

IES SANTA MARÍA DE LOS BAÑOS		Curso Escolar: 2025/26	
Programación			
Materia: EF11BA - Educación Física	Curso: 1º	ETAPA: Bachillerato de Humanidades y Ciencias Sociales	
Plan General Anual			
UNIDAD UF1: Desarrollo de la Condición Física	Fecha inicio prev.: 17/09/2025	Fecha fin prev.: 03/12/2025	Sesiones prev.: 10
Saberes básicos			
A - Vida activa y saludable.			
0.1 - Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas y/o saludables según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.			
0.2 - Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.			
0.3 - Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.			
B - Organización y gestión de la actividad física.			
0.1 - Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).			
0.3 - Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).			
C - Resolución de problemas en situaciones motrices.			
0.1 - Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico- deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.			
0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.			
0.3 - Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia y flexibilidad. Sistemas de entrenamiento.			
0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.			

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
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. 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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:33% • Lista de control:33% • Prueba Práctica:34% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:33% • Lista de control:33% • Prueba Práctica:34% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Dramatizaciones:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CD • CE • CPSAA • STEM

.No existe descripción para el criterio de evaluación	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA
3.Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica 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, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCL • CPSAA

UNIDAD UF2: Acrosport	Fecha inicio prev.: 19/09/2025	Fecha fin prev.: 31/10/2025	Sesiones prev.: 5
------------------------------	---	--	------------------------------

Saberes básicos

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.4 - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.3 - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.

0.4 - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
.No existe descripción para el criterio de evaluación	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA

.No existe descripción para el criterio de evaluación	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCL • CPSAA
	#.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 ir surgiendo a lo largo del proceso.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCL • CPSAA
	#.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 habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCL • CPSAA

UNIDAD UF3: Primeros Auxilios	Fecha inicio prev.: 04/11/2025	Fecha fin prev.: 25/11/2025	Sesiones prev.: 3
--------------------------------------	---------------------------------------	------------------------------------	--------------------------

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.4 - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.

0.5 - Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).

0.6 - Protocolos ante alertas escolares.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.4 - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
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.	#.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.	Eval. Ordinaria: - Dramatizaciones: 50% - Prueba Práctica: 50% Eval. Extraordinaria:	0,667	- CD - CE - CPSAA - STEM
.No existe descripción para el criterio de evaluación	#.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 ir surgiendo a lo largo del proceso.	Eval. Ordinaria: - Lista de control: 50% - Registros: 50% Eval. Extraordinaria:	0,667	- CC - CCL - CPSAA
UNIDAD UF4: Nutrición		Fecha inicio prev.: 27/11/2025	Fecha fin prev.: 03/12/2025	Sesiones prev.: 2

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.3 - Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.5 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBfóbicas).

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
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.de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:33% • Lista de control:33% • Prueba Práctica:34% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Dramatizaciones:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CD • CE • CPSAA • STEM
3.Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica 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, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCL • CPSAA
UNIDAD UF5: Organización de Campeonatos de implementos		Fecha inicio prev.: 13/01/2026	Fecha fin prev.: 10/01/2026	Sesiones prev.: 5

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).				
0.2 - Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.				
C - Resolución de problemas en situaciones motrices.				
0.4 - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.				
D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.				
0.1 - Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. Ejemplos de deportistas: trayectorias profesionales, hitos y valores.				
0.4 - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.				
E - Manifestaciones de la cultura motriz.				
0.6 - Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.				
F - Interacción eficiente y sostenible con el entorno.				
0.4 - Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.				
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias

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.	#.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.	Eval. Ordinaria: - Dramatizaciones:50% - Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	- CD - CE - CPSAA - STEM
.No existe descripción para el criterio de evaluación	#.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.	Eval. Ordinaria: - Escala de observación:50% - Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	- CE - CPSAA
.No existe descripción para el criterio de evaluación	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	Eval. Ordinaria: - Lista de control:50% - Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	- CC - CCL - CPSAA
	#.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 ir surgiendo a lo largo del proceso.	Eval. Ordinaria: - Lista de control:50% - Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	- CC - CCL - CPSAA
	#.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 habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	Eval. Ordinaria: - Lista de control:50% - Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	- CC - CCL - CPSAA
UNIDAD UF6: Deportes alternativos + Bicicleta		Fecha inicio prev.: 07/01/2026	Fecha fin prev.: 25/02/2026	Sesiones prev.: 7

Saberes básicos

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico- deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.

