PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE 3º DE ESO DEL COLEGIO LA SALLE SAGRADO CORAZÓN DE MADRID

Máster en Formación del Profesorado (UAH)

Presentado por: Diego Ramírez Martín

Dirigido por: Víctor Tejeiro Sandomingo

Alcalá de Henares, a 30 de Julio de 2020

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN 5
2. Análisis del centro y del entorno 7
2.1 Análisis del Entorno 7
2.2 Análisis del Centro 10
2.3 Análisis DAFO 13
2.3.1 Estrategias a tomar 16
3.Competencias Clave y Objetivos a alcanzar por los alumnos. 17
3.1 Competencias Clave 17
3.2 Objetivos Generales de Etapa 26
3.3 Objetivos de Departamento 28
3.4 Objetivos Didácticos 29
3.5 Relación de Objetivos 30
4. CONTENIDO 31
5. Unidades Didácticas 32
6. Metodología 34
7. Recursos didácticos 42
8. Evaluación 43
8.1 Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado 43
8.1.1 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables. Relación con las competencias y los instrumentos de evaluación 43
8.1.2 Procedimientos de evaluación del aprendizaje e instrumentos de evaluación acordes con la materia, asignatura o módulo. 44
8.1.3. Evaluación de los indicadores 47
8.1.4 Recuperación de la materia. 50
8.2 Evaluación de la programación y de la práctica docente. 51
9. Medidas de atención a la diversidad 52
10. Enseñanzas transversales 54
11. Interdisciplinariedades 55
12. Innovación 56
13. Actividades complementarias y extraescolares 57
14. Bibliografía 58
15. Anexos 60

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Matriz DAFO 15
Tabla 2. Descripción de cómo trabajamos las competencias. 23
Tabla 3. Descripción de los descriptores e indicadores. 25
Tabla 4. Temporalización de las Unidades Didácticas..... 32
Tabla 5. Clasificación de los estilos de enseñanza Muska Mosston 1ª etapa. 34
Tabla 6. Clasificación de los estilos de enseñanza de la 2ª etapa de Muska Mosston. 35
Tabla 7. Clasificación de los estilos de enseñanza de la 2ª etapa de Muska Mosston. 35
Tabla 8. Evaluación de los indicadores..... 49

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1. Estructura de la Población de Fuencarral-El Pardo. Ayuntamiento de Madrid 8
Ilustración 2. Estructura y Funcionamiento (organigrama). www.lasallesagradocorazon.es..... 12

1. INTRODUCCIÓN

Para dar comienzo a este trabajo final de máster vamos a empezar por lo principal, que no es otra cosa que un breve resumen para ver en que va a consistir el trabajo que nos va a ocupar las próximas páginas.

Antes que nada, hay que decir que vamos a ubicar esta programación didáctica en el curso de 3º de la E.S.O dentro del año académico 2019-2020 en el colegio La Salle Sagrado Corazón, ubicado en Madrid capital en el distrito de Fuencarral-El Pardo. Para introducir el colegio, es un centro concertado y católico, que integra prácticamente todos los ámbitos educativos (Infantil, Primaria, E.S.O, Bachillerato y F.P) además de otros programas de reinserción social como pueden ser las A.C.E.S, y otros programas de formación como pueden ser las F.P básicas. Además de contar en sus instalaciones con sedes de El Corte Inglés y la Fundación Villena. La Salle Sagrado Corazón (2020)

Encuadrado dentro del distrito de Fuencarral-El Pardo, situado en una zona donde convergen varios barrios de muy diferente nivel sociocultural, de manera que alumnos del barrio de Mirasierra (una de las zonas más caras y exclusivas de España) van a clase con otras personas de zonas de menor bonanza económica como puede ser Lacoma, Peñagrande o Pitis, de manera que es un centro con una gran diversidad a muchos niveles. Ayuntamiento de Madrid (2018)

En cuanto a la manera en la que vamos a idear esta planificación, vamos a intentar que sea lo más innovadora posible (es un centro donde los alumnos usan el Chromebook para todas las clases), pero sin volvernos locos en el hecho de la innovación en sí, donde no vamos a caer en el error común de que, por el hecho de innovar, descuidamos aspectos mucho más importantes para el aprendizaje del alumnado, lo cual pensamos que es lo que vertebra nuestra planificación. Intentaremos tener un gran índice de compromiso motor en las clases, donde primará la práctica por encima de la teoría en una proporción 90-95% a 10-5%. En cuanto a trabajo para casa, pensamos que podría ser interesante la realización de algún que otro trabajo que nos ayude a conocer el funcionamiento de nuestro cuerpo, además de proponer actividades mensuales como la elaboración de elementos interactivos como puede ser el kahoot, para que sus mismos compañeros lo rellenen con material visto a lo largo del año.

Es un colegio que no tiene ningún problema en cuanto a la adquisición de material, lo cual no será debido a los recortes en el aporte de la administración pública, por lo tanto, pensamos que

eso es una fortaleza, a lo que se añade sus buenas instalaciones (2 pabellones cubiertos, 4 pistas exteriores (2 de fútbol y 2 de baloncesto) y piscina). En cuanto a una debilidad que le podemos encontrar, podría ser la sobresaturación de estas en muchas horas de la semana, ya que ahí llegan a coincidir 3 cursos de primaria, 1 de la E.S.O, 1 de Bachillerato y 2 de T.A.F.A.D, de manera que hay que coordinarse muy bien ya que hay algunas veces que 3 profesores necesitan las mismas instalaciones y no es posible su uso simultáneo. Ramírez, D. (comunicación personal, 2020)

Por último, vemos que no hay excursiones programadas en lo referente a la Educación Física y eso es algo que nos gustaría cambiar ya que una visita al I.N.E.F de Madrid o a alguna competición deportiva no estaría demás y entendemos que el calendario está muy apretado, pero sí que se realizan a otros lados por lo que comprendemos que nuestra asignatura no debería ser menos y nos falta alguna actividad fuera del colegio para el fomento de la Actividad Física. . Ramírez, D. (comunicación personal, 2020)

Para finalizar, hay que comentar que con este trabajo pretendemos realizar una programación innovadora, donde la eficiencia del aprendizaje del alumnado va a ser nuestra obsesión, además de intentar mejorar la visión, por parte de la sociedad a la que podamos llegar, de la actividad física y su práctica regular.

2. Análisis del centro y del entorno

2.1 Análisis del Entorno

El centro está ubicado en la calle Cardenal Herrera Oria, 242. Por lo que ubicado en el distrito Fuencarral-El Pardo y situado en una zona accesible para un gran número de barrios, vemos que va a haber una gran cantidad de variedad en el alumnado. En cuanto al entorno, vemos que, el Ayuntamiento de Madrid (2019) nos facilita los siguientes datos, los cuales los hemos sintetizado, como el que en el distrito de Fuencarral-El Pardo, en la edad comprendida entre los 10-19 (son los intervalos que se nos permite en la búsqueda y las edades más representativa del alumnado al cual llegaremos en la E.S.O y Bachillerato) tiene 24.810 personas, lo que representa un 9,87% del total de la población total del distrito (242.928) Dentro de que en el intervalo de edad que hemos visto hay edades a las cuales no han llegado a la E.S.O (10-11 años) y otras las cuáles de no repetir ya han pasado a formar parte de otro tipo de enseñanza incluso ya pueden estar trabajando (19), interpretando que las edades y el número de personas estén distribuidos por igual, vamos a tener disponibles para la educación en los centros del distrito un 6-7% del total de la población del distrito, o lo que es lo mismo, unos 15.800 alumnos a repartir entre los diferentes centros del distrito. En datos que nos facilita el Ayuntamiento de Madrid (2018), pero en esta ocasión del año 2018, la media de edad es de 42,74 años, de manera que estamos hablando de un distrito que no destaca precisamente por su juventud, ya que como hemos visto, los intervalos de edad de 10-19 años solamente representa el 9,87% de la población total de la zona, por lo que no es el intervalo predominante ni mucho menos, sino que es de los más bajos de las edades analizadas. De otra manera, analizaremos la diferencia entre hombres y mujeres. En el distrito en general, donde los datos vuelven a estar proporcionado por el Ayuntamiento de Madrid (2019), hay una mayor prevalencia del sexo femenino (128.495) que del masculino (114.433), y vemos que en las edades las cuales hemos analizado, los hombres son 11.175, mientras que las mujeres son 10.828, concluyendo que la diferencia es casi imperceptible (347).

