

IES SANTA MARÍA DE LOS BAÑOS		Curso Escolar: 2025/26	
Programación			
Materia: EFI3EA - Educación Física		Curso: 3º	ETAPA: Educación Secundaria Obligatoria
Plan General Anual			
UNIDAD UF1: Calentamiento Especico y Dº de la CF		Fecha inicio prev.: 15/09/2025	Fecha fin prev.: 27/10/2025
Sesiones prev.: 7			
Saberes básicos			
A - Vida activa y saludable.			
0.1 - Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.			
0.3 - Salud mental: tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.			
B - Organización y gestión de la actividad física.			
0.1 - 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 y compañeras de realización. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.			
C - Resolución de problemas en situaciones motrices.			
0.3 - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.			
0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.			
D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.			
0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.			

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.1.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Lista de control:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.2.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Lista de control:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.5.Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	Eval. Ordinaria: • Análisis de las producciones:100%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.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.	Eval. Ordinaria: • Presentaciones:50% • Prueba Práctica:50%	0,667	• CE • CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Prueba Práctica:100%	0,667	• CE • CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Eval. Ordinaria: • Dramatizaciones:50% • Lista de control:50%	0,667	• CC • CCL • CPSAA

UNIDAD UF2: Deporte de raqueta: badminton		Fecha inicio prev.: 17/09/2025	Fecha fin prev.: 29/10/2025	Sesiones prev.: 7
Saberes básicos				
C - Resolución de problemas en situaciones motrices.				
0.1 - 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. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.				
0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.				
0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: identificación y corrección de errores comunes.				
0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.				
D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.				
0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.				
0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.				
0.3 - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.				
0.4 - 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.				
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias

2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.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.	Eval. Ordinaria: Prueba Práctica:100%	0,667	- CE - CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: Prueba Práctica:100%	0,667	- CE - CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Eval. Ordinaria: - Dramatizaciones:50% - Lista de control:50%	0,667	- CC - CCL - CPSAA
	#.3.2.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	Eval. Ordinaria: - Análisis de las producciones:50% - Lista de control:50%	0,667	- CC - CCL - CPSAA
UNIDAD UF3: Salud y 1º Auxilios		Fecha inicio prev.: 03/11/2025	Fecha fin prev.: 28/11/2025	Sesiones prev.: 7

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.1 - Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

0.2 - Salud social: Suplementación deportiva. Riesgos y condicionantes éticos.

0.3 - Salud mental: tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B - Organización y gestión de la actividad física.				
0.3 - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.				
0.4 - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.				
0.5 - Actuaciones ante accidentes. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).				
C - Resolución de problemas en situaciones motrices.				
0.6 - Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.				
D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.				
0.4 - 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.				
E - Manifestaciones de la cultura motriz.				
0.2 - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.				
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.2. 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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Lista de control:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.3. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	Eval. Ordinaria: • Dramatizaciones:50% • Prueba Práctica:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.4. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los 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 en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	Eval. Ordinaria: • Dramatizaciones:50% • Prueba Práctica:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.5. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	Eval. Ordinaria: • Análisis de las producciones:100%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Eval. Ordinaria: • Dramatizaciones:50% • Lista de control:50%	0,667	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	Eval. Ordinaria: • Análisis de las producciones:50% • Lista de control:50%	0,667	• CC • CCL • CPSAA

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.	#.4.3.Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	Eval. Ordinaria: • Análisis de las producciones:50% • Prueba Práctica:50%	0,667	• CC • CCEC
--	---	---	-------	--

UNIDAD UF4: Atletismo	Fecha inicio prev.: 07/01/2026	Fecha fin prev.: 18/02/2026	Sesiones prev.: 7
------------------------------	---------------------------------------	------------------------------------	--------------------------

Saberes básicos

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - 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. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: identificación y corrección de errores comunes.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

0.3 - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
---------------------------------	--------------------------------	---------------------	--	---------------------

1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.1.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Lista de control:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.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.	Eval. Ordinaria: • Presentaciones:50% • Prueba Práctica:50%	0,667	• CE • CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Prueba Práctica:100%	0,667	• CE • CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Eval. Ordinaria: • Dramatizaciones:50% • Lista de control:50%	0,667	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	Eval. Ordinaria: • Análisis de las producciones:50% • Lista de control:50%	0,667	• CC • CCL • CPSAA

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.	#.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.	Eval. Ordinaria: - Dramatizaciones:50% - Lista de control:50%	0,667	- CC - CCEC
--	---	---	-------	--

