Física, interino, habilitado en lengua francesa e inglesa. Comparte horario en FP básica.
- **Luis Abánades Gil.** Profesor de Educación Física, interino, comparte horario en FP básica y Ciclo Formativo. (Sustituye Lucas Huertas Gómez)
- **Carla Blanco García.** Profesora de Educación Física, interina, jefa de Departamento, habilitada en lengua inglesa. Comparte horario con Ciclo Formativo.

<u>PROFESOR</u>	<u>MATERIA</u>	<u>NIVEL y GRUPOS</u>
Marta Hellín Gutiérrez	EDUCACIÓN FÍSICA	1º BACHILLERATO A 1º BACHILLERATO B
Jorge Bayón Serna	EDUCACIÓN FÍSICA	2º ESO A, B, C, D. (INGLÉS) 3º ESO B-C (INGLÉS) 4º ESO C (INGLÉS)
Dino López Orgeira	EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE	1º ESO C (FRANCÉS) 3º ESO C (FRANCÉS) 4º ESO A (INGLÉS) 1º BACHIBAC (FRANCÉS) FP Básica 2º Deporte 3ºA ESO
Luis Abánades Gil (Sustituye Lucas Huertas Gómez)	EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE	FP básica 1º Deporte 3ºB-C ESO
Carla Blanco García	EDUCACIÓN FÍSICA	1º ESO A, B. (INGLÉS) 3º ESO A-B (INGLÉS) 4º ESO B (INGLÉS) 1º BACHILLERATO C

El criterio en el reparto de grupos ha sido realizado en función del idioma en el que se imparte la materia, inglés o francés, asignando a los profesores habilitados dichos grupos. Los profesores asignados al centro al inicio de curso repartieron los grupos de forma consensuada.

2.2 MEDIDAS COMUNES ADOPTADAS

El Departamento está compuesto por 5 profesores. Al comienzo del curso se revisó y reestructuró la programación didáctica de Educación Física en ESO y Bachillerato realizándose de forma conjunta entre los miembros del Departamento y reflejando nuestras intenciones educativas en la etapa y en los diferentes cursos. Se estableció, así, una estructuración y secuenciación del currículo distribuido en unidades didácticas, propia y contextualizada al centro, así como desarrollando documentos y acciones comunes, con el fin de coordinar nuestra acción didáctica.

Debido a que nos encontramos en un instituto bilingüe, el departamento decidió que la programación será igual que para todos los grupos, independientemente del idioma y se adaptarán en función de los cursos y el nivel de los alumnos: la metodología, la parte conceptual y ciertas actividades, potenciando las situaciones de comunicación en el idioma correspondiente.

En la materia de Educación Física, ciertos contenidos son comunes a todos los cursos de la etapa: la condición física, el desarrollo de las capacidades físicas, el calentamiento, los deportes a distinto nivel de ejecución, el ritmo y la expresión...por ello, el departamento propone una forma de trabajo progresiva, aumentando el nivel de complejidad y la exigencia en función del curso.

La **resistencia aeróbica** es un contenido fundamental para este departamento, dada su relación con la salud cardiovascular y respiratoria. Es por ello que se trabajará de manera continuada a lo largo de todo el curso con diferentes actividades y en todos los cursos. Para valorar y evaluar la resistencia aeróbica de nuestros alumnos, se propone un test de carrera: la Course-Navette (relación con las competencias específicas de la Educación Física). Se utilizará la batería Alphafitness.

Por otra parte, en el presente curso es objetivo del Departamento de Educación Física la consolidación de estilos de activo y vida saludable, así como la **mejora de la competencia motriz para combatir los efectos del sedentarismo y los factores de riesgo asociados a éste**.

Este propósito a la vez, está en línea con los **Objetivos de Desarrollo Sostenibles** de la agenda para 2030.

2.3 CRITERIOS DE EVALUACIÓN MÍNIMOS PARA SUPERAR LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA

1. Participar y colaborar de manera activa en todas las actividades programadas, mostrando respeto a los compañeros, el material y al profesor, trabajando en equipo y mostrando actitudes de tolerancia y capacidad crítica ante la violencia.
2. Conocer y practicar los métodos de trabajo de las capacidades físicas básicas relacionados con la salud, así como sus efectos beneficiosos y posibles riesgos.

3. Realización de los test de condición física programados mostrando actitudes de esfuerzo e interés en la mejora de la condición física y salud.
4. Realizar de forma desinhibida las actividades de expresión corporal, coreografías y/o baile utilizando elementos rítmicos y expresivos.
5. Conocer las acciones técnicas y principios tácticos en los deportes vistos y aplicarlas en situaciones de juego y torneos, mostrando actitudes de mejora.
6. Conocer y aplicar correctamente los contenidos teóricos relacionados con la salud, la nutrición, los primeros auxilios y/o los deportes, elaborando un trabajo y/o realizando un examen teórico al respecto.
7. Participar, y mostrar actitudes de superación en todas aquellas actividades que puedan suponer un reto (escalada, patinaje, coreografías, carrera continua...).
8. Conocer de manera básica los conceptos teóricos de las actividades practicadas durante el curso, entendiendo el fenómeno social de las actividades físicas, haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación.

3. LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA LEGISLACIÓN

Tanto en el Decreto 65/2022 como el Decreto 64/2022, que ordenan el Currículo de ESO y Bachillerato respectivamente, vertebran a la Educación Física en 6 bloques de contenidos:

- **Vida activa y saludable** que busca la salud física, mental y social.
- **Organización y gestión de la actividad física** en el que se fomenta la práctica física, la práctica motriz y la planificación y gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.
- **Resolución de problemas en situaciones motrices** que se fundamenta en la toma de decisiones, el uso adecuado de las posibilidades motrices, y los procesos de creatividad motriz tanto en acciones individuales, como cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.
- **Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices** que pretende el aprendizaje de la respuesta emocional en la práctica de actividad física y deportiva.
- **Manifestaciones de la cultura motriz**, que se organiza entorno al conocimiento de la cultura motriz tradicional, las cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.
- **Interacción eficiente y sostenible con el entorno** mediante el uso de medio natural y urbano.

3.1 COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA E.S.O.

Además, la nueva legislación recoge que son **competencias específicas de la Educación Física** durante la etapa obligatoria:

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 de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto entre participantes y las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.
4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo 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. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.
5. Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable aplicando medidas de seguridad en la práctica físico-deportiva según el entorno, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: STEM5, CC4, CE1, CE3.

3.2 COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN 1º CURSO DE BACHILLERATO

Descriptas por el Decreto 64/2022:

1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril: STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5 y CE3.
2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación y crecimiento al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril: CPSAA1.2, CPSAA4, CE2 y CE3.
3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril: CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5 y CC3.
4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril: STEM5, CPSAA1.2, CC1 y CCEC1.
5. Implementar un estilo de vida apropiado y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y

urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4 y CE1.

El **RD 217/2022** establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria. En Educación Física, en su parte introductoria, recoge:

*“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, que pasan, entre otros, por conseguir que el alumnado consolide un estilo de vida activo, asiente el conocimiento de la propia corporalidad, disfrute de las manifestaciones culturales de carácter motor, integre actitudes ecosocialmente responsables o afiance el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial e indisoluble del propio aprendizaje.”*

Asimismo, dicho **Real Decreto** establece:

“Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Como consecuencia de ello, se deberá evitar centrar las situaciones de aprendizaje exclusivamente en un único bloque, tratando de integrar saberes de distintas procedencias.”

Por su lado, el **Decreto 64/2022**, que establece la ordenación y el currículo del Bachillerato nos dice que: *“La **Educación Física en Bachillerato** se desarrolla desde una doble vertiente; por un lado, dando continuidad al trabajo realizado durante la Educación Secundaria Obligatoria, donde se abordaron retos clave como, por ejemplo, la consolidación de un estilo de vida activo y saludable en el alumnado, el desarrollo de actitudes responsables o el afianzamiento de la capacidad de puesta en acción de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Por otro lado, la Educación Física en Bachillerato adquiere un carácter propedéutico. En este sentido, el aumento vertiginoso de la oferta formativa y laboral relacionada con la materia puede explicarse, en parte, por la evolución y el auge que en los últimos años han experimentado la actividad física, el deporte, la salud y la ocupación del tiempo libre. Por ello, entre los propósitos de la Educación Física en esta etapa educativa, cabe destacar la presentación de una gran variedad de alternativas representativas de la versatilidad de la disciplina que sirva para acercar al alumnado a las distintas profesiones y a las diversas opciones*

de formación características del ámbito universitario, de la formación profesional o de las enseñanzas deportivas.

Así, en esta etapa educativa, y sobre la base del desarrollo de la motricidad alcanzado en las etapas anteriores, se deberá de continuar incidiendo en el dominio del ámbito corporal, profundizando tanto en los componentes técnico-tácticos de sus manifestaciones, como en los factores que condicionan su adecuada puesta en práctica.”

3.3 OBJETIVOS DE ETAPA DE ESO Y BACHILLERATO:

De conformidad con el artículo 7 del **Real Decreto 217/2022**, de 29 de marzo, la **Educación Secundaria Obligatoria** contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que les permitan:

- 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 corrección, 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 conservación y mejora.
- l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

Según el **Decreto 243/2022**, el **Bachillerato** contribuirá a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.
- c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en la historia e impulsar la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.
- d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su comunidad autónoma.
- f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
- g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.

- h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
- i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
- l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social.
- n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.
- o) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.

3.4 COMPETENCIAS CLAVE Y CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS MISMAS:

Dentro del **Real Decreto 217/2022**, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria, se definen las competencias clave como *“desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo, y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales”*.

Desde las diferentes unidades didácticas se realizará una contribución general a la consecución de las diferentes competencias clave. A continuación, se recogen las aportaciones específicas más relevantes:

a) Competencia en comunicación lingüística (CCL)

A la adquisición de esta competencia se contribuirá desde el vocabulario específico de los diferentes deportes y actividades, con el conocimiento de términos relacionados con el entrenamiento, la técnica, táctica, la anatomía y fisiología. Así como en la realización de trabajos y las lecturas de los diferentes apuntes de autoelaboración, además de a través de la exposiciones, charlas y reflexiones sobre los distintos contenidos.

b) Competencia plurilingüe (CP)

En aquellos grupos de sección lingüística, se trabajará mediante la utilización del idioma correspondiente.

c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)

Se contribuirá principalmente desde el conocimiento científico de nuestra propia materia, también con el uso de dispositivos móviles, aplicaciones Apps y electrónicos para medir distancias, códigos QR, valoraciones gasto y la ingesta calórica, los cálculos relacionados con la frecuencia cardíaca, distancia y lostiempos de vuelta en carrera, al igual que en diversas actividades como la orientación o las actividades rítmicas y cuenta de tiempos musicales. Finalmente, las actividades relacionadas con el medio natural, los primeros auxilios y en general desde todas las unidades didácticas, gracias a la creación de hábitos de actividad física y salud.

d) Competencia Digital (CD)

Mediante el uso del Aula Virtual y la metodología *flipped classroom*, se contribuirá durante todo el curso a la utilización de las Tecnologías de la Información; además, los los alumnos deberán tener un portfolio digital, donde reúnan todas las actividades y fichas trabajadas durante el curso. Se les proporcionará, asimismo, información sobre aplicaciones, programas o dispositivos que puedan ayudarles a realizar actividad físico-deportiva o seguir trabajando los contenidos vistos en clase (*Wikiloc, Sworkit, Fatsecret, Endomondo, Oruxmaps, lector QR, Alpify, My112, Webquest nutrición...*).