Por otro lado, en un documento que podemos ver en la página del Ayuntamiento de Madrid (2019), observamos que la proporción de inmigrantes extranjeros es de 5,11%, donde la proporción de nacidos fuera de España y de extranjeros es de 13,59% y 7,92% respectivamente, donde destaca la presencia de inmigrantes rumanos (2069), chinos (1360), marroquíes (1096), peruanos (1032) y colombianos (1061), desglose que nos proporciona el Ayuntamiento de Madrid en otro documento con fecha de 2014. Estos datos son harto importantes, debido a que es útil conocer el lugar de procedencia de nuestros alumnos para ver que pueden aportar estos

a las clases referente a sus propias culturas, de manera que por ejemplo en Educación Física nos pueden enseñar juegos típicos de la zona , en otras asignaturas nos pueden aleccionar acerca de sus costumbres y la importancia de otros aspectos de la vida en otras zonas del mundo, cosas que de no tener alumnos extranjeros, no podríamos conocer o no conoceríamos con esa exactitud. Además, este suceso nos aportará una diversidad cultural en cuanto a las relaciones interpersonales con los alumnos riquísima y que nos puede servir también, para remover ciertos prejuicios acerca de las personas extranjeras y ahondar en la importancia de la inclusión dentro de la sociedad de los inmigrantes. En este mismo artículo, podemos ver una pirámide de población la cual nos permitirá hacernos una idea, acerca de la población española y extranjera presente en el distrito y sus edades:

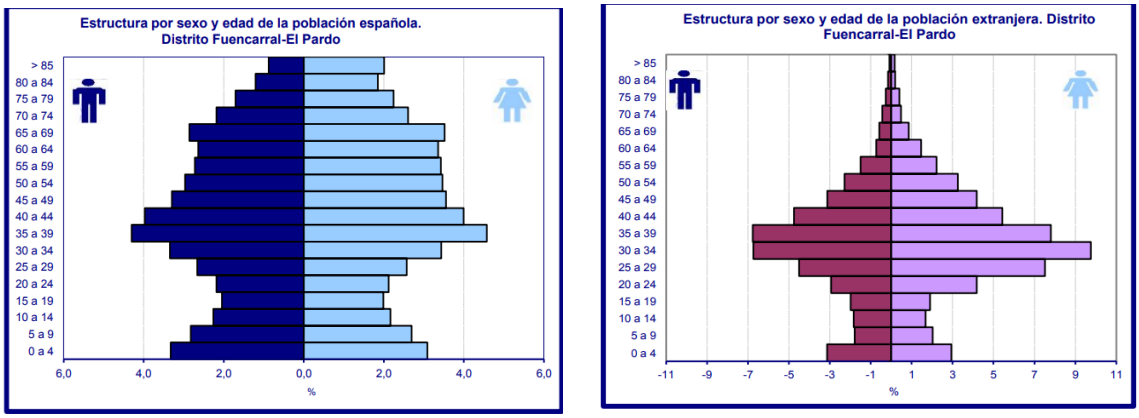

Ilustración 1. Estructura de la Población de Fuencarral-El Pardo. Ayuntamiento de Madrid

En cuanto al contexto sociocultural y económico de las familias que acuden al centro, podemos ver que el nivel adquisitivo (23.964 euros, según AEAT (2017)) y las características de las familias que acuden al centro son muy variopintas, está en una zona donde confluyen los barrios de Mirasierra (de las zonas más ricas de Madrid incluso de España), Peñagrande, Lacoma y Fuentelarreyna, de manera que hay gente de todo estrato social sin seguir ningún patrón común. Otra circunstancia es que en la zona, en apenas 1 kilómetro se concentran 5 colegios, 2 privados (Virgen de Mirasierra y Fuentelarreyna), 2 públicos (Cardenal Herrera Oria y Mirasierra) y 1 concertado (La Salle Sagrado Corazón) de manera que esto no hace otra cosa que homogeneizar las familias en los 2 colegios privados dejando a los otros 3 colegios que se repartan la gente con menor renta por no poder permitirse un colegio privado o con mayor renta pero que simplemente creen en una educación pública de calidad. En cuanto a datos del distrito esta zona no es una zona con un alto nivel de inmigración, pero si podemos ver que se concentra mucha gente de países del este. En cuanto al colegio, sí que he podido ver que tienen varios programas de integración social (se llama A.C.E.S.) además de ser un colegio especialmente preocupado

por la inmigración ya que aproximadamente un 20% de las clases estaban formadas por alumnos inmigrantes por lo que es una cifra bastante significativa donde su procedencia se reparte entre asiáticos, sudamericanos y alumnos de Europa del Este. Esto se puede encontrar en la página web del colegio. Ramírez, D. (comunicación personal, 2020)

2.2 Análisis del Centro

En cuanto a las características del colegio, vemos como en la página web del centro (www.lasallesagradocorazon.es) pone que es un centro donde se busca la integración y el cuidado completo del alumno donde intentarán cubrir, en la medida de lo posible, sus necesidades básicas (habilidades sociales y aprendizaje, sobre todo). Por otro lado, hemos podido averiguar que están empleando un método novedoso de enseñanza, además de los de 1º, 2º y 3º de la E.S.O. no tener libros, solo poseen un ordenador portátil, utilizan en todos los cursos una metodología llamada aprendizaje cooperativo, el cual por lo que hemos visto en el máster busca la implicación total de todos los integrantes de los grupos de clase (suelen ser de 3-4 personas), donde de uno no trabajar o hacerlo mal, repercutirá en todos los integrantes de este por lo que habrá casos donde los mismos compañeros sean los que ayuden a sus respectivos a realizar los deberes, tareas, … incluso a mejorar la conducta, algo que veo muy positivo pero que en muchas ocasiones de no estar bien supervisado puede crear problemas entre compañeros a los que da lo mismo el grupo y a los que no, por lo que creo que es buena idea pero tiene que estar muy bien gestionada. En cuanto a estos grupos en Educación Física, valdrán para tener grupos preestablecidos y ganar tiempo en ese sentido ya que en muchas ocasiones se podrían dividir en estos. Ramírez, D. (comunicación personal, 2020)

En cuanto a las instalaciones del centro en sí, podemos ver como en la web nos permiten hacer un recorrido virtual para ver todos los espacios con los que cuenta, mencionaré las utilizables por los alumnos de secundaria que es donde realizaremos nuestra planificación. Tenemos dos pabellones, uno de parquet donde se realizan la mayoría de las clases de Educación Física (Fútbol, Baloncesto, Gimnasia, …) y el otro de cemento donde de estar ocupado este primero, pasaríamos a este que es un poco más frío ya que está cubierto pero las paredes son de reja por lo tanto no nos aísla del exterior. Por otro lado, encontramos un patio exterior con dos pistas de fútbol y otras dos de baloncesto, además de espacio extra ya que es donde salen al recreo los chicos de primaria y de la E.S.O. a distintas horas, donde el suelo es de asfalto. Aparte tenemos las clases, todas ellas equipadas con pizarra, tizas, borradores, … además de otra pizarra electrónica ya que es un colegio que está desarrollando un programa de enseñanza donde los alumnos de 1º, 2º y 3º de la E.S.O. de momento no usan libros, sino que usan un Chromebook (ordenador portátil) para todo. Por último, hay que decir que tienen aulas equipadas con MacBook (aula de informática), otra aula con todo tipo de utensilios para desarrollar las clases

de tecnología (Conglomerados, sierras, Pegamento termofusible, …), multitud de pasillos que interconectan todo, 3 jardines donde van a hacer de vez en cuando clases de relajación que lo llaman ‘’Jara’’, un aula de música con varios instrumentos, sala de profesores y un aparcamiento. Ramírez, D. (comunicación personal, 2020)