UNIDAD UF5: Deporte colectivo: Voley	Fecha inicio prev.: 09/01/2026	Fecha fin prev.: 20/02/2026	Sesiones prev.: 7
---	---------------------------------------	------------------------------------	--------------------------

Saberes básicos
C - Resolución de problemas en situaciones motrices.
0.1 - 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. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: identificación y corrección de errores comunes.
D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
0.3 - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.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.	Eval. Ordinaria: - Presentaciones:50% - Prueba Práctica:50%	0,667	- CE - CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: Prueba Práctica:100%	0,667	- CE - CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: Prueba Práctica:100%	0,667	- CE - CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Eval. Ordinaria: - Dramatizaciones:50% - Lista de control:50%	0,667	- CC - CCL - CPSAA
	#.3.2.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	Eval. Ordinaria: - Análisis de las producciones:50% - Lista de control:50%	0,667	- CC - CCL - CPSAA
UNIDAD UF6: Orientación		Fecha inicio prev.: 23/02/2026	Fecha fin prev.: 09/03/2026	Sesiones prev.: 5

Saberes básicos

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

F - Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

0.1 - Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.

0.2 - La práctica de bicicleta como medio de transporte habitual.

0.3 - 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.

0.4 - Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.

0.5 - Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.1. 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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación: 50% • Lista de control: 50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.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.	Eval. Ordinaria: • Prueba Práctica: 100%	0,667	• CE • CPSAA

3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Eval. Ordinaria: - Dramatizaciones:50% - Lista de control:50%	0,667	- CC - CCL - CPSAA
5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	#.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.	Eval. Ordinaria: - Escala de observación:33% - Lista de control:33% - Prueba Práctica:34%	0,667	- CC - CE - STEM
	#.5.2.Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	Eval. Ordinaria: - Análisis de las producciones:50% - Prueba Práctica:50%	0,667	- CC - CE - STEM
UNIDAD UF7: Juegos y deportes tradicionales		Fecha inicio prev.: 13/04/2026	Fecha fin prev.: 18/05/2026	Sesiones prev.: 6

Saberes básicos

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: identificación y corrección de errores comunes.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

0.3 - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.1 - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes regionales y nacionales como seña de identidad cultural.

F - Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

0.4 - Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.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.	Eval. Ordinaria: Prueba Práctica:100%	0,667	- CE - CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Eval. Ordinaria: - Dramatizaciones:50% - Lista de control:50%	0,667	- CC - CCL - CPSAA

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.	#.4.1.Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:50% • Prueba Práctica:50%	0,667	• CC • CCEC
5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	#.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.	Eval. Ordinaria: • Escala de observación:33% • Lista de control:33% • Prueba Práctica:34%	0,667	• CC • CE • STEM

UNIDAD UF8: Ritmo Cardio Combat	Fecha inicio prev.: 15/04/2026	Fecha fin prev.: 20/05/2026	Sesiones prev.: 6
--	---------------------------------------	------------------------------------	--------------------------

Saberes básicos

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.
0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
0.4 - 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.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.				
0.2 - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.				
0.3 - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.				
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.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.	Eval. Ordinaria: • Presentaciones:50% • Prueba Práctica:50%	0,667	• CE • CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: • Prueba Práctica:100%	0,667	• CE • CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Eval. Ordinaria: • Dramatizaciones:50% • Lista de control:50%	0,667	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	Eval. Ordinaria: • Análisis de las producciones:50% • Lista de control:50%	0,667	• CC • CCL • CPSAA

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.	#.4.3.Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	Eval. Ordinaria: - Análisis de las producciones:50% - Prueba Práctica:50%	0,667	- CC - CCEC
--	---	---	-------	--

UNIDAD UF9: Malabares	Fecha inicio prev.: 25/05/2026	Fecha fin prev.: 05/06/2026	Sesiones prev.: 4
------------------------------	---------------------------------------	------------------------------------	--------------------------

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.
0.1 - 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 y compañeras de realización. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
0.2 - Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
C - Resolución de problemas en situaciones motrices.
0.1 - 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. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.
D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.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.	Eval. Ordinaria: - Presentaciones:50% - Prueba Práctica:50%	0,667	- CE - CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: Prueba Práctica:100%	0,667	- CE - CPSAA
	#.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.	Eval. Ordinaria: Prueba Práctica:100%	0,667	- CE - CPSAA
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.	#.4.1.Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	Eval. Ordinaria: - Escala de observación:50% - Prueba Práctica:50%	0,667	- CC - CCEC
	#.4.3.Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	Eval. Ordinaria: - Análisis de las producciones:50% - Prueba Práctica:50%	0,667	- CC - CCEC

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; Pièrre, 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 fíicodeportivas 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.	