De igual manera, para fomentar la competencia digital entre el alumnado, desde el Departamento de Educación Física se utilizarán las siguientes herramientas:

Todas las herramientas y plataformas tecnológicas proporcionadas por la Comunidad de Madrid.

Herramientas Microsoft 365 a través de la Consejería de Educación, asociada a las cuentas de correo de EducaMadrid.

Otras herramientas: apps relacionadas con contenidos trabajados durante el curso, editores de vídeo, programas de biomecánica, etc.

e) Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)

Que el alumno entienda los conceptos explicados, que sea capaz de buscar, contrastar y tener actitud crítica ante diferentes informaciones, el descubrir y vivenciar los principios y fundamentos de las diferentes actividades y deportes será un objetivo a lograr desde toda la programación. Para ello, se utilizará una metodología activa y el uso de la transferencia en todos los contenidos, para contribuir al desarrollo de esta competencia potenciando el autodescubrimiento y la autonomía.

f) Competencia ciudadana (CC)

La integración, el respeto, la cooperación y el trabajo en equipo, la violencia en el deporte... así como todos los valores positivos asociados a la actividad física y el deporte serán trabajados transversalmente en todos los cursos.

g) Competencia emprendedora (CE)

Muy relacionada con “Aprender a aprender”, se desarrollará esta competencia, otorgando al alumno mayor protagonismo y autonomía en el diseño y realización de actividades propias (dirigiendo calentamientos, creación de torneos, propuestas personales de mejora de hábitos saludables, montajes coreográficos...), siendo el fin último de la programación la creación de hábitos de actividad física, salud y deporte y la autonomía del alumnado.

h) Competencia en conciencia y expresiones culturales (CCEC)

La programación contribuirá al conocimiento de los juegos y deportes como hecho cultural; se realizarán actividades específicas para dar a conocer las manifestaciones del deporte actual, y se trabajará el hecho de la violencia en el deporte. A la expresión corporal y artística, se contribuirá desde las actividades rítmicas y expresivas, también por medio de la dramatización y simulación de accidentes y lesiones.

4. RELACIÓN DE LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS CON SUS CRITERIOS DE EVALUACIÓN ASOCIADOS Y DESCRIPTORES OPERATIVOS (ESO Y BACHILLERATO).

4.1 PRIMERO ESO

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptores
CE1. 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 de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.	1.1. Establecer secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. 1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. 1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física y deportiva, aplicando medidas rudimentarias de primeros auxilios. 1.5. Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.
CE2. 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,	1.6. Conocer y explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su 2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo,	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

<p>decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>deporte. incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2. Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna</p> <p>2.3. Demostrar interés por la adquisición de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p>	
<p>CE 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto entre participantes y las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.</p>	<p>3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p> <p>3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.</p>	<p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.</p>
<p>CE4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.</p>	<p>4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico- expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.</p> <p>4.2. Diferenciar objetivamente las distintas actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos.</p> <p>4.3. Participar activamente en la representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>	<p>CC2, CC3, CCEC2, CCEC3, CCEC4.</p>
<p>CE.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable aplicando medidas de seguridad en la práctica físico- deportiva según el entorno, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.</p>	<p>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 y siendo conscientes de su huella ecológica. 5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, identificando las normas de seguridad individuales y colectivas necesarias para disfrutar de una práctica segura.</p>	<p>STEM5, CC4, CE1, CE3</p>

4.2 SEGUNDO ESO

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptores
<p>CE1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las</p>	<p>1.1. Establecer secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.</p> <p>1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación</p>	<p>CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2,</p>

<p>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 de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.</p>	<p>corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices.</p> <p>1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p> <p>1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física y deportiva, aplicando medidas rudimentarias de primeros auxilios.</p> <p>1.5. Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>1.6. Conocer y explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	<p>CPSAA4.</p>
<p>CE2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2. Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>2.3. Demostrar interés por la adquisición de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p>	<p>CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.</p>
<p>CE 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto entre participantes y las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.</p>	<p>3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p> <p>3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.</p>	<p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.</p>
<p>CE4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la</p>	<p>4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.</p> <p>4.2. Diferenciar objetivamente las distintas actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos.</p> <p>4.3. Participar activamente en la representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>	<p>CC2, CC3, CCEC2, CCEC3, CCEC4.</p>

motricidad en el marco de las sociedades actuales.		
CE.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable aplicando medidas de seguridad en la práctica físico- deportiva según el entorno, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	<p>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 y siendo conscientes de su huella ecológica.</p> <p>5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, identificando las normas de seguridad individuales y colectivas necesarias para disfrutar de una práctica segura.</p>	STEM5, CC4, CE1, CE3

4.3 TERCERO ESO

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptores
CE1. 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 de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.	<p>1.1. Planificar 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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.</p> <p>1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen cualquier estereotipo, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información basándose en criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p> <p>1.6. Planificar con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales, vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.
CE2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>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.</p> <p>2.3. Evidenciar y movilizar estrategias de 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.</p>	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3
CE 3. Compartir espacios de práctica físico- deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el	3.1. Practicar y participar activamente en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas actuando con deportividad al asumir los roles de	CCL5, CPSAA1, CPSAA3,

respeto entre participantes y las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.	público, participante u otros. 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. 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.	CPSAA5, CC3.
CE4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	4.1. Comprender 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. 4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos. 4.3. Participar en la elaboración y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramientas de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.	CC2, CC3, CCEC2, CCEC3, CCEC4. AA
CE.5. Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable aplicando medidas de seguridad en la práctica físico-deportiva según el entorno, 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. 5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad, individuales y colectivas.	STEM5, CC4, CE1, CE3

4.4 CUARTO ESO

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptorios
CE1. 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 de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.	1.1. Estructurar de manera crítica 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. 1.2. Desarrollar y ampliar 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, incorporando como hábitos las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. 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. 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios y de carácter complementario. 1.5. Consolidar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

	<p>estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información basándose en a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p> <p>1.6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando y controlando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	
<p>CE2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>2.1. Desarrollar activamente proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y garantizar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>	<p>CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3</p>
<p>CE 3. Compartir espacios de práctica físico- deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto entre participantes y las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.</p>	<p>3.1. Practicar, participar y colaborar 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 público, participante u otros.</p> <p>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices, 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.</p> <p>3.3. Interactuar de manera comprensiva, relacionándose y entendiéndose, 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.</p>	<p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.</p>
<p>CE4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.</p>	<p>4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo.</p> <p>4.2. Consolidar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos.</p> <p>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 herramientas de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.</p>	<p>CC2, CC3, CCEC2, CCEC3, CCEC4. AA</p>
<p>CE.5. Adoptar un estilo de vida</p>	<p>5.1. Intervenir y planificar actividades físico-deportivas en entornos naturales</p>	<p>STEM5,</p>

sostenible y responsable aplicando medidas de seguridad en la práctica físico-deportiva según el entorno, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	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. 5.2. Diseñar, organizar y colaborar en la dirección de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	CC4, CE1, CE3
---	---	---------------

4.5 PRIMERO BACHILLERATO

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptor
CE1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	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. 1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales. 1.3. 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, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. 1.4. 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 recibida. 1.5. 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, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5 y CE3.
CE2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual o de colaboración-oposición, 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. 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. 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.	CPSAA1.2, CPSAA4, CE2 y CE3.

superación y crecimiento al enfrentarse a desafíos físicos.		
CE3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.	<p>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, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo, etc., al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.</p> <p>3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando, de forma coordinada, cualquier imprevisto o situación que pueda surgir a lo largo del proceso.</p> <p>3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de las habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos, con actitud reflexiva y crítica ante acciones violentas o discriminatorias.</p>	CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5 y CC3.
CE4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.	<p>4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.</p> <p>4.2. Crear y representar composiciones corporales, 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.</p>	STEM5, CPSAA1.2, CC1 y CCEC1.
CE5. Implementar un estilo de vida apropiado y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.	<p>5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con ellos 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.</p> <p>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.</p>	STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4 y CE1.

5. CONTENIDOS

5.1 PRIMERO ESO

<p>A. Vida activa y saludable.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Salud física. Tasa mínima y recomendaciones de actividad física diaria y semanal. Adecuación del tipo, volumen y la intensidad de la actividad a las características personales. -Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Pautas básicas de consumo. Tipos de alimentos, frecuencia recomendada y variedad de la ingesta. -Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. - Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. -Salud social. Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales (tabaquismo, consumo de alcohol, etc.). -Salud mental. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.
<p>B. Organización y gestión de la actividad física</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Elección de la práctica física. Gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. -Preparación de la práctica motriz. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. -Planificación y autorregulación de proyectos motores. Establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. -Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Medidas de seguridad en las actividades físicas practicadas dentro y fuera del centro escolar. -Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112. Soporte Vital Básico (SVB).
<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Toma de decisiones. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en los que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica. Integración del esquema corporal. Integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. -Capacidades condicionales. Desarrollo de las capacidades físicas básicas. Componentes elementales de la carga para el acondicionamiento físico. -Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: Deportes y actividades individuales: atletismo, carreras de velocidad, salto de longitud, lanzamiento de jabalina, combas o malabares, entre otros. Deportes de red y muro: bádminton o mini tenis. Deportes de invasión: balonmano, colpbol, hockey o unihockey. -Creatividad motriz. Resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
<p>D. Emociones y relaciones sociales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Gestión emocional. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. Reconocimiento del estrés asociado a situaciones motrices. -Habilidades sociales. Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad. -Respeto a las reglas. Las reglas de juego como elemento de integración social. -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.
<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas. -Usos comunicativos de la corporalidad. Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación: mimo y juego dramático. -Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Danza aeróbica: variantes, pasos y coreografías básicas. -Deporte y género. Presencia y relevancia de figuras masculinas y femeninas. Análisis crítico. Influencia del deporte en la cultura actual. El deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.
<p>F. Interacción eficiente y sostenible con el</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Normas de uso. Conocimiento y respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. -Nuevos espacios y prácticas deportivas: características, requisitos, condicionantes, medidas de seguridad, de cuidado y de conservación del entorno de práctica. Utilización de espacios naturales desde la motricidad. Senderismo. Utilización de espacios urbanos desde la motricidad. Ciclismo urbano.