En cuanto al departamento de Educación Física este colegio es un poco atípico, ya que se reúnen una vez al año para hablar temas metodológicos y demás y esto es debido a que en la E.S.O, solo hay un profesor que es el que lleva todo el peso de la asignatura (Jaime), mientras que hay otro para Bachillerato (César), otros 4 para primaria (Luis, Javi, Javi y Javi) y otros 2 de T.A.F.A.D (Esther y Fran). Si que es verdad que se reúnen más a menudo (una vez al mes) para plantear el cómo se van a dividir el espacio (Hay días que se juntan 6 grupos a la vez) dado que muchas veces coinciden sino con los del grado superior, con dos profesores de primaria o con el de bachillerato, de manera que en función de la Unidad Didáctica que esté dando cada uno, uno tendrá prevalencia en permanecer en el polideportivo cubierto mientras los otros tendrán que ir al otro pabellón cubierto o a los patios exteriores, por lo que el funcionamiento es bastante natural ya que hay buen rollo por lo general entre todos y si alguna vez que te tocaba quedarte dentro viene el otro profesor y lo necesita porque no ha hecho una buena temporización o porque va retrasado o adelantado en el temario, no hay problema en cedérselo entre ellos. En cuanto a la estructura, el profesor que da a toda la E.S.O es el que lleva la voz cantante en cuanto a las materias por dar en la E.S.O, de manera que no hace falta un organigrama fuera del general, donde por encima tiene al jefe de estudios y a la directora, dado que él decide el temario y demás variables asociadas a este. Ramírez, D. (comunicación personal, 2020)

CARGOS UNIPERSONALES

Dirección Titular Mª Montserrat Cortinas Sánchez	Administradora Sandra Vidal Domínguez	Secretario Hno. Juan Pedro Merino	Directora Pedag. de Inf/ Prim. Remedios Carromolino de la Fuente
Jefe de Estudios E.S.O. Santiago Estévez Martín	Coordinadora Ed. Infantil Mónica Jiménez Hitado	Dirección Pedag. ESO y ESNO Mª Natividad Rey Alonso	Jefe de Estudios F.P.E. Pedro Luis Moreno
Jefe de Estudios Bachillerato Juan García Dorado	Delegado de Pastoral Eduardo Amores	Coord. Dpto. Orientación Ana Enríquez Dueñas	Integradora Social Almudena Barros
Responsable Voluntariado Irene Arellano Beherens	Responsable de Calidad Iván Pereyra Serra	Respon. Local Jóvenes Lasalianos Rubén Acebrón	Sacerdotes • José Pablo Pedrosa • Carlos Jarque

Ilustración 2. Estructura y Funcionamiento (organigrama). www.lasallesagradocorazon.es.

En cuanto al material disponible para el desarrollo de las clases, hemos podido observar que no hay ningún problema con él para el desarrollo de las Unidades Didácticas correspondientes.

2.3 Análisis DAFO

Una vez visto y analizado de primera mano el entorno y el centro en el cual vamos a desarrollar nuestra planificación, vamos a pasar a ver con la matriz DAFO, las posibles debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades que puede tener en función del entorno. Para comenzar, diremos que viendo lo hablado en los apartados podemos sacar unas cuantas conclusiones, entre las que se encuentran el gran número de colegios, como hemos visto antes, hay varios colegios privados (Montealto, El Prado, Fuentelarreyna, Bachillerato Nuestra Señora de la Vega) y otros tantos públicos (Herrera Oria, Dámaso Alonso, CEIP Alhambra, Mirasierra), quedando como concertados (La Salle Sagrado Corazón y el Virgen de Mirasierra), por lo que veamos una oferta muy grande de educación, por lo que algo tendremos que ofrecer que los demás no ofrezcan para no perder terreno respecto de los demás, y es ahí cuando aparece la vocación del colegio La Salle Sagrado Corazón, donde se posiciona como centro integrador de la inmigración dando igual el momento en el que lleguen e incluyéndole dentro de la comunidad educativa. Además, es de los pocos colegios de la zona con el grado de T.A.F.A.D, un grado superior muy demandado, estándolo más en el caso de no ser privado en nuestro centro. Otro aspecto importante de señalar es la gran oferta deportiva y de ocio en la zona, ya que, como hemos visto previamente hay una gran cantidad de polideportivos en los alrededores que nos permitirán realizar una gran variedad de actividades deportivas extraescolares. Además de tener en La Vaguada, un centro de referencia a nivel nacional en la gestión del ocio, nuestro mejor aliado a unos 10 minutos andando. Ramírez, D. (comunicación personal, 2020)

De otro modo, vemos como la comunicación es inmejorable ya que la entrada se sitúa en la avenida del Cardenal Herrera Oria, una de las avenidas que vertebra el distrito y que conecta con la m-30, m-40 y m-607, por lo tanto, de venir de alguna zona que no sea de los alrededores no va a haber ningún problema. También tenemos en la puerta prácticamente una parada de autobús que conecta con las líneas 133(Callao), 83 (Moncloa), 49 (Plaza Castilla) y 64 (Cuatro Caminos), además de pasar muy cerca las líneas 67 (Plaza Castilla) y 127 (Ciudad de los Periodistas), sin dejar de advertir la presencia de autobuses interurbanos que conectan con Pozuelo y Majadahonda, y tener conexiones con líneas 7 y 9 de metro. Por lo que vemos, tenemos de las mejores comunicaciones de los colegios de la zona. Ramírez, D. (comunicación personal, 2020)

Por otro lado, contando con que la población está envejeciendo, algo que para un colegio no tendría por qué ser bueno, el colegio como entidad que se preocupa de la sociedad, podríamos empezar a ofertar actividades para personas de la tercera edad por las tardes, como por ejemplo

el enseñarles cómo funcionan las TIC, o el desarrollo de planes de actividad física para gente de la tercera edad podría ser una buena forma de activar las instalaciones por las tardes. Otra buena estrategia que pensamos que podría revivir el colegio por las tardes, es el hecho de incentivar las actividades deportivas extraescolares que tan buen resultado dieron en el pasado y que convirtieron a este colegio en referencia en cuanto al impulso del deporte, ya que aunque sabemos de la gran oferta que hay presente, no es lo mismo el representar un club con el que no tienes porqué sentirte identificado, que el colegio al que estás yendo, disfrutando con sus amigos y donde no se tendría que mover ya que los entrenamientos serían después del colegio con la comodidad que ello conlleva.

ENTORNO	OPORTUNIDADES	AMENAZAS
	• Muchas posibilidades de actividades fuera del colegio: - Parques cercanos - Instalaciones deportivas próximas - Medio Natural próximo (El Pardo) • Buena comunicación: - Cercano a carreteras ppales (M-30, M-40, M-607, A-1) - Cercano a paradas de autobuses (133, 83, 64, 49, 127 y 67) - Cercano a paradas de las líneas de metro 7 y 9	• Gran cantidad de colegios alrededor • Falta de apoyo económico por parte de la Administración Pública. • Envejecimiento de la población del distrito • Colegio Cristiano, lo cual para muchos hoy día (proliferación del ateísmo y agnosticismo) es un problema.

RECURSOS INTERNOS	FORTALEZAS	DEBILIDADES
	• Implementación de TIC en el día a día • Metodología Innovadora • Amplias y muy buenas instalaciones. • Dilatada experiencia en el sector con más de 100 años de desarrollo y más de 200 colegios por todo el mundo • Dirección que apoya y facilita la formación permanente. • Buena publicidad y marketing a nivel estatal, con la instalación de un gran panel donde describe los servicios que ofrece.	• Sector educativo privado (F.P) • Desaprovechamiento vespertino de las instalaciones deportivas • Clases demasiado numerosas.

	• Amplia oferta educativa (Desde Infantil hasta Bachillerato, con F.P básica, media y superior, y programas como A.C.E.S.) • Posibilidad de aulas de apoyo con los ‘’Hermanos de La Salle’’ • Colegio dedicado al desarrollo integral del alumno.	