0.4 - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

0.3 - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.

0.5 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBfóbicas).

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.5 - Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico- deportivos. Presencia en medios de comunicación.

F - Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

0.1 - Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.

0.2 - Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.

0.3 - Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad movilidad, seguridad o similares).

0.4 - Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.

0.5 - Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.

0.6 - Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
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.de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:33% • Lista de control:33% • Prueba Práctica:34% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Dramatizaciones:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CD • CE • CPSAA • STEM
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, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA

3.Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica 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, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCL • CPSAA
	#.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 habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCL • CPSAA
5.Implementar un estilo de vida sostenible 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.	#.5.1.Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:33% • Lista de control:33% • Prueba Práctica:34% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CE • CPSAA • STEM
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:33% • Lista de control:33% • Prueba Práctica:34% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CE • CPSAA • STEM
UNIDAD UF7: Orientación a pie y en bici		Fecha inicio prev.: 03/03/2026	Fecha fin prev.: 12/11/2025	Sesiones prev.: 4

Saberes básicos

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.4 - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.3 - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.4 - Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.

F - Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

0.1 - Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.

0.2 - Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.

0.3 - Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad movilidad, seguridad o similares).

0.4 - Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.

0.5 - Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.

0.6 - Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
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. de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	#.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.	Eval. Ordinaria: - Dramatizaciones: 50% - Prueba Práctica: 50% Eval. Extraordinaria:	0,667	- CD - CE - CPSAA - STEM

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, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA
3.Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica 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, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCL • CPSAA

.No existe descripción para el criterio de evaluación	#.5.1.Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:33% • Lista de control:33% • Prueba Práctica:34% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CE • CPSAA • STEM
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:33% • Lista de control:33% • Prueba Práctica:34% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CE • CPSAA • STEM

UNIDAD UF8: Juegos Tradicionales	Fecha inicio prev.: 15/04/2026	Fecha fin prev.: 27/05/2026	Sesiones prev.: 6
---	---	--	------------------------------

Saberes básicos

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

0.3 - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.1 - Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.

F - Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

0.2 - Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.

0.5 - Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.

0.6 - Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
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, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA
.No existe descripción para el criterio de evaluación	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCL • CPSAA
.No existe descripción para el criterio de evaluación	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:33% • Lista de control:33% • Prueba Práctica:34% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCEC • CPSAA • STEM
UNIDAD UF9: Ritmo		Fecha inicio prev.: 14/04/2026	Fecha fin prev.: 26/05/2026	Sesiones prev.: 6

Saberes básicos

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

0.3 - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.

0.5 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBfóbicas).

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.2 - Técnicas específicas de expresión corporal.

0.3 - Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico- expresiva.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
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, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CE • CPSAA

.No existe descripción para el criterio de evaluación	#.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 ir surgiendo a lo largo del proceso.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCL • CPSAA
	#.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 habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	Eval. Ordinaria: • Lista de control:50% • Registros:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCL • CPSAA
.No existe descripción para el criterio de evaluación	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:33% • Lista de control:33% • Prueba Práctica:34% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCEC • CPSAA • STEM
	#.4.2.Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad.	Eval. Ordinaria: • Dramatizaciones:50% • Prueba Práctica:50% Eval. Extraordinaria:	0,667	• CC • CCEC • CPSAA • STEM

Revisión de la Programación

Otros elementos de la programación

Decisiones metodológicas y didácticas. Situaciones de aprendizaje

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Principios metodológicos. Las metodologías activas darán protagonismo al alumnado en su propio aprendizaje, avivando el deseo de participar, progresar y superar retos motrices, dotándolo de autonomía para aportar soluciones creativas a los distintos desafíos motores, así como para poder transferirlos a otros contextos. Se plantearán tareas motrices a través de recursos metodológicos que potencien la motivación intrínseca, buscando la adherencia a la práctica regular de actividad física y con ello cumplir las recomendaciones de práctica realizadas por la Organización Mundial de la Salud.				