entorno.	<ul style="list-style-type: none"> -Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos. -Consumo responsable. Autoconstrucción de materiales para la práctica motriz. -Cuidado del entorno durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.
-----------------	--

5.2 SEGUNDO ESO

A. Vida activa y saludable.	<ul style="list-style-type: none"> -Salud física. Refuerzo de determinados conceptos relacionados con la salud, como son la tasa mínima de actividad física diaria y semanal, o la relación entre salud y alimentación. Adaptación del volumen, la intensidad y la frecuencia de la actividad física a las características personales y aproximación a una dieta adaptada a consideraciones individuales. -Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del núcleo central del cuerpo (core; zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. -Cuidado del cuerpo: diseño de un calentamiento general autónomo. -Desarrollo y aplicación de pautas para prevenir y tratar el dolor muscular de origen retardado. -Salud social. Análisis crítico de cualquier estereotipo. Comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. -Salud mental. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.
B. Organización y gestión de la actividad física	<ul style="list-style-type: none"> -Elección de la práctica física. Consolidación de técnicas de gestión aplicadas a situaciones de competición basadas en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. -Preparación de la práctica motriz. Autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte. -Planificación y autorregulación de proyectos motores. Afianzamiento de los mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Profundización en el uso de herramientas y recursos digitales para la gestión de la actividad física. -Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Aplicación y diseño de medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro educativo. Calzado deportivo, ropa y ergonomía. -Repaso de las actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Técnica PAS (proteger, ayudar, socorrer). x Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).
C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	<ul style="list-style-type: none"> -Toma de decisiones. Planificación de pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas diversas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: Integración del esquema corporal. Integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en secuencias motrices y/o deportivas diversas. -Capacidades condicionales. Desarrollo de las capacidades físicas básicas. Principios básicos del acondicionamiento físico. -Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: Deportes y actividades individuales: habilidades gimnásticas y acrobáticas. Deportes de red y muro: <i>bossaball</i> o <i>futvoley</i>. Deportes de combate: lucha, judo, karate, <i>kickboxing</i> o <i>taekwondo</i>. Deportes de invasión: fútbol o fútbol gaélico. Deportes y juegos de blanco y diana: <i>boccia</i>, bolos, minigolf o petanca. -Creatividad motriz. Resolución de retos y situaciones-problema, con incremento progresivo de su dificultad, de forma original, tanto individualmente como en grupo. -Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.
D. Emociones y relacionessociales.	<ul style="list-style-type: none"> -Gestión emocional. El estrés. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. -Habilidades sociales. -Respeto a las reglas. Las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. -Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.	<ul style="list-style-type: none"> -Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Acrosport: figuras, acrobacias y coreografía musical. La danza como manifestación y patrimonio cultural. -Deporte y género. Visibilidad y tratamiento en los medios de comunicación. Promoción del deporte en igualdad. Comprensión de los retos inclusivos a que se enfrenta la actividad física a fin de que todo el mundo pueda practicarla. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.). -Influencia del deporte en la cultura actual. Análisis crítico del deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.
F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	<ul style="list-style-type: none"> -La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. -Nuevos espacios y prácticas deportivas: características, requisitos, condicionantes, medidas de seguridad, de cuidado y de conservación del entorno de práctica. Utilización de espacios naturales desde la motricidad. Escalda y rapel. Utilización de espacios urbanos desde la motricidad. Parkour, skate u otras manifestaciones similares. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano. -Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: adopción crítica de medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos. -Consumo responsable. Autoconstrucción y reciclaje de materiales para la práctica motriz. -Cuidado del entorno próximo como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

5.3 TERCERO ESO

A. Vida activa y saludable.	<ul style="list-style-type: none"> -Salud física. Consolidación del control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación crítica del entrenamiento. -Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). -Afianzamiento de la cultura en materia de educación postural: movimientos, posturas, corrección y estiramientos ante dolores musculares. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. -Cuidado del cuerpo: diseño de calentamientos específicos de carácter autónomo, así como de calentamientos destinados a otros. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. -Salud social. Suplementación y dopaje en el deporte. Análisis de riesgos y condicionantes éticos. -Salud mental. Exigencias y presiones de la competición. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos.
B. Organización y gestión de la actividad física	<ul style="list-style-type: none"> -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. -Preparación de la práctica motriz. Mantenimiento, reparación y reciclaje de material deportivo para actividades físicas y deportivas. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física y deportiva. Elección de la indumentaria y equipamiento conveniente, aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad, capacidades implicadas, apreciación reglamentaria, Conciencia táctica, si se requiere, y fundamentos técnicos. -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. Uso de herramientas y recursos digitales para la gestión de la actividad física. -Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas individuales y colectivas de seguridad. -Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	<ul style="list-style-type: none"> -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. -Esquema corporal. 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 condicionales. Desarrollo de las capacidades físicas básicas. -Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. Deportes y actividades individuales: atletismo, carreras de vallas y de relevos, salto de longitud o lanzamiento de peso, entre otros. Deportes de red y muro: bádminton o pickleball. Deportes de invasión: baloncesto, balonkorf, netball, ultimate o vórbal, entre otros. Deporte de bate y campo: kickball. -Creatividad motriz. Creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a través de los recursos disponibles.
D. Emociones y relacionessociales.	<ul style="list-style-type: none"> -Gestión emocional. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. -Habilidades sociales. Estrategias y técnicas de negociación y mediación en contextos motrices: escucha activa y diálogo. -Respeto a las reglas. Juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
E. Manifestaciones de lacultura motriz.	<ul style="list-style-type: none"> -Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. -Usos comunicativos de la corporalidad. Técnicas específicas de expresión corporal: danzas, bailes, mimo, dramatización, etc. -Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos. -Deporte y género. Evolución histórica. Igualdad en el acceso al deporte. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte. -Influencia del deporte en la cultura actual. Deporte e intereses políticos y económicos.
F. Interacción eficiente ysostenible con el entorno.	<ul style="list-style-type: none"> -Normas de uso. Respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. Consolidación de la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual y sostenible. Análisis crítico y búsqueda activa de diferentes mecanismos de desplazamiento respetuosos con el medio ambiente; patines, uso combinado del transporte público y los desplazamientos a pie, etc. -Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares). -Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad. -Consumo responsable. Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. -Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos. -Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

5.4 CUARTO ESO

A. Vida activa y saludable.	<ul style="list-style-type: none"> -Salud física. Diseño de dietas saludables, gestionando de una manera crítica la información publicitaria (supuestos superalimentos, dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica). Análisis nutricional de los alimentos consumidos. -Consolidación de una cultura en materia de educación postural: movimientos, posturas, desequilibrios, corrección, fortalecimiento y estiramientos ante dolores musculares. -Profundización en pautas para prevenir y tratar el dolor muscular de origen retardado. -Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). -Salud social. Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. Estudio de la normativa básica de referencia. -Salud mental. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación.
------------------------------------	--

B. Organización y gestión de la actividad física	<ul style="list-style-type: none"> -Elección crítica y justificada 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. - Preparación de la práctica motriz. Mantenimiento, reciclado y reparación de material deportivo. Elección de la indumentaria y equipamiento conveniente, aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad, capacidades implicadas, apreciación reglamentaria, conciencia táctica, si se requiere, y fundamentos técnicos. -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. -Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad. Actuaciones específicas ante accidentes: reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Consolidación del protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar), así como de técnicas específicas para la identificación y actuación en caso de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).
C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	<ul style="list-style-type: none"> -Toma de decisiones. 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 y de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo propio y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. -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 -Capacidades condicionales. Reconocimiento y consolidación de las capacidades físicas básicas. Planificación, control y evaluación del entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. -Profundización, identificación y corrección de errores en la adquisición de habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: Deportes de red y muro: frontenis, pádel palas o paladós. Deportes de red y muro: fistball o voleibol. Deportes de bate y campo: béisbol, softbol o rounders. Deportes de invasión: rugby, rugby tag o touch rugby. -Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles. -Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial. Desarrollo de estrategias de adaptación.
D. Emociones y relacionessociales.	<ul style="list-style-type: none"> - Gestión emocional: Habilidades volitivas y capacidad de superación. -Desarrollo de habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
E. Manifestaciones de lacultura motriz.	<ul style="list-style-type: none"> -Consolidación de los usos comunicativos de la corporalidad, a través de técnicas específicas de expresión corporal como la elaboración de coreografías, etc. -Deporte y género. Estereotipos. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte. -Influencia del deporte en la cultura actual. Análisis de la relevancia del deporte profesional, así como de su influencia en la cultura actual.
F. Interacción eficiente ysostenible con el entorno.	<ul style="list-style-type: none"> -Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad. -Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano: consolidación de los valores de cuidado y preservación del entorno.

5.5 1º BACHILLERATO

A. Vida activa y saludable	<p>-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): estrategias, técnicas y herramientas de medida. Identificación del tipo y formulación 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. Generar experiencias positivas de la práctica de la actividad física que logren consolidar un estilo de vida saludable. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas suficientes según las características físicas y personales. Balance energético. Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos en función del tipo y las características de la actividad física. Identificación de problemas posturales básicos: movimientos, posturas, y desequilibrios. Planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. Métodos y medidas para la corrección, fortalecimiento y estiramientos ante dolores musculares. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. La musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para el entrenamiento de la fuerza y el desarrollo de capacidades físicas y coordinativas. Ergonomía</p>
-----------------------------------	--