Tabla 1. Matriz DAFO

2.3.1 Estrategias a tomar

Para comenzar, lo haremos viendo las directrices que podemos tomar ofensivas, donde cómo podemos observar en los apartados de Fortalezas y Oportunidades, podemos concluir que una buena manera de diversificar el aprendizaje de manera que no se nos haga tan monótono sería la organización de más salidas de las clases/centro, ya que en la parte de abajo del colegio tenemos un espacio equivalente a 3 campos de fútbol que está sin utilizar y es al aire libre, al igual que para salir del centro podemos ir al parque Ana Tutor. Otro aspecto en el que podemos incidir es en el hecho de tener unas instalaciones más que aprovechables, además de unos profesores que se forman para poder sacarle el 100% de su potencial con la utilización de correctas metodologías que consigan tanto el aprendizaje óptimo del alumno y como una utilización total de estas tecnologías. Como última medida que tomaríamos, sería incidir en la formación integral del alumno, ya que es algo que se dice un poco de puntillas en la página web, pero que pensamos que puede marcar la diferencia respecto a otros centros ya que el hecho de mostrar preocupación tanto por la parte humana como por la parte educativa entendida como alumno, pensamos que es algo muy destacable y que hace las diferencias.

Una vez visto en qué dirección podremos ir, vamos a ver que estrategias podremos seguir con los aspectos que puedan hacernos perder relevancia en el espectro educativo de la zona, donde el principal debe que podemos arreglar pensamos que podría ser solventado en dos acciones, donde la primera sería el reactivar el deporte escolar en el colegio, ya que me consta que hace razón de 10-15 años fue uno de los centros referencia en el aspecto de práctica deportiva, ya que abría sus puertas por las tardes, dejando libre 2 pistas de fútbol sala y 4 pistas de baloncesto para quien quisiera jugar, además de tener una gran variedad de equipos apuntados en las ligas católicas gestionada por Educación y Gestión, lo cual planteaban tardes de deporte y ocio juvenil, donde los alumnos y todo aquel que quisiera jugar, podía sin ninguna limitación, algo que queremos que se vuelva a implantar, con ciertas miras de cara a lo que se introduce en el colegio y cuidando que lo único que se realice sea deporte. Por otro lado, la organización de actividades para mayores, ya que no estos no tienen otra oferta para realizar actividad física que la que proviene del centro de mayores del barrio del pilar, de manera que dado que tenemos piscina, pistas de sobra y un pabellón interior con varias salas que pueden habilitarse para la realización de clases colectivas para gente de la 3º edad, y así de ese modo, poder solventar otro problema que es el que tiene que ver con el escaso apoyo económico de la Administración Pública.

3.Competencias Clave y Objetivos a alcanzar por los alumnos.

3.1 Competencias Clave

El planteamiento didáctico de esta programación en relación con la asignatura de Educación Física para el curso de 3º de la E.S.O, contribuye a la consecución de las competencias planteadas en el desarrollo legislativo del *Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.* A efectos del presente real decreto, las competencias clave del currículo serán las siguientes:

a) Comunicación lingüística.

b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.

c) Competencia digital.

d) Aprender a aprender.

e) Competencias sociales y cívicas.

f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

g) Conciencia y expresiones culturales.

Una vez hemos visto las individualidades de la asignatura, vamos a ver cómo la programación en la que nos encontramos tiene como objetivo el fomento de varias competencias a la vez. Una vez hemos enumerado todas las competencias existentes, vamos a desarrollar la manera en la que las trabajaremos durante todo el año, la cual estará de una forma más analítica y concisa al final de este apartado en forma de tabla.

La **Competencia Social y Cívica** será trabajada de una manera natural dentro de la propia asignatura, de manera que valores positivos como pueden ser la cooperación, el respeto o la integración, se dan de manera implícita dentro de las actividades que se realizan en la asignatura. Es muy importante fomentar los valores positivos del deporte, ya que de la misma manera que hay valores positivos (ayuda a los compañeros, integración, sacrificio, …) los hay malos (mal perdedor, ganar sin dar lo mismo lo que hay que hacer para lograrlo, trampas, …) y

no vamos a fomentar valores que no favorezcan un correcto desarrollo emocional del alumnado.

Por otro lado, hay que decir que el deporte ayuda a los que lo practican de manera sana, a tener una actitud integradora, a ayudar a nuestros compañeros y a practicar deporte sin ningún tipo de violencia. De otro modo, también favorece el cumplimiento de las normas ya que todos los deportes tienen su normativa y, si esta no es respetada, probablemente seas castigado de alguna manera, dándose cuenta de que, tanto en la vida como en el deporte, hay unas reglas y estas hay que respetarlas.

Respecto a la **Competencia de Aprender a Aprender,** debemos tener en cuenta que destacamos como objetivo principal de la programación el hecho de que los alumnos practiquen A.F. diaria de manera saludable, autónoma y programada, por lo que trabajaremos esta competencia para que el alumnado tenga las herramientas adecuadas para la planificación de la A.F. de una manera autónoma, saludable y que se adecúe al objetivo que se pretende. Además, tendremos que trabajar en el plano emocional ya que el hecho de la constancia y el sacrificio en la práctica diaria de A.F. es vital, además de que va a tener aplicaciones mucho más o igual de importante en otros aspectos de la vida, como en los estudios o en el trabajo, el hecho de ser constante y saber que el que algo quiere, algo le cuesta.

Por último, potenciaremos la colaboración y una actitud de ayuda dentro del equipo, ya que en las actividades físico-deportivas que vamos a trabajar por grupos, pensamos que la observación del compañero nos puede ayudar en ese aprendizaje.

Contribuye también a la **Conciencia y Expresiones Culturales**. Esta la trabajaremos desde el conocimientos de las distintas manifestaciones culturales de los diferentes orígenes que hay en la clase, ya que pensamos que es muy importantes que todos los alumnos conozcan las tradiciones de las zonas de donde proceden, desde los juegos, las canciones y los bailes hasta la manera en la que tienen el deporte dentro de su cultura, todo esto forma la idiosincrasia de ese pueblo o de esa zona. Por último, también vemos interesante que el alumnado observe las concepciones que tienen en otras partes del mundo de conceptos como el deporte, la A.F. o los valores del deporte, ya que el ver otros lugares y el cómo tratan los aspectos que ellos ya dan por sentados de una manera, y ver que hay muchas formas de concebirlos, puede ayudarles a aceptar e incluso a sentirse más identificado con la forma de trabajar los conceptos vistos en esos otros lugares.

En cuanto a la **Competencia Lingüística**, la vamos a trabajar a diario ya que un punto que vamos

a evaluar en la realización del portafolio diario es la concisión y exposición del lenguaje usado, por lo que ahí tenemos una manera en la que la trabajaremos. Por otro lado, el hecho de que el alumnado adquiera un cierto dominio del vocabulario específico en relación a las actividades que practiquemos, tanto en español como en inglés. Además, fomentaremos una actitud positiva hacia la lectura, recomendando libros de los diferentes temas que trabajemos para que los alumnos, tengan una guía de los temas que les gustan y sobre los que quieren indagar fuera de los trabajos que mandemos.

Por último, vemos que las clases van a ser en inglés, de manera que además de facilitar al alumnado antes de dar la clase el lenguaje técnico de la actividad física a realizar, tanto en inglés como en español, trabajaremos con diferentes juegos para adquirir el lenguaje de mejor manera.

Se favorecerá la **Competencia Digital** gracias al uso diario de las TIC, ya que los alumnos verán toda la información en la plataforma virtual del centro. Por otro lado, vamos a realizar bastantes trabajos y actividades mediante el uso de estas Tecnologías de la Información y la Comunicación, de manera que nuestra intención es fomentar el uso diario de estas herramientas que van a representar en el futuro de los alumnos un alto porcentaje de su tiempo en el trabajo, y cuanto antes aprendan a utilizarlo y de mejor manera, más fácil les será en el futuro seguir avanzando en el conocimiento de todas estas herramientas.

Se fomentará la **Competencia Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología** de manera que el alumnado sea capaz de interpretar gráficas, además de saber interpretar aspectos como la valoración de la intensidad en función de la actividad y el ejercicio, los parámetros del desarrollo de la fuerza o los grados de una brújula y las latitudes y longitudes.