Se tendrán en cuenta una serie de orientaciones para facilitar el desarrollo de estrategias metodológicas que permitan trabajar por competencias clave en el aula. Estas líneas de actuación están en consonancia con los principios constructivistas del aprendizaje: -Partir del nivel de desarrollo del alumnado. -Atender a la diversidad, respetando los distintos ritmos de aprendizaje. -Promover estrategias que fomenten las competencias, los elementos transversales y la educación en valores que se pretende inculcar al alumnado: aprendizajes autónomos y significativos, participación, trabajo en equipo, cooperativo...				
Los agrupamientos del alumnado son muy variados y los ritmos de aprendizaje son muy diferentes. Algunos/as necesitan de un tratamiento diferenciado de la normalidad del grupo, bien por su alto nivel o por su bajo nivel. En este caso se diseñarán las estrategias didácticas adecuadas para promover la participación de todos/as en las actividades planteadas. Se fomentará la creación de grupos mixtos en la gran mayoría de las ocasiones para favorecer la coeducación y de esta forma transmitir una serie de valores relacionados (respeto, igualdad de oportunidades, la responsabilidad personal..				
Según la Situación de Aprendizaje y con ello, los saberes básicos impartidos, la actividad o tarea realizada, las características del alumnado y/o la experiencia previa del docente se pondrá en práctica un planteamiento pedagógico u otro. Se puede diferenciar entre los siguientes enfoques metodológicos: -Enseñanza basada en la reproducción: usada cuando enseñamos ejercicios gimnásticos o habilidades deportivas de forma directa y analítica, ó bien ante grupos más inmaduros y dependientes como lo son precisamente los que conforman los primeros niveles de la etapa ESO. -Enseñanza basada en el descubrimiento , para etapas como 4º de la eso que ya pueden hacer toma de decisiones y se favorece la indagación				

Medidas de atención a la diversidad				
DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
El carácter abierto y flexible de la programación posibilita la atención a la diversidad del alumnado permitiendo las oportunas medidas de refuerzo educativo y, en su caso, de adaptaciones curriculares individualizadas cuando presente necesidades educativas especiales, que no puedan ser atendidas mediante las estrategias de individualización del aprendizaje adoptadas con carácter general y mediante la adecuación al grupo de clase del proceso de enseñanza/aprendizaje.				
El alumnado que presente necesidades específicas de apoyo educativo, dispondrá de un plan de actuación personal (PAP) en el que se recojan las medidas que den respuestas a sus necesidades, teniendo presente sus fortalezas y limitaciones.				
a) Alumnado con necesidades educativas especiales. Las actuaciones son (Ríos Hernández, 2007; Piérre, 2007; y Gimeno Sacristán, 2002): - Alumno con discapacidad auditiva. Para su tratamiento debemos llamar la atención con medios visuales o táctiles antes de hablar, colocarse delante de él para facilitar la lectura labial, no hablar mientras se escribe en la pizarra, ejemplificar siempre la actividad y, en los juegos y deportes, asegurar previamente el conocimiento de reglas y pautas.				
Alumno con discapacidad física orgánica. Se recomienda informes médicos para ver la gravedad de las patologías. Entre los tipos podemos encontrarnos alumnos con problemas respiratorios crónicos, como el asma, donde debemos hacer ejercicios de menos de cinco minutos de duración y con una intensidad inferior al 85%, respiración nasal y que lleven siempre el broncodilatador. Alumnos con fibrosis quística donde se recomienda el trabajo de actividades que aumenten la resistencia para forzar los músculos ventilatorios e incrementar la eliminación de mucosidad. Alumnos con diabetes deben de ingerir alimento antes y después de la sesión, reducirse las dosis de insulina e incrementar progresivamente la actividad física. Alumnos con problemas cardiovasculares en los que deberemos suspender la actividad con cualquier síntoma de dolor de pecho o labios amoratados y alumnos con hemofilia con los que debemos evitar actividades de contacto, potenciar la flexibilidad y evitar sobreesfuerzos.				
Alumno con discapacidad física motriz. Debemos priorizar sobre las posibilidades de movimiento potenciando sobre todo las cualidades motrices y las capacidades físicas básicas. En lo referente al espacio delimitaremos el mismo para compensar las dificultades de movilidad y utilizar terrenos lisos y llanos para facilitar los desplazamientos. Según los casos que se nos presenten podemos tener alumnos con parálisis cerebral, donde debemos evitar ruidos inesperados que pueden provocar espasmos y tienen un largo periodo de recuperación; alumnos con distrofias musculares con los que tenemos que trabajar mucho la flexibilidad y movilidad articular; alumnos con artritis crónica juvenil evitando sobrecargas y realizar actividades de fuerza isométrica; y alumnos con lesiones medulares, en las que si son usuarios de sillas de ruedas debemos trabajar la fuerza de los brazos, controlar la alimentación por la tendencia a la obesidad e hidratarles constantemente.				