	<p>en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Uso de herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p> <p>-Salud social. Prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. x Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.</p> <p>-Salud mental. Técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva y emocional. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en la publicidad y los medios de comunicación. Detección y análisis de actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o malas experiencias, con la finalidad de abordar las situaciones planteadas.</p>
B. Organización y gestión de la actividad física	<p>-Elección de la práctica física. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: (tipo de deporte, materiales necesarios, objetivos de la preparación, actividades y similares).</p> <p>-Preparación de la práctica motriz. Concreción de medidas y pautas de higiene en función de los contextos de práctica de actividad física y deportiva. Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de diversas estrategias publicitarias de promoción de la actividad física.</p> <p>-Planificación y autorregulación de proyectos motores. Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos sus niveles (motivacional, organizativo, social o similar).</p> <p>-Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios preparatorios, preventivos y compensatorios de la musculatura según la actividad física según las características de la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: previsión, organización y planificación de actuaciones frente a los factores de riesgo en actividades físicas.</p> <p>-Actuaciones críticas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Contenido básico del kit de asistencia (botiquín) de primeros auxilios. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolos de actuaciones básicas ante alertas escolares.</p>
C. Resolución de problemas en situaciones motrices	<p>-Toma de decisiones. Resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis conjunto de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades de grupo. 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 debilidades del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos que se llevan a cabo para conseguir los objetivos del equipo.</p> <p>-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. Planificación, control y evaluación del entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas y métodos de entrenamiento.</p> <p>-Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.</p> <p>-Organización, desarrollo y participación en eventos físico-deportivos relacionados con dichas actividades. Deportes y actividades individuales: atletismo, ciclismo urbano, gimnasia, malabares, monopatín o patinaje, entre otros. Deportes de bate y campo: béisbol, kickball, rounders o softbol, entre otros. Deportes y actividades de blanco y diana: boccia, bolos, chito, golf, minigolf o petanca, entre otros. Deportes y actividades de combate: lucha, judo, karate, kickboxing, artes marciales mixtas o taekwondo, entre otros. Deportes de invasión: baloncesto, balonkorf, balonmano, colpbol, fútbol, fútbol gaélico, hockey, netball, rugby, rugby tag, touch rugby, ultimate, unihockey o vótebal, entre otros. x Deportes de red y muro: bádminton, bossaball, fistball, frontenis, futvoley, mini tenis, pádel, palas, paladós, pickleball o voleibol, entre otros.</p> <p>-Creatividad motriz. Creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.</p>
D. Emociones y relaciones sociales	<p>-Gestión emocional: x Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</p> <p>-Habilidades sociales. Estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.</p> <p>-Respeto a las reglas. Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play, educación en el deporte base y similares. Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.</p>
E. Manifestaciones de la cultura motriz	<p>-Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural.</p> <p>-Usos comunicativos de la corporalidad. Técnicas específicas de expresión corporal: danzas y bailes tradicionales y urbanos, bailes de salón, técnicas de dramatización, etc.</p> <p>-Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.</p> <p>-Actividades artístico-expresivas como fenómeno colectivo. Influencia de las redes sociales (ejemplos como el absurdmob, el flashmob, el smartmob, etc.).</p> <p>-Deporte y género. Estereotipos en contextos físicos y deportivos. Presencia en medios de comunicación.</p> <p>-Influencia del deporte en la cultura actual. Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.</p> <p>-Deporte, política y economía. Análisis crítico de su influencia en la sociedad. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean el deporte.</p>

<p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p>	<p>-Normas de uso. Promoción y fomento de la movilidad activa, segura y saludable en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.</p> <p>-Nuevos espacios y prácticas deportivas. Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. Aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad relacionados con el entorno, los materiales, las condiciones atmosféricas, etc. Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad, conservación y mantenimiento o similares). Utilización de espacios naturales y urbanos desde la motricidad: acampada, ciclismo urbano, escalada, orientación, parkour, rapel, senderismo, etc. Diseño, organización y desarrollo de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano.</p> <p>-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. 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. Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.</p>
---	--

6. SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE CONTENIDOS

A la hora de temporalizar y secuenciar las unidades didácticas se ha tenido en cuenta:

- La coordinación de los profesores de EF en el uso de espacios y materiales.
- La climatología.
- La duración de las evaluaciones y fecha de las juntas de evaluación.
- La complejidad de las tareas.
- Distribución equilibrada por trimestre: deporte, condición física y salud, contenidos teóricos equilibrados, actividad de carácter lúdico-recreativo.

Además del número de las sesiones indicadas para el desarrollo de los contenidos, se podrían dedicar algunas sesiones para enseñar el uso de las herramientas educativas, plataformas, etc. que serán utilizadas durante el curso.

Nuestra **materia está condicionada por factores medioambientales y de disponibilidad de espacios que pueden producir alteraciones en el desarrollo de la programación**, siendo el profesor el que adapte la programación para poder cumplir con los objetivos establecidos. Esto es especialmente importante ya que en los últimos años el que el Departamento de Educación Física ha crecido notablemente, además de tener que coordinarse con el profesorado de los Ciclos Formativos que también precisan de materiales y espacios.

Se ha de entender la temporalización como una **propuesta organizativa flexible** y se adaptará a posibles actividades del centro, así como posibles inconvenientes surgidos: meteorológicos, materiales, espaciales, temporales o sanidad pública que pueden modificar la presente propuesta. Se **intentará no hacer coincidir la evaluación** de Educación Física con el resto de materias, adelantándola para que los alumnos puedan dedicarle el tiempo suficiente y dejando margen a los profesores para posibles eventualidades y adaptaciones individuales.

	EF 1º ESO	EF 2º ESO	3º ESO	DEPORTE 3º ESO	4º ESO	1º BTO
1era EVA.	Acondicionamiento Físico / Test Iniciales Control intensidad ejercicio	Condición Física y alimentación/ Test Iniciales	Acondicionamiento Físico / Test Iniciales / Hábitos saludables	Deporte colectivo: Balonmano	Condición Física / Test Iniciales	Condición Física / Test Iniciales
	Atletismo: Jabalina y Velocidad	Habilidades Gimnásticas Acrosport	Primeros auxilios	Deporte alternativo: Colpbol	Voleibol	Deportes alternativos (Ultimate, Pinfuvote, Colpbol, Twincon, Datchball...)
	Hockey Unihockey	Juegos en el entorno urbano y natural: Escalada y parkour.	Atletismo (salto de longitud, peso, carreras, relevos)	Deporte colectivo: Fútbol + fútbol galéico.	Palas	Baloncesto
	Alimentación y malos hábitos	Boccia, petanca. Creamos nuestro propio equipamiento.	Deportes alternativos (invasión) Ultimate	-----	Prevención de accidentes en las prácticas motrices. (DESA / RCP)	Balonmano

2a EVA.	Acondicionamiento Físico Control postural	Fútbol y Fútbol gaélico	Acondicionamiento Físico	Deporte colectivo: Rugby-touch.	Técnicas de expresión corporal	Condición Física
	Bádminton	Judo	Baloncesto Balonkorf	Deporte alternativo: Pinfuvote.	Deporte inclusivo	Béisbol Softbol Rounder
	Baloncesto/ Colpbol	Deportes alternativos: Pinfuvote	Bádminton y Pickeball	Deporte colectivo: Voleibol.	Rugby y rugby tag	Expresión corporal: técnicas específicas
	Mimo y ritmo	Danzas del mundo	Expresión Corporal	-----	Proyecto: Juegos modificados	Deportes individuales: Atletismo
3era EVA.	Condición Física/Test finales	Condición Física / Test Finales	Condición Física / Test Finales	Deporte alternativo: Ringo.	Condición Física / Test Finales	Condición Física / Test finales
	Primeros auxilios y prevención accidentes	Actividades en el medio natural (Orientación)	Kickball	Deporte recreativo: Vórteball	Beisbol / Softball	Actividades en el medio natural y urbano
	Medio natural (senderismo y ciclismo urbano)	Diseñadores. Construcción de materiales.	Actividades en el medio natural (Calistenia y ciclismo)	Deporte colectivo: Unihockey	Actividades físicas en el medio natural y/o urbano.	Voleibol
	Test final de curso	Conscientes y responsables.	Proyecto: Puesta en práctica de sesiones deporte	-----	Proyecto: Puesta en práctica de sesiones deporte	Proyecto: Puesta en práctica de sesiones deporte

7. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Mediante esta programación, el departamento pretende que la evaluación no sea una mera constatación del aprendizaje, sino que suponga un elemento educativo más; es decir, que ésta favorezca la formación del alumnado. Dado que la Educación Secundaria tiene una duración limitada, es importante despertar la conciencia crítica en el alumnado y la responsabilidad en su propio aprendizaje.

Para contribuir a este propósito, la evaluación será lo más clara y objetiva posible, fomentando el uso de la autoevaluación, coevaluación y dejando claros y por escrito los aspectos evaluables y su repercusión en la calificación. La evaluación será continua, formativa e integradora, y será instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los de aprendizaje

Se adoptarán medidas de atención a las diferencias individuales cuando así se precise, y se realizarán en coordinación con el Departamento de Orientación, así como de las recomendaciones del Tutor de grupo referencia.

Igualmente, para que la evaluación sea objetiva, el alumnado será informado de las formas de evaluación y calificación desde el inicio de curso, y se variarán los instrumentos de evaluación para ajustarse a las realidades del aula, ritmos y estilos de aprendizaje.

De acuerdo con lo establecido en el **Real Decreto 217/2022**, el alumnado recibirá una calificación de insuficiente cuando las calificaciones conseguidas sean entre 1 y 4 puntos, suficiente con 5 puntos, bien con 6 puntos, notable con 7 y 8 puntos y sobresaliente con 9 y 10 puntos.

La **Orden 1712/2023**, de 19 de mayo, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en la Educación Secundaria Obligatoria, establece.

- La evaluación del proceso de aprendizaje será continua, formativa e integradora.
- La evaluación continua del alumnado requiere su asistencia regular a las clases y a las actividades programadas para las distintas materias.
- Los profesores evaluarán a los alumnos teniendo en cuenta los diferentes elementos del currículo. Deberán tenerse en cuenta, como referentes últimos, la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y la adquisición de las competencias clave desarrolladas en el perfil de salida de esta etapa educativa.
- Corresponderá al profesorado la evaluación de su práctica docente con el fin de mejorar los procesos de enseñanza. Se incluye un apartado sobre el tema en esta programación.

La evaluación se llevará a cabo en diferentes momentos; distinguiremos entre **evaluación inicial** (permitirá orientar el proceso con base en las características del alumnado), **procesual** (la cual nos proporcionará información sobre la evolución de nuestros alumnos y la posibilidad de adaptar el proceso) y **final** (con carácter sumativo y que nos permitirá constatar el grado de consecución de los objetivos previstos). Se utilizará como medio fundamental **los recursos de EducaMadrid**, que facilitará la evaluación y le dará un carácter más objetivo, permitiendo realizar a diario una anotación de los aspectos actitudinales, evaluar mediante rúbricas **vinculadas a competencias**, así como múltiples opciones más.

8. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Desde el inicio del curso, se explicarán los detalles referidos a la evaluación y calificación. La calificación ha de ser lo más clara y objetiva posible por ello que el Departamento publicará los contenidos, procedimientos, instrumentos y criterios de evaluación y calificación en Educación Física para el curso en vigor. En cada grupo se destacarán los aspectos importantes y se darán a conocer al alumnado. En cada grupo se destacarán los aspectos importantes, para que la evaluación sea formativa y educativa. Las familias serán informadas mediante la página web del centro y por los propios profesores si fuera necesario.

La **calificación final** de la materia será la **media aritmética** de las tres evaluaciones, redondeada a la centésima más próxima, y en caso de equidistancia, a la superior.

La **materia** se considerará **aprobada** cuando tengan una calificación **igual o superior a 5** y se considerarán suspensas o **pendientes de superación** cuando tengan una calificación inferior a 5. En ese caso, durante el tercer trimestre, el alumno podrá recuperar la/las evaluaciones suspensas del curso, haciendo aquellas partes indicadas por el profesor. (ver sistema de recuperación de evaluaciones suspensas)

En concreto, los porcentajes de calificación y evaluación para cada evaluación serán los siguientes y estarán asociados a sus instrumentos de evaluación determinados, para evaluar el grado de adquisición de las competencias específicas y descriptores operativos de acuerdo con la normativa:

- **Saber 20%**: actividades conceptuales, trabajos o proyectos, preguntas conceptuales en clase... Para obtener la calificación se utilizarán diferentes instrumentos (ej. Rúbricas, test, examen escrito, etc.). En este apartado el alumno tendrá que tener al menos una nota de 5 para que pueda hacer media con el resto de partes. El retraso en la entrega de tareas será valorado negativamente en base a los criterios de evaluación de cada actividad.