En todo momento se buscará que el alumno desarrolle su **Sentido de Iniciativa y Espíritu Emprendedor,** ya que como hemos hablado el objetivo último de esta planificación es que los alumnos practiquen A.F. diaria de manera autónoma, por lo que tendremos que desarrollar en clase su capacidad de liderazgo, de autonomía y de emprender y ser proactivo en cuanto a los trabajos en grupo.

Para acabar con las competencias clave, vamos a hablar de lo que está fuera de estas competencias, y es el hecho de que el profesor siempre va a estar abierto a las sugerencias de los alumnos, de hecho van a tener un apartado de opinión acerca de las clases, ejercicios y demás variantes existentes en las clases de E.F. en el portafolio, de manera que sus sugerencias nos van a llegar al 100% lo cual va a ser positivo para ambos, sabiendo los profesores el sentir

de la clase y pudiendo variar ciertos aspectos de las clases futuras, y los alumnos aprenderán a expresar sus opiniones y sentimientos respecto de una tarea.

Por último, vemos que hay una competencia que incomprensiblemente no se encuentra entre las claves, y no es otra que la competencia motriz, a la que se le puede entender como la integración de los procesos, gracias a los cuales mejoramos nuestra conducta motora. Para desarrollar esta competencia, vamos a enseñar a los alumnos que la práctica por la práctica no va a llevarnos a ningún sitio, sino que tendremos que realizar una práctica controlada y programada, además de crítica donde seamos capaces de observar, identificar y corregir errores en las técnicas que veamos. No todo nos va a salir a la primera, y es por esto por lo que necesitamos observar nuestra performance (o que alguien lo haga por nosotros) y detectar en qué parte podemos mejorar y trabajar en ello, algo en lo que haremos hincapié en esta programación ya que nos parece vital para la mejora de esta competencia motriz.

Competencia	***Cómo la trabajamos***	***Unidad/es didáctica/s***
Competencia Social y Cívica (CSC)	Esta competencia se da de manera implícita en la Educación Física, de manera que lo único que tendremos que hacer será el potenciarla con actividades grupales donde intentaremos que los alumnos cooperen, mejoren sus relaciones interpersonales, se acostumbren al trabajo en grupo y hagamos ver a los alumnos las mayores ventajas del trabajo grupal respecto del individual. Además, consensuaremos con los alumnos unas normas de trabajo y de comportamiento que tendrán que seguir, y que, de no hacerlo, tendrán que cumplir con las sanciones que estipulemos entre el profesor y el alumnado. Las actividades irán en la línea de trabajos grupales (escritos, presentaciones, coreografías), definición de grupos de trabajo para no perder tiempo a la hora de realizar actividades en grupo, actividades en grupo (juegos de relevos, aprendizaje en grupo (microenseñanza o equipos de trabajo, por ejemplo), aprendizaje	1-7
Aprender a Aprender (AA)	Esta competencia en particular la trabajaremos con actividades y metodologías que precisen una implicación por parte del alumnado donde ellos mismos tengan que aprender algo, de manera que puedan seguir aprendiendo luego de una manera autónoma (Enseñanza recíproca, microenseñanza, equipos de trabajo, …). Esto nos va a llevar a una mayor integración por su parte y les aportará una mayor capacidad de conocer las diferentes variables de un correcto aprendizaje. Las actividades que propondremos para el desarrollo de esta competencia irán alineadas con el hecho de que el alumnado obtenga las herramientas para obtener el conocimiento de una manera autónoma, de una gran variedad de fuentes y con cierta calidad. Para lo dicho previamente, realizaremos actividades tales como planificaciones de progresiones para trabajar los distintos	1-7
Conciencia y Expresiones Culturales	La desarrollaremos en mayor medida en la última Unidad Didáctica, donde dejaremos una clase para que los alumnos ideen una coreografía corta de 30” por grupo de un baile típico de su ciudad natal y nos expliquen un poco su origen y sus características más importantes. Pensamos que es muy importante que los alumnos conozcan ciertos aspectos de sus ciudades de origen, y	7

	creemos que no hay mejor manera que investiguen acerca de aspectos que probablemente no tengan consciencia como los bailes típicos, y que, de ahí, los lleve a una investigación acerca de sus características y orígenes.	
Competencia Lingüística	Esta va a ser una competencia que vamos a estar tratando en todo momento ya que uno de los principales métodos de evaluación va a ser la realización de un portfolio diario, donde evaluaremos el hecho de que el lenguaje sea expositivo, conciso y adecuado. Por otro lado, antes de las clases, subiremos a la plataforma virtual un documento donde los alumnos podrán observar las palabras técnicas que utilizaremos con sus significados (E.F. la daremos en inglés de manera que el lenguaje técnico que empleemos se lo intentaremos proporcionar con anterioridad). De esta manera, trabajaremos la competencia lingüística en todas las unidades didácticas debido a estos aspectos de las clases que hemos comentado.	1-7
Competencia Digital	Va a ser una competencia que como en la anterior competencia, vamos a tener la ocasión de desarrollarla a diario. La realización de un portfolio diario online o de que la información extraescolar se transmita mediante plataformas virtuales nos permitirá la incorporación de las TIC a nuestro día a día, lo que nos permitirá dominar con mayor soltura estas tecnologías. Por otro lado, también trabajaremos con ellos la búsqueda online de información y la diseminación de la calidad de esta.	1-7
Competencia Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología	En este caso la trabajaremos en 3 unidades didácticas, donde en una veremos cómo aplicaremos las matemáticas para guiarnos en la naturaleza mediante brújulas, mapas y GPS. En las otras dos unidades didácticas, veremos cómo desarrollaremos esta competencia empleando las matemáticas para apreciar aspectos como la intensidad del esfuerzo en función del pulso y demás fórmulas matemáticas para determinar el esfuerzo e intensidad, además de determinar otras variables que tendremos en cuenta a lo largo de las Unidades Didácticas. Por otro lado, aprenderemos aspectos relacionados con la ciencia tales como el conocimiento del propio cuerpo o la influencia de la actividad física en nuestra salud.	1, 5 y 7
Sentido de Iniciativa y	Esta competencia, es en cierto sentido, inherente a la Educación Física de la misma manera que lo es la competencia social y cívica. Es una competencia que trabajaremos en dos unidades didácticas más que en las demás, de manera que en la primera lo	1 y 7

Espíritu Emprendedor	haremos de manera que los alumnos tendrán que realizar 3 trabajos a lo largo de todo el año donde serán ellos los que tendrán que elegir la mayoría de las variables. Por otro lado, en la última unidad didáctica, los alumnos tendrán que realizar una coreografía, lo cual desarollará en gran medida esta competencia.	

Tabla 2. Descripción de cómo trabajamos las competencias.

Ahora vamos a pasar a ver los descriptores e indicadores que van a concretar en mayor medida las competencias.

Competencia	Descriptores	Indicadores
Competencia en Comunicación Lingüística (CCL)	Favorecer una postura positiva hacia la lectura	- Lectura de algún libro de los que el profesor ha recomendado
	Dominar el lenguaje técnico tanto en castellano como en un segundo idioma.	- Conoce cómo se describen los aspectos técnicos de una manera correcta en mabos idiomas. - Domina el lenguaje técnico tanto en en castellano como en un segundo idioma. - Comprenden las indicaciones del profesor en ambos idiomas.
	Expresarse correctamente en los diferentes trabajos que tendrán que realizar	- Se expresan con claridad - No cometen faltas de orografía, puntuación, …
	Dominio del lenguaje no verbal	- Utiliza correctamente los diferentes dominios de este tipo de lenguaje.
Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT)	Concienciar acerca del manetenimiento del medio ambiente	- Cuida y protege el medio ambiente - Son capaces de eliminar las huellas de su estancia en el medio natural. - Desarrollar estrategias para mejorar la sostenibilidad de las actividades en el medio natural.
	Solucionar problemas con las estrategias adecuadas	- Se sobrepone a los diferentes problemas con las estrategias vistas en clase.
	Saber interpretar la información que se refleja en gráficos, tablas, …	- Comprende la información facilitada con gráficos, pirámides, … - Es capaz de elaborar nuestros propios datos por medio de gráficos, tablas, …
	Comprender aspectos del funcionamiento de nuestro propio cuerpo	- Entiende los efectos de la AFD en nuestro cuerpo. - Conoce los aspectos básicos del funcionamiento de nuestro cuerpo.
Competencia Digital (CD)	Dominar las TIC requeridas para la realización de actividades	- Sabe cómo se usan los procesadores de texto, editores de vídeo y demás aplicaciones necesarias para la realización de las diferentes actividades. - Conoce perfectamente el uso educativo de internet