b) Alumnado con retraso madurativo. Potenciar las actividades en grupo, con el fin de que se sienta incluido, proponer retos que sean alcanzables, modificar el tamaño del móvil para facilitar su participación. c) Alumnado con trastornos del desarrollo del lenguaje y la comunicación. Debemos priorizar el canal visual sobre el auditivo. Se debe completar todo aquello que se explica oralmente con elementos visuales, gestos, imágenes, fotografías, etc. Ejemplificar siempre la actividad que se explica. Para la evaluación utilizaremos diferentes canales: escritos, orales y visuales (imágenes). d) Alumnado con trastornos de atenci				
d) Alumnado con trastornos de atención o de aprendizaje. Para su tratamiento, debemos proporcionar información precisa, clara, concreta y simplificada, colocándonos a su lado durante las explicaciones. Las tareas deben de suponer un reto asumible para los 31 alumnos con periodos de aprendizaje cortos. Referente al material, utilizaremos materiales grandes y lentos para facilitar la manipulación y que sea atractivo en cuanto a forma y color. e) Alumnado con desconocimiento grave de la lengua de aprendizaje. Debemos priorizar el canal visual sobre el auditivo. Se debe completar todo aquello que se explica oralmente con elementos visuales, gestos, imágenes, fotografías, etc. Ejemplificar siempre la actividad que se explica.				
f) Alumnado en situación de vulnerabilidad socioeducativa. A nivel teórico le proporcionaremos el material para que pueda seguir en casa las actividades y en la práctica se le puede hacer entrega de programas individuales para su seguimiento, como puede ser el caso de enfermedad por unos días que suponga una desventaja. g) Alumnado con altas capacidades. Este tipo de alumnos serán atendidos mediante programas de profundización y enriquecimiento y la ampliación de áreas o materias.				
h) Alumnado que se ha incorporado tarde al sistema educativo. Son alumnos con problemas relacionados con el desconocimiento del idioma. Su tratamiento es similar a los alumnos con problemas auditivos. i) Alumnado con condiciones personales o de historia escolar. Son alumnos con problemas escolares como el caso de aquellos que han sido expulsados durante algún tiempo, lo que supone un retraso de conocimientos con respecto al resto de alumnos. Para ello trabajaremos a nivel teórico durante ese tiempo y a nivel práctico mediante el trabajo de programas individuales.				
El alumnado que presente una lesión o problema temporal, deberá trabajar de forma teórica en clase, siempre que sea debidamente justificada por el médico y que conste en el informe que tiene prohibido hacer Educación Física.				