- **Saber hacer 40%:** exámenes prácticos de los deportes y actividades practicadas, actividades realizadas, coreografías... Para obtener la calificación se utilizarán diferentes instrumentos (ej. Rúbricas, baremos de test, listas de control etc.).
- **Saber ser 40%:** Tareas diarias, implicación y participación en las actividades, mostrando respeto a las normas, puntualidad, la adecuada indumentaria para realizar la actividad, respeto a los compañeros, profesor, instalaciones, materiales, mostrando interés, atención y actitudes de trabajo individual y en equipo. En este apartado el alumno tendrá que tener al menos un 5 para que pueda hacer media con el resto de partes.

Los instrumentos de evaluación asociados a los porcentajes podrán utilizar son:

SABER	SABER HACER	SABER SER
<ul style="list-style-type: none"> • Trabajos y proyectos • Portfolio del alumno • Preguntas orales • Exámenes escritos 	<ul style="list-style-type: none"> • Test de condición física • Ejercicios Prácticos • Las propias actividades 	<ul style="list-style-type: none"> • Rúbricas observación • Reflexiones • Rúbrica participación e implicación • Cuaderno del professor sobre trabajo diario • Autoevaluación

En los trabajos escritos en inglés se tendrá en cuenta en la preparación de las rúbricas lo recogido en el documento *Grammar Items Per Level* elaborado por la sección de inglés.

9. PÉRDIDA DEL DERECHO A LA EVALUACIÓN CONTINUA.

Los alumnos podrán perder el derecho a la evaluación continua bien por superar un número determinado de faltas que impida aplicar correctamente los instrumentos de evaluación, bien por existir un abandono indirecto de la materia.

Por abandono se entiende:

- Alumnos que hayan faltado a un 20 % de las clases, excepto aquellos casos de fuerza mayor que serán estudiados caso por caso en cada Departamento.
- Alumnos que reiteradamente no traigan el material necesario y los trabajos a clase.
- Alumnos que muestren una actitud pasiva y entreguen los exámenes casi o totalmente en blanco.

E.S.O. y BACHILLERATO		
Número de horas semanales	2 horas	3 horas
Faltas para 1er aviso	6	8
Faltas para 2o aviso	10	12
Faltas para pérdida de evaluación continua (20%)	14	18

(Número de semanas lectivas al año, aproximadamente 36)

El profesor de la materia informará al tutor sobre el número de faltas en su materia y en caso de llegar a superar el número de faltas que a continuación se especifican, el profesor comunicará al alumno, previo aviso, la pérdida de evaluación continua.

Aquellos alumnos que hayan perdido el derecho a la evaluación continua deberán realizar un examen para superar la materia objeto de dicha pérdida. Este **examen** será de **carácter teórico-práctico** y será diseñado sobre los contenidos de la materia correspondiente a la pérdida de evaluación continua.

La calificación final se valorará: 50% teórico + 50% práctico, siendo necesario obtener al menos un 40% en cada parte para poder realizar la media ponderada.

10. METODOLOGÍA Y RECURSOS DIDÁCTICOS.

Trabajar de manera competencial en el aula supone un cambio metodológico importante; el docente pasa a ser un gestor y promotor del conocimiento del alumnado y el alumno o alumna adquiere un mayor grado de protagonismo. Todas las acciones serán orientadas a fomentar la participación, la mejora de la autoestima, la adquisición de los objetivos de la etapa y el desarrollo competencial de acuerdo con la legislación vigente.

En concreto, en el Educación Física, si bien la finalidad de la materia es adquirir conocimientos esenciales acerca de la actividad física, el deporte, la condición física y los hábitos saludables, el alumnado deberá también desarrollar actitudes conducentes a la **reflexión y análisis** sobre las aportaciones de la Educación Física y el deporte a nuestra salud, educación y ocupación del tiempo libre y de ocio. Para ello necesitamos combinar la práctica de actividad física con el proceso reflexivo.

El concepto de método de enseñanza hace referencia al conjunto de procedimientos y técnicas utilizados por los docentes para organizar las actividades de los alumnos y los recursos disponibles. Se utilizarán, en función de la actividad y del objetivo perseguido diversas

metodologías, desde estilos tradicional a modelos pedagógicos más actuales como el trabajo por proyectos, flipped classroom...

La **organización de las clases y agrupamientos** es un elemento fundamental en nuestra práctica docente. Se favorecerá tanto el **trabajo individual** (autonomía e iniciativa personal), como el **trabajo en grupos** (sociabilización y cooperación). Los agrupamientos, transiciones y nuevas formaciones de grupos se harán sobre unas pautas establecidas y conocidas por los alumnos con el objetivo de perder el menor tiempo posible y mantener el control del grupo y la actividad, en todo momento.

El trabajo en grupo colaborativo aporta, además el desarrollo de habilidades sociales básicas y de enriquecimiento personal desde la diversidad, una herramienta perfecta para discutir y profundizar en contenidos y destrezas fundamentales de esta materia.

La intervención educativa se orientará por el **modelo constructivista** de enseñanza y aprendizaje; las actuaciones del profesor irán encaminadas a procurar que sea el propio alumno quien construya sus propios aprendizajes

Para ello atenderemos a una serie de pautas, como son:

- Partir del **nivel de desarrollo evolutivo** del alumno, en relación con todos los ámbitos de su personalidad: cognitivo, motriz y afectivo.
- Partir de los **conocimientos previos** de los alumnos, de aquí la necesidad de una evaluación inicial: conceptual y motriz.
- Facilitar la construcción de **aprendizajes significativos**, es decir, que pueda atribuirle una utilidad a los contenidos y actividades de aprendizaje, y les sirva para efectuar nuevos aprendizajes y enfrentarse a nuevas situaciones.
- Posibilitar la **autonomía**, que realicen aprendizajes significativos por sí mismos.
- Proponer actividades que despierten el **interés** del alumno, siempre ajustándose a las posibilidades de realización y necesidades.
- Favorecer una **metodología activa**, mediante el desarrollo del pensamiento crítico e investigador tanto en el alumnado como en el docente.
- Prestar especial atención a los problemas de índole cognitivo, motriz y afectivo en el alumno en relación con su autoestima, su equilibrio personal y relaciones sociales, fomentando un **clima positivo** en clase.
- Potenciar la **transferencia**, tanto a nivel conceptual como motriz.
- Fomentar una metodología inclusiva, Educación **Física para todos**.

11. SEGUIMIENTO DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE Y COMUNICACIÓN CON LAS FAMILIAS

Para una comunicación más fluida con las familias, y al objeto de facilitar el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje, los docentes del departamento de Educación Física harán uso de todas las herramientas posibles para comunicarse con las familias siempre que sea necesario (principalmente Robles y correo electrónico oficial).

De igual forma, siempre que se solicite con antelación, las familias podrán concretar una tutoría personalizada con el docente de la materia, curso y grupo en cuestión.

12. MATERIALES, TEXTOS Y RECURSOS DIDÁCTICOS

El Departamento cuenta con amplios recursos materiales específicos de Educación Física que permitirán llevar a cabo las diferentes unidades didácticas propuestas. El centro dispone de las siguientes instalaciones:

- 2 pistas polideportivas.
- 2 pistas de voleibol.
- 1 rocódromo.
- 1 gimnasio de dimensiones reducidas.
- 1 sala de ritmo y expresión.

El departamento cree oportuno que el alumno no compre libro de texto y, por tanto, el profesorado se responsabiliza de confeccionar los materiales teóricos que corresponden a cada grupo. Mediante fichas realizadas por el profesor, se incluyen textos e información de carácter conceptual, ejercicios y actividades prácticas, todo ello contextualizado y adaptado al nivel del grupo. El alumno deberá disponer de un portfolio personal que compartirá con el profesor. El uso del cuaderno o portfoliodel alumno busca ampliar, reflexionar y vincular los contenidos trabajados en clase, contextualizando al máximo la enseñanza.

Un sistema educativo moderno no debe obviar las nuevas vías de desarrollo de la educación. Es por ello que la legislación vigente establece que se han de trabajar en todas las materias de la ESO, la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las tecnologías de la información y la comunicación. Éstas serán una pieza fundamental para producir el cambio metodológico que lleve a conseguir la mejora de la calidad educativa.

Desde el Departamento, se potenciará el uso de las tecnologías de la información y de la comunicación tanto por parte del alumnado, como por parte del profesor. Esta tecnología será un eficaz recurso metodológico, facilitando en muchos casos nuestra tarea, resultando más atractivo al alumnado y enriqueciendo el proceso educativo. Las medidas adoptadas para la utilización de las **TIC** son las siguientes:

- Información al alumnado y los padres mediante la página web del Centro. Utilización continua de una web o blog de Educación Física.
- Utilización del **Aula Virtual** para tareas y comunicaciones.
- Uso de la metodología **Flipped classroom** o clase invertida.
- Utilización del correo del profesor para la recepción de actividades, dudas y comunicación continúa.
- Utilización de un **correo personal y portfolio** del alumno.
- Utilización de **aplicaciones y dispositivos** en aquellas actividades que puedan suponer una mayor motivación, profundización o aprendizaje significativo (Fatsecret, Wikiloc, Sworkit, Oruxmaps, Alpify, lector códigos QR, pulseras de actividad música...)
- Búsqueda de información e investigación a través de Internet.
- Contenidos teóricos mediante el programa: **Flubaroo, Socrative, Kahoot, Plickers, Google Forms...**
- Recursos tecnológicos ante imprevistos o formas jugadas.
- Exposiciones teóricas mediante presentaciones.
- Programa de **evaluación: Recursos EducaMadrid.**
- **Fichas digitales** de las unidades didácticas, que el docente crea conveniente.

13. MEDIDAS DE APOYO Y REFUERZO EDUCATIVO.

El profesor será el encargado de identificar a los alumnos en cada grupo con bajo rendimiento, baja motivación o problemas potenciales que condicionen el normal aprendizaje, posteriormente proporcionará todos los apoyos, actividades complementarias o de refuerzo necesarias, así como una mayor atención individualizada a nivel afectivo y emocional para conseguir que todos los alumnos y alumnas se sientan competentes y puedan superar la materia.

Si fuese necesario se recurrirá al departamento de orientación, a la acción tutorial y a la información de la familia de los problemas detectados y posibles soluciones.