	Utilización diaria de la tecnología	- Incorpora a su día a día la utilización de la tecnología. - Realiza las actividades mediante el uso de la tecnología.
	Discernir la calidad de las fuentes de información	- Sabe y diferencia correctamente la calidad de las fuentes de las que obtiene la información. - Sabe buscar información en internet.
Aprender a aprender (AA)	Conocer estrategias para ejecutar lo visto en entornos diferentes al aprendido	- Ejecuta las tareas aprendidas, en diferentes entornos. - Es capaz de ejecutar las técnicas aprendidas, en una gran variedad de entornos diferentes.
	Aprender formas de mejorar la integración de contenidos	- Es capaz de ejecutar las técnicas aprendidas en cualquier momento del curso. - Responde a los requerimientos a lo largo del curso de conceptos vistos en otras Unidades Didácticas.
	Realizar AFD de manera independente	- Realizan AFD. - Saben como planificar autónomamente AFD. - Practican AFD en su tiempo libre.
Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor (SIE)	Marcar objetivos factibles.	- Ponernos objetivos realistas - Valoramos los objetivos y su adecuación respecto a nuestras capacidades. - Pone en contexto la consecución de un objetivo en cuanto a su significado.
	Demostrar buena predisposición a la hora de iniciar una actividad	- Se implica en los pasos iniciales de las actividades. - Toma la iniciativa a la hora del comienzo de las actividades.
Conciencia y Expresiones Culturales (CEC)	Aprecia la multiculturalidad	- Respeta a sus compañeros y sus culturas.
	Apreciar las actividades culturales	- Realiza y propone la realización de actividades de diversas culturas. - Se interesa por la cultura de sus compañeros
Competencias Sociales y Cívicas (CSC)	Tratar a sus compañeros por igual	- Muestra respeto tanto al profesor como a sus compañeros - Tiene un trato cordial con todos sus compañeros independientemente de sus rasgos físicos, sexo, …
	Actuar conforme a los valores positivos que fomenta la EF	- Se comporta en consonancia con los valores positivos que transmite la EF.

Tabla 3. Descripción de los descriptores e indicadores.

3.2 Objetivos Generales de Etapa

Basándonos en el DECRETO 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. Según dicho documento, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática. (OP)

b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal. (OA)

c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer. (OP)

d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos. (OP)

e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación. (OA)

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia. (OA)

g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades. (OP)

h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura. (OA)

i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada. (OA)

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural. (OP)

k) **Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora. (OA)**

l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación. (OA)

3.3 Objetivos de Departamento

En cuanto a los objetivos del 2º nivel de concreción curricular (enunciados por el Departamento de Educación Física) vamos a destacar los siguientes:

1. Desarrollo integral del alumnado mediante la realización de actividad física. (OP)
2. Formación de la personalidad del alumnado mediante la sociabilización en las actividades físicas propuestas. (OP)
3. Educación emocional del alumnado a través del manejo de situaciones en la actividad física extrapolables a la vida real (estrés, alegría, enfado, …) (OP)
4. Formación de la identidad propia gracias a la realización de actividad física. (OP)
5. Fomento de los valores positivos que transmiten los deportes. (OP)
6. Respeto hacia los demás compañeros independientemente de las características de cada uno. (OP)
7. Conocimiento de los elementos técnicos en la segunda lengua (en este caso el inglés). (OA)
8. Fomento de actitudes favorables a la realización de actividad física diaria. (OP)
9. Proporcionar herramientas para que el alumnado sea capaz de realizar actividad física programada y planificada de manera autónoma. (OA)
10. Promover hábitos saludables con vistas a acabar con los problemas de obesidad infantil y demás enfermedades provocadas por los malos hábitos y la desinformación. (OA)
11. Proporcionar el conocimiento para que el alumnado sea capaz de planificar progresiones de cualquier deporte. (OA)
12. Proporcionarles la información de aspectos técnicos incorrectos para que el alumnado sea capaz de detectarlos y realizar ejercicios para subsanar esos errores técnicos. (OA)
13. Conocimiento del funcionamiento del cuerpo, además de otros aspectos como la obtención de energía o el impacto de la realización física en este. (OA)
14. Proporcionar herramientas para la correcta búsqueda de información, y para tener la capacidad de discernir la de mayor calidad de la de menor. (OA)

3.4 Objetivos Didácticos

En cuanto al tercer nivel curricular (Objetivos didácticos) tenemos los objetivos que ponemos nosotros como profesores para que los alumnos de 3º de la ESO (grupo al que va dirigida esta programación didáctica) consigan:

1. Desarrollo de la personalidad gracias a la realización de deportes colectivos y sus mecanismos de sociabilización con los compañeros. (OP)
2. Favorecer una actitud de respeto tanto por los demás compañeros independientemente de raza, sexo, edad, … como por el medio natural y entornos donde realicemos actividad física. (OP)
3. Superar situaciones, relacionadas con la actividad física, en las que tendrán que gestionar sus emociones, sacando de esta manera una enseñanza para la vida fuera del colegio. (OP)
4. Conocimiento de la ejecución de las técnicas vistas, para ser capaces de detectar errores y diseñar ejercicios para subsanarlos. (OA)
5. Ser capaces de planificar un programa básico para mejorar las habilidades básicas. (OA)
6. Ser capaces de buscar información de calidad, sabiendo distinguir la calidad de esta. (OA)
7. Conocimiento básico del funcionamiento del cuerpo, de nutrición y de los parámetros saludables en la actividad física. (OA)

3.5 Relación de Objetivos

Esto que vamos a desarrollar en este párrafo, se puede encontrar como Anexo II de una forma más esquematizada al final del trabajo.

Para este último apartado, vamos a relacionar los objetivos que hemos formulado previamente. Antes de eso, me voy a tomar la licencia de dividir los objetivos en personales y académicos, ya que podemos observar fácilmente como hay algunos objetivos que van dirigidos a la vertiente del desarrollo personal del alumnado, mientras otros objetivos van dirigidos al desarrollo académico y a la vertiente escolar del alumnado. En cuanto a los objetivos personales, vemos como todos van en la línea de desarrollo del alumnado con una actitud favorable a la diversidad, al respeto por lo demás y por el entorno que les rodea y a la formación de su personalidad. Con los objetivos que hemos enunciado desde el departamento y para el curso de 3º, hemos intentado hilar el hecho de que los alumnos, desde la práctica de la actividad física, construyan esa identidad propia tan importante en el alumnado con pilares fundamentales como el respeto por los demás, la correcta gestión de las emociones y el desarrollo de la personalidad propia, mediante la sociabilización existente en la práctica deportiva. Por otro lado, en cuanto a los objetivos que nosotros calificamos como académicos, vemos como los unimos entre sí de manera que optamos a que los alumnos dominen los aspectos técnico-tácticos de las actividades, pero no ya como objetivo en sí mismo, sino con un objetivo superior, que es el que los alumnos sean capaces de detectar errores en otros, reflejarlos y tener la capacidad de recomendar ejercicios para subsanar esos errores. Además, creemos que los alumnos deben de tener la capacidad de realizar actividad física en su tiempo de ocio programada y planeada por ellos de manera autónoma, por lo que les daremos las herramientas para que lo realicen de una manera básica y segura. Por último, pensamos como muy importante que los alumnos tengan nociones básicas de aspectos vitales para la realización de la actividad física, como son nociones básicas acerca de nutrición, funcionamiento del cuerpo y de parámetros saludables en la actividad física. La división de estos objetivos se puede observar cómo:

- (OP): Objetivo Personal
- (OA): Objetivo Académico

4. CONTENIDO

En cuanto al contenido, basándonos en el DECRETO 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria hemos decidido desarrollarlo en formato tabla en el apartado de anexos (Anexo III) para que se pueda apreciar con mayor claridad la parte en la que nosotros como profesores concretamos estos contenidos.