Materiales y recursos didácticos

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
Queremos integrar el uso de las nuevas tecnologías al día a día de nuestra asignatura, sin perder ni un minuto de realización práctica, pero aprovechando la gran cantidad de posibilidades que nos ofrecen y el fuerte interés y motivación que genera en nuestros alumnos. Es por esto que creemos necesario dotar al aula gimnasio de los mismos materiales con los que cuentan el resto de aulas, en particular las pizarras digitales.	Iniciar la sesión con unas imágenes, con sencillos materiales digitales realizados por los alumnos, dar feedback inmediato sobre su ejecución, permitir verse y corregir una y otra vez, utilizar distintas aplicaciones de condición física, orientación, deportivas, entrenar la expresión corporal o el ritmo con distintos profesores virtuales, poder recurrir al yoga o acceder a una práctica de relajación, multiplicar las fuentes de conocimiento y enseñar el buen uso de estas tecnologías ¿ en definitiva, atraer a nuestro alumnado mediante el uso de un lenguaje que entienden casi mejor que nosotros.
No utilizaremos libro de texto, por considerarlo limitante para el desarrollo de una buena programación. Como réplica a lo anterior, elaboraremos nuestros propios apuntes, que consideramos más adecuados al momento actual y a las circunstancias propias de aprendizaje que hemos observado en los alumnos. Equipo de música digital para la realización de actividades de expresión corporal, entre otras. Por otro lado, estamos utilizando planillas de observación de Conceptos y Procedimientos de tal forma que podemos recoger información sistemática sobre la superación de estos ámbitos. Por otro lado, hemos elaborado un método de observación actitudinal, que nos sirve para valorar este apartado día a día. También consideramos conveniente el trabajar con fichas del alumno, donde ellos mismos tienen que completarla durante la sesión práctica o al final de la misma. Por último, decir que damos prioridad al trabajo práctico fuera del aula, aumentando el tiempo de compromiso motor.	
Material propio de Educación Física: Balones de fútbol sala, baloncesto, voleibol, balonmano, foam, multiusos, fitball; pelotas de tenis, tenis de mesa, pickelball, floorball; colchonetas, esterillas, bancos suecos y balones medicinales; minivallas, vallas ajustables, testigos, discos, jabalina vortex y pesos; palas de cartón, botes de bottlebol, raquetas de bádminton, palas de plástico; volantes interior, volantes de exterior; indiacas, frisbees, aros, conos de diferentes tamaños, cuerda gruesa de 20 metros, sticks de floorball, palos de intercosse, petos de varios colores, 2 equipos de música fijos, 1 equipo de música móvil.	

En relación a las instalaciones, el centro cuenta con: - 2 Pistas polideportivas de 40x20 con dos porterías reglamentarias, cuatro mini porterías y cuatro canastas de baloncesto. - Gimnasio. - Cuarto de material. - Departamento y vestuarios.

Relación de actividades complementarias y extraescolares para el curso escolar

DESCRIPCIÓN	MOMENTO DEL CURSO			RESPONSABLES	OBSERVACIONES
	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre		
Salida de senderismo y descenso de río	✓				
Recreos Activos	✓	✓	✓		
Carrera por la igualdad		✓			
Participación en el Deporte Escolar	✓	✓	✓		
Jornadas recreativas en Santo Tomás de Aquino		✓			

Concreción de los elementos transversales

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
La LOMLOE cita en el punto 5 del Artículo 6: ¿Las Administraciones educativas determinarán el porcentaje de los horarios escolares de que dispondrán los centros docentes para garantizar el desarrollo integrado de todas las competencias de la etapa y la incorporación de los contenidos de carácter transversal a todas las áreas, materias y ámbitos¿.				
Educación ambiental: la perspectiva ambiental de la educación reclama un tratamiento de los aprendizajes que capacite a los alumnos/as para comprender las relaciones con el medio en el que están inmersos y dar respuesta de forma participativa y solidaria a los problemas ambientales, tanto en el ámbito próximo y local como en el nacional e internacional. El ambiente es todo lo que nos rodea, tanto el patio, la pista o el gimnasio, constituyen el entorno más cercano. La valoración de lo que tenemos y su cuidado han de ser objetivo prioritario de nuestra actuación. El orden y el cuidado del material de uso común: porterías, balones, colchonetas ¿, el respeto y la limpieza de estancias de uso colectivo: vestuarios, duchas, ¿, deben integrar actitudes generalizadas de todo el grupo de clase.				
Educación para la paz: la nuestra es una materia privilegiada para promover actitudes de respeto, diálogo, solidaridad, participación y aprenderlas a través de vivencias y experiencias propias. En este sentido los juegos de cooperación constituyen la base de relaciones interpersonales.				
Educación para el consumidor: el ideal de este contenido transversal es despertar en el alumnado una actitud crítica para estimular el consumo responsable, no es menos cierto, que no nos será fácil actuar como atenuante del impacto consumista que impera en la sociedad en la que nos movemos. Se pretende que el alumno/a adquiera aquellas herramientas necesarias que le permitan adoptar actitudes críticas ante las diferentes ofertas de consumo que transmite la publicidad comercial.				
Educación vial: este contenido debe ser contemplado desde la consideración de la problemática del tráfico como un hecho real que hay que afrontar y normalizar a través de una enseñanza de comportamientos y reglas básicas, tanto para los conductores/as como para los usuarios de los medios de transporte públicos o para los peatones. La exploración del espacio, la localización de objetos, la realización de circuitos, la identificación y localización de sonidos diferentes, irán desarrollando hábitos de observación y adaptación perfectamente transferibles a situaciones reales de su vida comunitaria. Educación para la salud: la Educación física es pieza clave para una educación dirigida a la salud en su triple vertiente: física, psicológica y social.				