Se ha de tener en cuenta que todos los alumnos tienen la obligación de asistir a las clases en horario normal, hasta la fecha de fin de curso en junio. El Departamento propone **actividades de ampliación**, para aquellos alumnos que hayan aprobado la materia de Educación Física, relacionadas con los contenidos y, dejando cierta capacidad de decisión al alumnado, se proponen actividades extraescolares y torneos deportivos donde, en situación de juego real, ponga en práctica los fundamentos técnicos y tácticos trabajados. Asimismo, se valorarán otras propuestas del alumnado.

Actividades de refuerzo: los alumnos que tuvieran una calificación de insuficiente, realizarán: actividades sobre los contenidos del curso, preparación del examen teórico sobre actividades concretas del portfolio del alumno y preparación de los exámenes prácticos de los diferentes deportes o actividades, que el profesor indique.

14. ATENCION A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES

Seguendo la **Orden 1712/2023**, de 19 de mayo, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en la Educación Secundaria Obligatoria, las **medidas de atención** a las diferencias individuales del alumnado podrán ser **ordinarias** o **específicas** y, en todo caso, se orientarán a la consecución de los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y a la adquisición de las competencias clave, así como a facilitar las condiciones de accesibilidad. Las **medidas ordinarias** podrán aplicarse a **todo el alumnado** del centro, en función de sus necesidades educativas. Asimismo, se implementarán las **medidas específicas** para la atención a los alumnos con **necesidades educativas especiales**, alumnos con **dificultades específicas de aprendizaje**, alumnos con **integración tardía** en el sistema educativo, alumnos con **altas capacidades** intelectuales y alumnos con **necesidad de compensación educativa**.

Según la **Orden 1712/2023**, las medidas que se adopten para cada alumno serán acordadas por el equipo docente en colaboración con los profesionales de orientación educativa y serán registradas por el profesor tutor, al objeto de informar al equipo directivo, a los padres o tutores legales y a otros profesionales que intervengan en el proceso educativo del alumno.

En Educación Física, dadas sus características, es fundamental una **enseñanza lo más individualizada posible**, pretendiendo que los alumnos trabajen **en función de su nivel inicial**, valorando no sólo el nivel en el que están en cada momento de la evaluación sino el progreso alcanzado.

Es constatable en el aula el hecho de que no todos los alumnos aprenden igual. Los aprendizajes previos, el nivel de maduración, la situación personal y familiar, los factores genéticos y de desarrollo son algunos de los aspectos que pueden marcar diferencias en nuestros alumnos a la hora de aprender. La tendencia hacia una **individualización del proceso** de enseñanza se nos plantea como la clave para superar la gran diversidad en el aprendizaje que podemos observar en el alumnado, acercando los contenidos a sus capacidades y posibilidades. Cuando el tipo de contenidos lo permita, estableceremos distintos niveles de exigencia en los contenidos procedimentales, asignando tareas de distinta dificultad y exigencia dependiendo de las capacidades.

Con la finalidad de atender a aquellos alumnos que tienen dificultades en el proceso de aprendizaje y, teniendo en cuenta que no existe disponibilidad horaria por parte de los profesores de este departamento (horas de refuerzo o apoyo), se crean unas fichas de trabajo para que los alumnos

trabajen sobre ellas. Las actividades a realizar estarán directamente relacionadas con la unidad didáctica que se esté tratando. Éstas fichas serán revisadas por el profesor correspondiente.

Sin perjuicio de la aplicación de cuantas medidas ordinarias procedan, los alumnos con **necesidades educativas especiales** podrán contar con las siguientes **medidas específicas**: adaptación curricular individualizada y significativa, adaptaciones específicas de acceso al currículo, adecuación de los procesos de evaluación, con el fin de facilitar el acceso a las actividades de evaluación, medidas de flexibilización y alternativas metodológicas para alcanzar el máximo desarrollo posible del alumno, o flexibilización de las enseñanzas.

Asimismo, en la enseñanza y evaluación de la Educación Física para el alumnado con **dificultades motoras**, se establecerán las adaptaciones curriculares de aquellas actividades de enseñanza y evaluación que el alumno no pueda realizar debido a su condición física. Cuando estas adaptaciones afecten a elementos curriculares se recogerán en la ACIS correspondiente.

Se adoptarán las medidas oportunas para su participación en las actividades y tareas siguiendo dos pautas básicas: la máxima integración del alumno y la mínima modificación de las actividades para el grupo. Dado el carácter práctico y de implicación física y motriz de nuestra materia se tendrán en cuenta las medidas de atención oportunas a los alumnos con discapacidad motora, sensorial o psíquica que lo requieran, tales como: **diversificación de estrategias, actividades e instrumentos de evaluación de los aprendizajes**.

15. ALUMNOS EXENTOS DE REALIZAR LA PARTE PRÁCTICA NORMALIZADA

Los **alumnos exentos de la parte práctica normalizada**, ya sea de forma parcial o total, así como los que por alguna circunstancia no pueden realizar las actividades propuestas, deben realizar otras tareas que contribuyan a conseguir los objetivos del curso y a integrarse, dentro de sus posibilidades, en el proceso de enseñanza-aprendizaje:

- Recoger en fichas de clase los contenidos teóricos y prácticos que se expliquen en cada sesión.
- Colaborar en los trabajos de grupo como observador-corrector.
- Participar en: organización de la clase, del material, arbitrando, anotando, ...
- Realizar los trabajos teóricos que se le encomienden para profundizar en los temas desarrollados.

Deberán entregar al profesor de la materia el correspondiente **justificante médico**.

Como norma general se seguirá el siguiente criterio con los alumnos exentos temporalmente de la parte práctica:

- Alumnos exentos de corta duración - hasta 2 semanas: completar ficha de seguimiento de la clase y/o participación dentro de sus posibilidades.
- Alumnos exentos de media duración – hasta 4 semanas: completar ficha de seguimiento de la clase y/o participación dentro de sus posibilidades + trabajo sobre los contenidos trabajados.
- Alumnos exentos de corta duración – más de 4 semanas: completar ficha de seguimiento de la clase y/o participación dentro de sus posibilidades + realización de actividades paralelas propuestas por el Departamento (trabajo monográfico y actividades sobre su lesión, posible rehabilitación, deporte adaptado...).

Se mantienen los porcentajes de calificación adaptando las actividades a sus posibilidades; dado que no podrá realizar práctica “normalizada”, los aspectos procedimentales se valorarán con actividades o trabajos de aplicación práctica, actividades de apoyo a las clases, dirigiendo actividades, explicando juegos, arbitrando... De tal forma, **mostrarse activo, con iniciativa y ganas de participar dentro de sus posibilidades es fundamental**. Se mantienen las actividades conceptuales, al igual que el resto de alumnos.

16. SISTEMAS DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES SUSPENSAS

Si la media aritmética de las 3 evaluaciones es 5 o superior, la evaluación final se considerará superada. En caso contrario, durante el tercer trimestre, el alumno podrá recuperar la/las evaluaciones suspensas del curso, haciendo aquellas partes indicadas por el profesor (entrega de un trabajo, repetición de un examen o prueba).

17. SISTEMA DE RECUPERACIÓN DE MATERIAS PENDIENTES.

El profesor realizará un seguimiento personalizado de apoyo para la futura superación de la materia por parte del alumno, a quién se le entregará también un documento con el “Plan individualizado para alumnos con materias pendientes”. Este plan de refuerzo recogerá las actividades de aprendizaje y de evaluación que el alumno deba realizar para la superación de la materia.

El alumno podrá realizar una prueba de recuperación en el **mes de mayo**. Consistirá en: examen teórico-práctico que será elaborado por parte del profesor que les imparta la materia en su curso actual y que contendrá los contenidos mínimos conceptuales del curso pendiente, así como pruebas o exámenes prácticos con los contenidos mínimos de dicho curso pendiente.

La **calificación final** se valorará: 50% teórico + 50% práctico, siendo necesario obtener al menos un 40% en cada parte para poder realizar la media ponderada.

En el caso de que el alumno esté cursando la misma materia, pero en curso superior, y que esté superando de manera positiva la misma durante las 2 primeras evaluaciones del presente curso, la nota de la parte práctica del examen de recuperación será la media aritmética de esas notas. El alumno tendrá que realizar la parte teórica, teniendo que obtener una nota mínimo de 4 para hacer la media ponderada.

18. PRUEBA EXTRAORDINARIA PARA BACHILLERATO

Siguiendo la **Orden 2067/2023**, de 11 de junio, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, los alumnos que hayan obtenido en la evaluación final ordinaria resultados negativos en la materia podrán presentarse a las actividades de evaluación programadas al efecto, que tendrán lugar en el mes de junio, según calendario escolar aprobado para ese curso.

Para la superación de la materia se realizará una prueba extraordinaria con los contenidos que el Departamento considere oportunos, en función de los contenidos trabajados a lo largo del curso, y al menos, con las siguientes pruebas:

- Un examen teórico acerca de los contenidos trabajados a lo largo del curso.
- Examen práctico sobre uno o varios deportes o actividades trabajados en el curso.

La calificación final se valorará: 50% teórico + 50% práctico, siendo necesario obtener al menos un 40% en cada parte para poder realizar la media ponderada.

Durante el periodo de tiempo entre la evaluación ordinaria y la extraordinaria, los alumnos podrán practicar y/o consultar dudas, en los recreos.

Con la entrega del boletín en junio se informará al alumno y a las familias de la forma del examen extraordinario.

19. GARANTÍAS PARA UNA EVALUACIÓN OBJETIVA.

La evaluación y calificación ha de ser lo más clara y objetiva posible. Por ello, el Departamento publicará los contenidos, procedimientos, instrumentos y criterios de evaluación y calificación, aplicables en Educación Física para el curso en vigor. En cada grupo se destacarán los aspectos importantes, para que la evaluación sea formativa y educativa. Las familias serán informadas mediante la página web del centro y por los propios profesores, si fuera necesario.

Se potenciará el uso de rúbricas, escalas y hojas de observación, entre otros instrumentos, pretendiendo con ello una evaluación lo más objetiva posible y con ello una evaluación formativa y

educativa, además de ajustarse a la realidad del aula y las posibles necesidades particulares del alumnado.

20. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

Estas actividades son el medio idóneo para el acceso a determinadas actividades físico y deportivas por parte de nuestros alumnos que, por su cuenta pueda resultar más difícil. Para su planificación, se han tenido en cuenta los contenidos de la legislación aplicable a cada curso, así como se intentará realizar las actividades cuando no interfiera en la evaluación de todas las materias para interferir lo menos posible en exámenes y actividades evaluables.

La propuesta de Actividades complementarias y extraescolares en las que el departamento de Educación Física va a participar durante el presente curso son:

1ºESO

- Semana Blanca. Del 15 al 19 de enero.
- Esgrima en colaboración, dentro del programa de “Madrid Comunidad Deportiva”. A la espera de la confirmación de fechas por parte de la organización.
- Salida de orientación y ciclismo urbano en el tercer trimestre, en coordinación del alumnado del Ciclo Formativo de Grado Medio (Medio Natural).