5. Unidades Didácticas

Temporalización de Unidades Didácticas:

UNIDAD DIDÁCTICA	TRIMESTRE
CONDICIÓN FÍSICA/SALUD	TRIMESTRE 1º
VALLAS/FÓSBURY	TRIMESTRE 1º
BÁDMINTON	TRIMESTRE 2º
BALONCESTO	TRIMESTRE 2º
ORIENTACIÓN	TRIMESTRE 2º
CONDICIÓN FÍSICA/SALUD/RESPIRACIÓN	TRIMESTRE 3º
DANZAS	TRIMESTRE 3º

Tabla 4. Temporalización de las Unidades Didácticas

Hemos distribuido las Unidades Didácticas de esta manera debido a varios factores los cuales pasamos a explicar:

- Clima: Los meses de más frío y lluvia los hemos dejado para actividades que son predominantemente practicables en el polideportivo interior (bádminton, baloncesto y fósbury), para dejar las actividades que precisan de práctica en exterior (condición física, vallas y orientación) para los meses de mejor tiempo.

- Clima de clase: Aunque vamos a trabajar a lo largo de todo el año en grupos, comenzaremos con actividades físicas individuales que requieran de menor cohesión a la hora de trabajar conjuntamente. Continuaremos con actividades físicas colectivas cómo puede ser el baloncesto o la orientación (la realizaremos por grupos) con una mayor implicación grupal, y, acabaremos con una actividad que requiere de un muy buen clima colectivo, la danza, ya que para construir una coreografía se requiere una gran cohesión.

- Interdisciplinariedades: Consensuando con los profesores con los que se van a dar estas transferencias entre asignaturas, hemos ideado esta temporalización.

La Unidad Didáctica desarrollada se encuentra como anexo I en el apartado con mismo nombre, y será la Unidad Didáctica de Baloncesto. Por otro lado, vamos a realizar un breve resumen para

ver en qué van a consistir nuestras Unidades Didácticas y que van a poder encontrar como Anexo IV en el apartado con su mismo nombre.

6. Metodología

En cuanto a este apartado, vamos a comenzar por el precursor en la descripción de las metodologías, Muska Mosston, el cual se preocupó de idear un modelo teórico para definir las diferentes maneras de dar clase, el cómo estas influían en los alumnos y profesores y en cómo clasificarlas. Vemos dos etapas claramente diferenciadas, entre 1966-1986 (noción de controversia) y 1986-actualidad, período de no controversia. En la primera etapa, Musston, M. (1982) recopilado por Espada, M. (2018) nos habla de que "Se pretende elaborar un modelo tanto teórico como práctico de unos estilos de enseñanza a través de los cuales se pueda modificar la participación del profesor y del alumno a partir de los diferentes canales de desarrollo del alumno (físico, social, emocional e intelectual)"

E.E	Preparación previa a la clase	Ejecución	Evaluación	Canal
Enseñanza basada en el comando	P toma decisiones	P toma decisiones A observa y ejecuta	P toma decisiones	Físico
Enseñanza basada en la tarea	P toma decisiones Valora la capacidad de los A de determinar tareas	Se tiene en cuenta las diferencias entre A	Autoevaluación	Físico Social Emocional
Enseñanza recíproca	P toma mayoría decisiones. A puede elegir tarea.	P explica. A ejecutante y observador.	A a través de tarjetas de observación	Social Físico Emocional Intelectual
Constitución pequeños grupos	Idem enseñanza recíproca pero en grupos. Ejecutante, observador, escribiente.			
Programa individual	P toma decisiones, selección y organización de la tarea.	A toma decisiones ejecución tareas. P observa y corrige.	Autoevaluación.	Físico Social Emocional
Descubrimiento guiado	El profesor únicamente plantea un problema y da unas directrices para resolverlo	A toma decisiones	P ayuda en la evaluación si es necesario	Intelectual
Resolución de problemas	El profesor únicamente plantea un problema y da unas directrices para resolverlo	A toma decisiones	P evalúa proceso de ejecución	Intelectual
Creatividad	A es libre e independiente			

Tabla 5. Clasificación de los estilos de enseñanza Muska Mosston 1ª etapa.

En el segundo período (1986- actualidad), Espada, M. (2018) nos comenta que cambia el concepto de canal por el de objetivo, y clasifica las decisiones tomadas por los profesores en pre-impacto, impacto y post-impacto. En función de las decisiones tomadas en cada momento, se estará llevando a cabo un estilo de enseñanza diferente:

> *Estilos de enseñanza reproductivos (mando directo, enseñanza basada en la tarea, enseñanza recíproca, autoevaluación, estilos de inclusión)*

Estilos de enseñanza productivos (descubrimiento guiado, divergente, programa individualizado, para alumnos iniciados y auto enseñanza).

Estilo de Enseñanza	Pre-impacto	Impacto	Post-impacto
Mando Directo-Comando	Profesor	Profesor	Profesor
Enseñanza basada en la tarea	Profesor (elige tarea)	Alumno (decide momento y fin de la tarea)	Profesor(imparte CR)
Enseñanza recíproca	Profesor (tareas y hojas para observador)	Alumnos (ejecutantes y observadores)	Profesor (solo al alumno observador)
Autoevaluación	Profesor (tareas y hoja de criterios)	Alumnos (toma decisiones de la tarea)	Alumno (con hoja de criterios) Profesor (CR masivo al final)
Inclusión	Profesor (organiza tareas)	Profesor (explica tareas y niveles) Alumnos (deciden nivel)	Alumno (autoevaluación con criterios establecidos por el profesor)
Descubrimiento guiado	Profesor (problema a resolver)	Alumno	Profesor (refuerza las respuestas de los alumnos)
Resolución de problemas	Profesor (problema a resolver o estímulo)	Alumno (busca todas las posibles	Alumno se decide por una única respuesta

Tabla 6. Clasificación de los estilos de enseñanza de la 2ª etapa de Muska Mosston.

Estilo de Enseñanza	Pre-impacto	Impacto	Post-impacto
Programa individualizado	Profesor	Alumno	Alumno busca respuesta correcta
Alumnos iniciados	Alumno Profesor (establece criterios básicos)	Alumno	Alumno Profesor (ayuda al alumno si éste lo solicita)
Autoenseñanza	Alumno	Alumno	Alumno

Tabla 7. Clasificación de los estilos de enseñanza de la 2ª etapa de Muska Mosston.

Tenemos lo estilos de enseñanza, que Camargo, A. y Hederich, C. (2007) definen como "las formas preferidas de enseñar por parte de los profesores, las cuales van en consonancia con el propio estilo cognitivo del docente" (2007). A continuación, citando a Wu y a Witkin, concluyen que, si los profesores son dependientes de un campo, se centran más en las relaciones

interpersonales, mientras los profesores que son independientes de un campo se preocupan más por el aspecto académico y curricular.