Educación para la igualdad: el valor de la igualdad de sexos constituye una de las bases fundamentales sobre las que debe construirse el proceso de enseñanza. Entendiendo la coeducación como la forma educativa que considera que alumnos/as han de tener los mismos derechos y oportunidades. Conseguir este objetivo será para nosotros uno de los ejes de referencia de nuestra intervención didáctica. Educación moral y cívica: el desarrollo de actividades físicodeportivas en el marco educativo implica una participación que debe realizarse bajo premisas de cooperación y respeto.

Estrategias e instrumentos para la evaluación del aprendizaje del alumnado

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
La calificación de la materia que se le asigne al alumnado en cada evaluación, será numérica, un número entero, entre el 0 y el 10. Ésta será el resultado de las calificaciones de los criterios de evaluación desarrollados durante la misma. Se verá reflejado el nivel de adquisición de los aprendizajes y con ello, de las competencias específicas, las cuales están vinculadas a los criterios de evaluación, valorados a través de diversas herramientas e instrumentos. Para llevar a cabo la calificación, se extraerá con cada herramienta de evaluación la nota de cada criterio de evaluación. La nota media de cada evaluación se hallará de la media obtenida de los criterios de evaluación trabajados en cada trimestre. Por lo tanto, la calificación final de la asignatura será el resultado de la media de las calificaciones obtenidas durante el curso de los diferentes criterios.				
Podemos encontrarnos con dos tipos de procedimientos, como lo son los de experimentación (medidas más objetivas) y observación (medidas más subjetivas). El procedimiento de experimentación se relaciona con los siguientes instrumentos: - Pruebas escritas (desarrollo de temas, preguntas cortas, fichas para completar en clase/pista). - Pruebas orales basadas en la modalidad expresiva del alumno/a. - Pruebas teórico-prácticas.				
El procedimiento de observación se relaciona con los siguientes instrumentos (Pierón, 1990): - Técnicas de observación sistemática (directas ¿escalas de estimación, listas de control y registros anecdóticos-; indirectas ¿cuestionarios, escalas de actitudes- y mixtas ¿entrevista-). - Escalas descriptivas. - Observación externa. - Técnicas audiovisuales. - Observación del grupo. - Análisis de producciones. Todos estos instrumentos serán utilizados para la recogida de información, que nos permitirá evaluar y calificar los procesos de aprendizaje del alumno, los procesos de enseñanza y de la propia práctica docente.				
Resaltar que se realizarán las correspondientes adaptaciones en los instrumentos de evaluación para atender a la diversidad del alumnado (ej: en caso de discapacidades temporales que impidan escribir la prueba teórica se realizará oralmente).				

Planes de refuerzo, medidas de apoyo para la superación de los aprendizajes no superados en evaluaciones. El alumno/a que tiene algún criterio suspenso al finalizar la evaluación deberá en la sesión de ajuste trimestral: - Realizar una prueba teórica de los saberes mínimos que no haya adquirido. - Poner en práctica habilidades o técnicas relacionadas con el criterio no superado. Asimismo, se observará la actitud, el comportamiento y el interés por mejorar.

El alumno perderá los procesos normales de evaluación si sobrepasa el número de faltas injustificadas, según el criterio incluido en el PC. En este caso, el alumno se examinará globalmente de todas las situaciones de aprendizaje impartidas a lo largo del curso escolar, debiendo realizar una prueba escrita y una prueba práctica relacionada con los saberes mínimos impartidos durante el curso. Del mismo modo, el docente podrá pedir al alumnado un trabajo teórica, en el que se incluyan algunos de los contenidos del curso, con el objetivo de completar los mismos. Deberán acudir a la prueba extraordinaria de junio el alumnado que haya abandonado la materia, de acuerdo con el artículo 47 de la Orden 5 mayo 2016, aquellos alumnos que superen el 30% de faltas justificadas e injustificadas deberán someterse a una evaluación diferenciada, debiendo ser realizada en las fechas finales del curso académico. Ambas pruebas extraordinarias consistirán en:
 ¿ Entrega de trabajos y/o examen teórico.
 ¿ Pruebas