2ºESO

- Gimnasia Acrobática, dentro del programa de “Madrid Comunidad Deportiva”. A la espera de la confirmación de fechas por parte de la organización.
- Salidas al Parque Central para realizar actividades en el medio natural, para
- trabajar el senderismo y la orientación.

3ºESO

- Charla impartida por Fundación Mapfre sobre “Primeros Auxilios”. A la espera de la confirmación si se asigna al centro.
- Salida de orientación y ciclismo urbano (tercer trimestre), en coordinación del alumnado del Ciclo Formativo de Grado Medio (Medio Natural).

4ºESO

- Salida de Orientación y Piragüismo, dentro del programa de “Jóvenes en los parques” de la Comunidad de Madrid. A la espera de la confirmación si se asigna al centro.
- “Valores en el Deporte”, Academia DV7, Juan Coronel.

1º BACHILLERATO

- Escalada (Tercer trimestre).

Toda la E.S.O. – Alumnos seleccionados:

- XIV Campeonato “Divirtiéndose con el Atletismo” 2023, organizado por la Comunidad de Madrid. Participación y fechas a determinar.

Actividades a desarrollar en coordinación con Ciclo Formativo de Grado Superior. Grupos a determinar:

- Realización y participación de campeonatos y torneos internos en el recreo, organizados por los alumnos del Ciclo Formativo de Grado Superior
- “Semana de la Inclusión”, durante el mes de febrero, coordinando con el TSEAS. Educación Física adaptada.
- Durante el 3er trimestre, sesiones dirigidas por alumnos de TSEAS, del módulo de “Metodología de la Enseñanza”.
- Natación: “Programa tú enseñas, yo aprendo” (tercer trimestre)

Igualmente, se fomentarán todas aquellas **actividades complementarias** que puedan enriquecer el proceso educativo y/o impulsar una mayor práctica de actividad física por parte de nuestro alumnado, tales como:

- Préstamo de material deportivo durante los recreos.
- Visita a instalaciones deportivas municipales, conociendo la oferta deportiva.
- Asistencia de expertos en diferentes actividades, para enriquecer y aumentar el carácter significativo de la materia.
- Apertura del gimnasio para la práctica de actividades físicas y deportivas. (bailes, danzas, entrenamiento de fuerza...)

El Departamento a lo largo del curso ofrece al alumnado de Secundaria y Bachillerato la posibilidad de utilizar el gimnasio durante los **recreos** para ensayar o perfeccionar aquellas actividades que van a ser objeto de examen. Durante estos periodos, los **profesores permanecerán en el gimnasio** con los alumnos, vigilando el buen uso de espacios y materiales. **En todo caso, se deberán seguir cuantas normas de seguridad y/o sanitarias indiquen los profesores.**

21. ELEMENTOS TRANSVERSALES

Según lo dispuesto en el **Real Decreto 217/2022**, de 29 de marzo, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y en el **Real Decreto 243/2022**, de 5 de abril, por el que se establece el currículo básico del Bachillerato:

“Sin perjuicio de su tratamiento específico, la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, la competencia digital, el emprendimiento social y empresarial, el fomento del espíritu crítico y científico, la educación emocional y en valores, la igualdad de género y la creatividad se trabajarán en todas las materias. En todo caso, se fomentarán de manera transversal la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la formación estética, la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable, el respeto mutuo y la cooperación entre iguales.”

Desde la presente programación, se contribuirá a su adquisición con las siguientes acciones concretas:

1. Comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, la competencia digital, el fomento del espíritu crítico y científico.

- Uso del portfolio del alumno (fichas de las UDD, reflexiones, valoraciones...).
- Uso continuo de recursos informáticos: *Weebly*, vídeos, *webquest*...
- Exposiciones orales, dirección de calentamientos y actividades...

2. Educación emocional y en valores y la igualdad de género.

- Uso de un lenguaje inclusivo y respetuoso. Evitar canciones con letras machistas.
- Potenciar la igualdad de oportunidades. Contenidos sin género y equilibrados.
- Vigilar reparto de espacios, materiales y agrupamientos.
- Reflexiones y valoración de la justicia social mediante la actividad física y el deporte.
- Uso de referentes deportivos femeninos
- Vincular las actividades físicas y deportivas a valores sociales y educativos.

3. Desarrollo y afianzamiento del espíritu emprendedor:

- Potenciar la autonomía y la emancipación del alumnado.
- Planificación y organización de torneos por parte de los alumnos.
- Elección de actividades y propuestas por parte del alumnado.

4. Educación para la salud

- Actividades de Nutrición y actividad física, salud y hábitos de vida.
- Potenciar recreos activos, mediante actividades complementarias.
- El fin último de la programación es crear hábitos de vida saludables.

5. Educación y seguridad vial:

- En los traslados y las actividades extraescolares.
- En primeros auxilios en relación al PAS.
- En las unidades de Ciclismo urbano y en su correspondiente actividad complementaria.

6. Educación para la sostenibilidad y el consumo responsable:

Fundamentalmente a través de las actividades realizadas en el medio natural, pero también en general en todas las llevadas a cabo en medios abiertos, desarrollando actitudes de respeto, cuidado y conservación del entorno.

- Contemplar las normas básicas de protección, precaución y seguridad en el desarrollo de actividades en el medio natural.
- Valorar los recursos que brinda el medio natural para su disfrute.
- Aceptar y respetar las normas de protección, precaución y seguridad en el medio natural.
- Tomar interés por participar en actividades que se desarrollen en el medio natural.

22. EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Citando a la **Orden 1712/2023**, de 19 de mayo, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en la Educación Secundaria Obligatoria, art 19.4 dice:

“Corresponderá al profesorado la evaluación de su práctica docente con el fin de mejorar los procesos de enseñanza. Los departamentos de coordinación didáctica incluirán esta evaluación en su memoria anual y los centros recogerán en la memoria final, al término de las actividades lectivas, la valoración de dicha evaluación, a partir de la cual establecerán propuestas de mejora que orientarán las programaciones didácticas del curso siguiente.”

Un aspecto básico en la evaluación es la valoración de la práctica docente mediante estrategias objetivas que permitan mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Para ello, se valorará el grado de asimilación de los contenidos por parte los alumnos, la consecución de los objetivos y competencias clave, el grado de motivación y participación, la organización de las clases, la utilización del material, las opiniones de nuestros alumnos ...

Todos estos aspectos se tendrán en cuenta, analizarán y valorarán en las reuniones del Departamento, buscando una mejora en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Esta evaluación del proceso se completa con la evaluación que se realizará dos veces en el año: al finalizar el primer trimestre y al final de curso, en la cual mediante una **encuesta de evaluación** completada por los alumnos y por nosotros mismos, tendremos datos sobre la opinión del

alumnado acerca del proceso educativo y de la **labor docente**, siendo un punto de apoyo importante para la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje, participando en ésta de una forma constructiva.

Asimismo, se propone un instrumento de evaluación para las unidades didácticas, tanto por parte del alumno, utilizado de forma puntual por los alumnos o el profesor en unidades didácticas de reciente inclusión, o si se considera necesario haciendo uso, para ello, de una encuesta en papel o por correo electrónico mediante formulario on line.

23. PLAN DE MEJORA.

Los profesores evaluarán constantemente sus propias actividades y la programación, adaptando y modificando aquellos aspectos que contribuyan a un mejor proceso de enseñanza aprendizaje. Al final de cada evaluación efectuaremos un seguimiento para valorar la consecución de nuestros objetivos y si es necesario cambiarlas estrategias utilizadas.

Otras medidas o planes de mejora a considerar son:

- a) En relación con la programación del departamento:
 - Revisión constante de la programación, sobre la base anterior.

- b) En relación a la organización y funcionamiento del departamento:
 - Potenciar las actividades deportivas por la tarde como centro IPAFD.
 - Planificar el uso de espacios y actividades en los días lluviosos.
 - Mejorar la coordinación entre profesores.
 - Proponer una secuenciación contenidos teóricos.
 - Intentar homogeneizar evaluación teórica.

- c) En relación con la organización general del centro:
 - Organizar y colocar el cuarto de material, inventariando el mismo.
 - Que en las guardias no se baje a los grupos al patio sin preguntar antes a los profesores de Educación Física, ya que se interrumpe sus clases y en ocasiones se crea conflictos ya que se invaden espacios sin permiso, se hace mal uso del material o las instalaciones y algunos alumnos muestran actitudes negativas y faltas de respeto.
 - Intentar que los alumnos que han elegido Deporte no tengan Educación Física el mismo día.

24. BILINGÜISMO

El I.E.S. Pintor Antonio López es un centro bilingüe en inglés y francés. Este curso, nuestra materia de Educación Física se impartirá en inglés en 4 niveles de la ESO (de 1º a 4º). Además, habrá 1 curso por nivel, en 3 niveles, que se impartirá en francés (sección francesa: 1º, 3º y Bachibac/francés).

La **programación es común** para todos los grupos de cada nivel, independientemente del idioma.

24.1 SECCIÓN BILINGÜE INGLÉS EDUCACIÓN FÍSICA

Materia: Educación Física

Profesores: Jorge Bayón Serna, Dino López Orgeira y Carla Blanco García.

Programación para sección/grupos bilingües:

Durante el presente curso escolar, se impartirá la materia de **Educación física en inglés** en todos los niveles de ESO.

En una de las tres clases semanales, un auxiliar de conversación estará presente para apoyar y facilitar el aprendizaje de los alumnos en el aspecto lingüístico, según las indicaciones del profesor.

Metodología:

La Educación Física bilingüe se trabajará con una metodología AICLE (Aprendizaje Integrado de Contenidos y Lengua Extranjera); se potenciarán las actividades de intercambio comunicativo entre alumnos, con el profesor y con los asistentes de idioma, en las que la práctica de actividad física y deportiva no se vea perjudicada, trabajando bajo las directrices de “las 5 Cs” del aprendizaje integrado de Educación Física y lengua inglesa (Salvador García,2016): contenido, comunicación, cognición, cultura, competencia.

Se elaborará un glosario de términos específicos de la materia durante el presente curso. Así como la documentación que se utilizará en la materia será fundamentalmente en inglés, utilizando inglés y español conjuntamente en aquellos aspectos fundamentales que a juicio del profesor deban conocer en ambos idiomas.

Libro de texto y materiales

Los materiales (fichas de apoyo teórico de la materia) son elaborados por el profesor que imparte la materia con el soporte de los libros detallados a continuación, así como con la referencia publicaciones vía on-line consultadas y la ayuda de los asis-tentes de lenguaje:

- Physical Education. 1º eso. Ed Santillana

- More fun and games. Ed Human Kinetics
- Quality lesson plans for Secondary Physical Education. Ed Human Kinetics
- Manual para el diseño de unidades didácticas en Educación Física Bilingüe. Ed Adal.
- Physical Education. Theoretical contents. Ed Human Kinetics
- GCSE Physical Education, Edexcel specification. Ed. CGP Books
- GCSE Physical Education through diagrams. Oxford Revision Guide.
- Salvador G. (2016). Aprendizaje integrado EF y lengua inglesa. Barcelona. INDE

En los trabajos escritos en inglés se tendrá en cuenta en la preparación de las rúbricas lo recogido en el documento *Grammar Items Per Level* elaborado por la sección de inglés.