técnico-tácticas.
¿ Test físicos. Si el alumno no ha asistido por enfermedad o causa justificada, se le evaluará a través de trabajos teóricos donde desarrolle los distintos contenidos tratados dentro de un plazo establecido, según las necesidades. Para estos casos, resultaría positivo contar con la colaboración y/o ayuda externa de algún compañero/a y /o familiar. Cuando se trate de absentismo, bien por reiteradas faltas a clase no justificadas o por no traer equipaje deportivo (sin justificación). Se considera que el alumnado no ha podido alcanzar el nivel competencial ni los objetivos didácticos establecidos en la programación y por tanto, su calificación será negativa en esa evaluación. Para la reclamación sobre algún aspecto de la materia, nos remitimos al proceso realizado por el centro que está recogido en el NOF, específicamente en Educación Física no entregamos ningún instrumento de evaluación a los padres, madres y/o tutores. Se enseñarán todas las pruebas realizadas en las diferentes situaciones de

	aprendizaje y se darán las explicaciones pertinentes.			
El alumnado con la materia pendiente del curso anterior, seguirá el plan específico de medidas con orientaciones metodológicas (destinado a recuperar los aprendizajes no adquiridos con el fin de favorecer el desarrollo y la adquisición de la/s competencia/s) propuesto y desarrollado por el profesorado. Deberá realizar satisfactoriamente un trabajo escrito por trimestre de los contenidos abordados en el curso anterior, además de aprobar la primera y segunda evaluación del curso actual mostrando actitudes de esfuerzo y superación en el día a día.				

Otros

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
A lo largo del curso pueden darse diversas situaciones en el alumnado que requieren determinadas adaptaciones. Pueden ser: a) Alumnos/as que asisten a clase, pero que no pueden realizar las actividades prácticas por motivos justificados (esguince, anemia crónica, asma crónica, cirugías, ¿). En cualquiera de estos casos y en otros similares, el profesor/a adaptará los criterios y los saberes básicos a dicha situación y modificará el valor de los mismos: - Se reducirán o eliminarán los criterios de carácter práctico (también los saberes básicos). - Se dará mayor valor a los criterios de evaluación y a los saberes básicos de carácter teórico. - Las tareas a realizar se adaptarán a la forma y al tipo de situación. b) Plagios y copias de trabajos entre alumnos/as. En caso de presentarse una situación de plagio de un trabajo, el/la docente investigará la situación. En este caso, el alumno/a responsable obtendrán un 1 en su calificación.				

Estrategias e instrumentos para la evaluación del proceso de enseñanza y la práctica docente

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
La evaluación del proceso enseñanza-aprendizaje hace referencia a la programación didáctica y a las unidades didácticas. La evaluación de la práctica docente hace referencia a la forma peculiar que tiene un profesor de impartir la clase.				
Para la evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje utilizaremos una escala descriptiva donde estarán reflejados todos los aspectos importantes de la programación y será de aplicación al final del curso académico. También se aplicará una lista de control donde se compruebe los objetivos de curso conseguidos por los alumnos y los que no, detectando así si algún objetivo no ha sido alcanzado por una gran mayoría de alumnos y de esta manera diagnosticar algún posible fallo en el proceso de enseñanza-aprendizaje.				
Para la evaluación de la práctica docente actuaremos según lo acordado en Comisión Pedagógica del Centro.				

Medidas previstas para estimular el interés y el hábito de la lectura y la mejora de expression oral y escrita

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
Se llevarán a cabo actividades de comprensión lectora en cada una de las unidades didácticas de los diferentes niveles de cada etapa, incluyendo artículos de deportes más masivos, deportes y juegos tradicionales y minoritarios, historias de superación personal y colectiva, etc. Al mismo tiempo animaremos a nuestros alumnos a la lectura voluntaria de historias tanto reales como ficticias relacionadas con el esfuerzo, la superación, la actividad física y la salud. También evaluaremos la superación de algunos criterios de carácter actitudinal a partir de la realización de una prueba escrita.	