24.2 PROGRAMACIÓN SECCIÓN BILINGÜE FRANCÉS

Profesora: Dino López Orgeira

Los alumnos de Educación Física de la sección dispondrán de la presencia del auxiliar de conversación una hora semanal por curso que colaborará con el profesor de la materia en la preparación y puesta en práctica de las sesiones.

Los alumnos pertenecientes al programa bilingüe francés del centro tendrán como marco de referencia la programación docente del departamento de Educación Física, con la particularidad de que los contenidos se impartirán en francés.

La metodología empleada para la realización de actividades será igual que la seguida para los grupos en castellano.

Todos los alumnos acogidos al programa bilingüe recibirán clase en francés (de forma bilingüe) durante las tres sesiones semanales. La coordinación del profesor bilingüe con la auxiliar de conversación, una vez por semana, se considera esencial para garantizar la eficacia del programa.

La documentación escrita a trabajar por los alumnos pertenecientes al programa bilingüe estará en francés o en francés y español. No obstante, aunque se promoverá que los alumnos respondan en francés, se aceptarán en algunos casos respuestas en castellano para facilitar la comunicación de conceptos técnicos.

Asimismo, se procurará que los alumnos, se expresen en francés tanto en actividades orales (presentaciones de trabajos, resolución de dudas y cuestiones, ...) como en actividades que requieran expresión escrita (redacción de correos electrónicos, publicaciones en webs, elaboración de documentos...). En general, siempre que los alumnos opten por expresarse en lengua francesa, se tendrá principalmente en cuenta la precisión conceptual frente a la corrección gramatical.

Libro de texto y materiales

Los materiales (fichas de apoyo teórico de la materia) son elaborados por el profesor que imparte la materia, así como con la referencia de publicaciones vía on-line consultadas y la ayuda de los asistentes de lenguaje.

25. BACHILLERATO DE EXCELENCIA

Profesora: Marta Hellín Gutiérrez.

Dado el especial rendimiento que manifiestan los alumnos de esta modalidad, el profesor encargado intentará combinar planteamientos de elevado rigor científico con un alto nivel de exigencia, proporcionando a sus alumnos una formación más profunda y especializada, satisfaciendo con ello las necesidades del alumnado. La programación será común al resto de grupos de Bachillerato, pero se profundizará más en aspectos teóricos científicos, así como se potenciarán metodologías basadas en el descubrimiento y la investigación.

PROYECTO DEL BACHILLERATO DE EXCELENCIA:

Dado que Educación Física no se cursa en 2º de Bachillerato, si algún alumno elige realizar un proyecto en nuestra materia el seguimiento del mismo durante 2º de Bachillerato lo realizará el profesor asignado al grupo de excelencia durante las 3 horas semanales complementarias de dedicación a la coordinación de los proyectos. El departamento está abierto a la colaboración con otros seminarios que tengan presencia en 2º de Bachillerato, para que sea posible la realización de un proyecto durante los dos cursos académicos.

26. OPTATIVA DEPORTE PARA 3º DE E.S.O.

Profesores: Dino López Orgeira y Luis Abanades Gil (Sustituye Lucas Huertas Gómez)

Durante el presente curso, se impartirá la optativa Deporte en 3º de ESO, contando con 2 grupos. Se trata de una materia de libre configuración por los centros educativos. Es una materia evaluable y se regirá con los mismos criterios metodológicos y de evaluación de la materia Educación Física.

La materia optativa de Deporte tiene como finalidad contribuir a la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y al desarrollo de las competencias clave desde el deporte, así como potenciar la práctica deportiva.

Los contenidos de la materia de Deporte serán impartidos de manera práctica con una metodología basada en el aprendizaje técnico con tareas sencillas, juegos predeportivos y competiciones entre los alumnos. El alumnado tendrá contacto con deportes colectivos, de adversario e individuales de forma principalmente práctica que no se trabajen en 3º de la E.S.O.

Por último, con la finalidad de aumentar la motivación, participación y transferencia de los aprendizajes y habilidades trabajados por nuestro alumnado de 3ºESO a lo largo del curso tanto en la materia de Educación Física como en la optativa de Deporte, al finalizar el 3º trimestre el equipo docente propondrá unas Olimpiadas. Que tendrán lugar durante las 6-8 últimas sesiones del curso y estarán compuestas por las modalidades deportivas trabajadas a lo largo del curso en la optativa de Deporte. Los equipos se mantendrán fijos durante todas las sesiones, así como se repartirán diferentes roles dentro de cada equipo, aplicando así, el Modelo de Educación Deportiva propuesto por Siendentop (1994).

La materia se imparte dos horas a la semana a lo largo de los 3 trimestres, por lo que respecta a su temporalización presentaría la siguiente estructura:

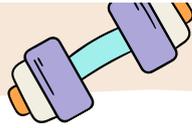
	DEPORTE 3º ESO
1º trimestre.	Deporte colectivo: Balonmano
	Deporte alternativo: Colpbol
	Deporte colectivo: Fútbol + fútbol galéico.
2º trimestre.	Deporte colectivo: Rugby-touch.
	Deporte alternativo: Pinfuvote.
	Deporte colectivo: Voleibol.
3º trimestre.	Deporte alternativo: Ringo.
	Deporte alternativo: Vórteball.
	Deporte colectivo: Unihockey.

27. INDICADORES DE LOGRO DE DEPORTE 3º ESO:

1. Participa de manera activa, mostrando interés, buena actitud e iniciativa en las tareas propuestas.

2. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
3. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
4. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.
5. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

28. ANEXOS



NORMAS DEPARTAMENTO EF IES PAL 2023/2024

Todos los alumnos que cursen E.F. durante este curso, deberán tener en cuenta las siguientes **normas de obligado cumplimiento**:

1.- El **buen ambiente** de clase es fundamental para poder enseñar y aprender a gusto, por ello el **respeto** entre compañeros, hacia el profesor y el material e instalaciones es imprescindible.

La actitud hacia el aprendizaje y de adaptación a los diferentes tipos de trabajos individuales o en grupo formará parte de la evaluación.

2.- Para realizar adecuadamente las clases se precisa **calzado** deportivo (correctamente atado) y **ropa deportiva**, este punto será un apartado que formará parte de la evaluación de la asignatura. Nos quitaremos los elementos peligrosos como piercings, anillos, pulseras...

3.- Cada alumno tendrá un correo EducaMadrid "**educa.madrid.org**", exclusivo del alumno/a, y un **portfolio de EF** asociado a EducaMadrid de su grupo, donde recogerá la información y presentará los trabajos y tareas de la materia.

4.- Puntualmente utilizaremos el **móvil** con fines educativos, el profesor avisará con antelación, el resto de los días permanecerá en la mochila guardado y apagado.

5.- El material ha de ser respetado. En caso de deterioro intencionado, será el responsable quien deba reponerlo o abonar la cantidad correspondiente. El uso adecuado y cuidado del material formará parte de la evaluación de la asignatura.

6.- No se puede comer en clase (ni chicles, caramelos...) y **se recomienda una botella de agua** para hidratarse durante las clases.



7.- La evaluación y calificación se realizará mediante diferentes instrumentos de evaluación en los que quedarán recogidos los puntos anteriormente citados además de los específicos de cada actividad. Los alumnos serán informados de los instrumentos de evaluación que serán empleados en las distintas situaciones de aprendizaje.

8.- Los criterios de evaluación son los siguientes:

- **Parte teórica: (20%)** (trabajos, exposiciones, exámenes, etc.)
- **Parte práctica relacionada específicamente con cada contenido (40%)** (deportes, circuitos de fuerza, etc.)
- **Implicación en la práctica, participación en clase y tareas diarias (40%).**

9.- El **retraso en la entrega de los trabajos o actividades** serán valoradas negativamente en base a los criterios de evaluación de cada actividad. Por otro lado, para poder aprobar la asignatura, será necesario tener una puntuación mínima de 5 sobre 10 en la parte relacionada con el respeto de las normas y material de cada actividad, trabajo en equipo, calzado y ropa adecuada y un mínimo de 5 sobre 10 en la parte correspondiente a entrega de trabajos y tareas en EducaMadrid.

10.- Los alumnos que, temporal o permanentemente, no puedan realizar la parte práctica deberán **justificarlo debidamente y realizar la adaptación** que el profesor establezca, pudiendo ser ésta **de carácter físico o teórico**; acudiendo a clase con ropa deportiva y mostrándose activo dentro de sus posibilidades.

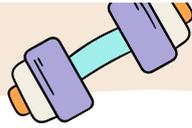
Sí se puede: esforzarse, pasárselo bien, trabajar en equipo, superarse, colaborar, mejorar, reír... En definitiva, tener ganas de aprender y disfrutar mediante la Educación Física.

Mediante la firma de este documento, acepto las normas del Departamento de Educación Física.

Alumno/a:

Firma Padre/Madre/Tutor/a





INFORMACIÓN PARA LOS PADRES

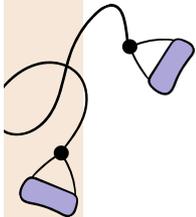
Durante el curso, podremos realizar actividades en el parque Central anexo al Centro o instalaciones deportivas cercanas (carrera, orientación...), así como recurrir al uso de los móviles con fines educativos, (uso de Apps, música, actividades de orientación...). También, de manera puntual, se podrán realizar grabaciones de actividades concretas de la asignatura con fines educativos y/o de evaluación, respetando en todo momento la normativa vigente referente a la Protección de Datos. Para ello, necesitamos su consentimiento.

Autorizo No autorizo

Si su hijo/a **padece algún tipo de problema físico o enfermedad** que influya en las clases de EF, es necesario que lo comunique por escrito acompañándolo con un justificante médico. Para facilitar dicha información, puede contestar al siguiente formulario. **Toda la información será tratada confidencialmente y a efectos de poder realizar las correspondientes medidas compensatorias.**

Grupo:
Nombre y apellidos del Alumno/a:

Firma Padre/Madre/Tutor/a



¿Padece su hijo/a algún tipo de enfermedad o problema cardiovascular?

Especifique:

SI / NO

¿Padece su hijo/a algún tipo de alergia?

Señale cuál:

SI / NO

¿Padece su hijo/a algún tipo de problema de tipo respiratorio?

Especifique:

SI / NO

¿Padece su hijo/a algún tipo de lesión o enfermedad del aparato locomotor?

Señale cuál:

SI / NO

¿Existe algún otro problema de salud que aconseje que su hijo/a deba cursar la asignatura con adaptación específica?

Especifique:

SI / NO

APORTA JUSTIFICANTE MÉDICO:

SI / NO