Por otro lado, tenemos los métodos de enseñanza, donde comenzaremos con Rando, C. (2010) que reúne varias definiciones de lo que son los métodos de enseñanza:

- *D.R.A.L.E. Modo de obrar o proceder.*
- *Delgado, M.A. (1991): "Es un conjunto de momentos y técnicas, lógicamente coordinadas, para dirigir el aprendizaje del alumno hacia determinados objetivos.*
- *Gimeno (1981): Desde el punto de vista didáctico el concepto de método es uno de los términos más confusos y polivalentes en su significado. No posee una conceptualización clara y unívoca; es un término polimórfico que adopta en su expresión múltiples formas.*

Por último, en este artículo se nos comenta, además, que el concepto de método era muy amplio, y que se decidió dividir el término "método" en varios conceptos para desarrollar definiciones más precisas, y, por lo tanto, acotar las definiciones de los diferentes conceptos nuevos, los cuales son:

- *Interacción didáctica: Comunicaciones entre profesor y alumno y viceversa. Dentro de ellos tenemos:*
  - *Técnica de enseñanza: Comunicación de tipo técnico. Forma de dar la información, presentar las tareas y aquellas reacciones del profesor a la actuación y ejecución de los alumnos (feedback).*
  - *Interacción de organización y control: Información del profesor al alumno y del alumno al alumno, sobre su organización y ubicación en el espacio.*
  - *Interacción socio – afectiva: Comunicación de tipo no técnico. Ej.: ¿Cómo quedasteis el otro día?*
- *Estrategia en la práctica: Se utiliza este término para especificar aún más el anterior usado de estrategia de enseñanza, algo más ambiguo. Lo define como manera en el que maestro aborda el aprendizaje desde el punto de vista de la progresión a seguir (global o analítica).*

- *Recurso didáctico: Modo particular de abordar un momento determinado de la enseñanza, que afecta a la comunicación o uso no habitual del material.*
- *Estilo de enseñanza: Engloba a todos los anteriores. Lo define como forma que adoptan las relaciones entre los elementos personales del proceso de enseñanza/aprendizaje y que se manifiesta a través de la presentación de la materia por parte del maestro/a, en la forma de corregir, así como en las formas de organizar la clase y de relacionarse con el alumnado. Dependiendo del estilo utilizado, adoptaremos de manera diferente los aspectos anteriores.*
- *Intervención didáctica: Viene a sustituir el término menos técnico metodología y se refiere a todas las acciones que el maestro realiza en el proceso de enseñanza/aprendizaje.*

En cuanto a cómo vamos a orientar nuestra respuesta metodológica respecto al currículum, elaboraremos propuestas pedagógicas acordes a cada clase. De la misma manera, iremos utilizando alternamente métodos los cuales destaquen por la apreciación de la diferenciación de la individualidad de los ritmos de aprendizaje del alumnado, que sitúen a estos alumnos como protagonistas de su propio aprendizaje y que promuevan el trabajo en equipo.

Por otro lado, pondremos especial atención en la adquisición de las competencias, además de tomar medidas específicas para todos los alumnos que las requieran y no puedan seguir la actividad ordinaria, como pueden ser los alumnos de alta capacidad intelectual y el alumnado con discapacidad.

La intervención educativa, desde una perspectiva metodológica, va a estar orientada por el "modelo constructivista" de enseñanza y aprendizaje, esto es algo que venimos comentando y no se trata de otra cosa que, de hacer el protagonista de su propio aprendizaje al alumnado, donde él sea el principal motor de su propio aprendizaje. Para esta forma de afrontar la enseñanza, es muy importante tener claro los conocimientos previos que tiene el alumnado (jerarquización horizontal) además de los conocimientos a los que queremos que lleguen. Por último, deberemos tener en cuenta y tendremos que respetar la individualidad del alumnado de las diferentes clases, de manera que no todos irán igual de rápidos ni igual de motivados, pero sí que tendrán que llegar a lo que nosotros consideremos como conocimientos mínimos.

En definitiva, podemos observar que los métodos pedagógicos tienen que respetar los ritmos individuales de los alumnos, además de desarrollar la capacidad de trabajo autónomo y en equipo, siendo este último muy importante ya que en la mayoría de los trabajos que se puedan encontrar, vas a tener que trabajar en equipo. Por otro lado, será importante también el uso y dominio de las NTIC (Nuevas Tecnologías de la Información y Comunicación) las cuales las intentaremos integrar en el día a día del colegio. De otro modo y yendo al apartado metodológico, abogaremos por las estrategias metodológicas que favorezcan la autonomía del alumnado mediante la asunción de la responsabilidad de guiar su propio aprendizaje, además de aportar dinamismo y motivación a la clase. En cuanto a esto último que hemos mencionado, creemos que la motivación es muy importante y es la que va a llevar al alumnado a pensar que el estudio no es algo que solo ocurra en el colegio, sino que va a ser algo que le acompañe a lo largo de toda su vida ya que vivimos en un mundo en constante evolución y desarrollo y no puedes quedarte atrás con los avances. Pensamos que un componente motivacional muy importante es el relacionar la parte práctica con los conocimientos técnicos, de manera que tengas que emplear estos conocimientos teóricos en la práctica.

Los principios básicos a tener en cuenta para el desarrollo de esta metodología deben ser:

- La intervención educativa está condicionada por el nivel de madurez del alumno.
- La intervención educativa ha de tener en cuenta los conocimientos previos del alumno.
- La acción educativa debe asegurar aprendizajes funcionales.
- Utilizar estrategias que favorezcan el espíritu emprendedor.
- Tener en cuenta estrategias que den una utilidad práctica a los contenidos.
- La intervención educativa debe dar respuesta a la diversidad del alumnado.
- La acción educativa incidirá en la superación de necesidades educativas específicas.
- La acción educativa tendrá la orientación académica y profesional.

Por ello, consideramos como principios didácticos fundamentales en la asignatura de educación física:

- Proporcionar amplias experiencias motrices que tengan el foco puesto en la diversidad de intereses y capacidades, y la transferencia a posteriores contextos de aprendizaje.
- Utilizar el juego como un contexto que, además de ser un fin en sí mismo, se erige como un recurso ideal en esta edad para trabajar con gran parte de los contenidos que empleamos en nuestras clases.

En cuanto a los **métodos de enseñanza**, su elección dependerá de los objetivos que nos planteamos, los contenidos que utilicemos y las características del grupo. Ello no quiere decir que en cada unidad se utilice un único método, sino que, por el contrario, normalmente se combinarán, siendo los objetivos didácticos propuestos los que determinen la conveniencia de la utilización de uno u otro método.

Los **métodos tradicionales de mando directo y asignación de tareas** serán más utilizados en la introducción de contenidos nuevos y en tareas relacionadas con la mejora de la condición física, así como en las tareas y actividades que requieran unas medidas de seguridad y protección importantes.

Métodos más participativos como el de **trabajo en grupos y enseñanza recíproca** se utilizarán fundamentalmente en las actividades jugadas y para la práctica de habilidades deportivas en el bloque de contenidos de actividades deportivas en medio estable.

Igualmente, los métodos más creativos como el **descubrimiento guiado y la búsqueda** se utilizarán en el aprendizaje de las estrategias de los deportes de adversario y oposición-colaboración, así como en el bloque de contenidos de Actividades Artístico-Expresivas.

Por otro lado, la **implementación del programa bilingüe** en Educación Física nos va a obligar a centrar el tipo de metodología específica a emplear en las sesiones de Educación Física de 1º a 4º de la ESO, de manera que nosotros al estar en 3º de la ESO, nos ocupará este programa, y los docentes nos enfrentaremos al reto de proporcionar al alumno los contenidos del currículo nacional en un idioma no nativo para la mayoría de los alumnos.

Por ello, se nos recomienda el uso de las estrategias **CLIL** (Content and Language Integrated Learning) recogido por Marsh, D. (1994) las cuales conectan el aprendizaje del idioma no nativo con los contenidos propios de la asignatura. Entre las estrategias más destacadas está la conocida como **Scaffolding** o la estructuración de la sesión en aras del éxito de los alumnos para lo cual se emplean técnicas concretas para el desarrollo del idioma no nativo, para la agrupación de los alumnos y para la aplicación de herramientas de aprendizaje.

Otra de las estrategias más comunes es **Respuesta Física Total** (Total Physical Response) de *Asher*, (1966), que se basa, por un lado en que la adquisición de habilidades en el segundo lenguaje pueden ser rápidamente asimiladas si el profesor estimula el sistema kinestésico-sensorial de los estudiantes (la comprensión del lenguaje hablado debe ser desarrollada antes de la expresión oral del mismo); y por otro lado, en que la comprensión y retención se obtienen

mejor mediante el movimiento (movimiento total del cuerpo de los estudiantes) en respuesta a una secuencia de comandos. Un ejemplo de esta técnica sería el juego de "Simon says". La estrategia **Respuesta Física Total Ampliada** (Total Physical Response Plus) de *Tomlinson*, 1994, implica que los alumnos no solo siguen unos comandos orales para ejecutar una secuencia de acciones sino para también dramatizar una historia, construir una escultura con su cuerpo, etc.

La **Inteligencia kinestésica** va en relación al aprendizaje con la manipulación de elementos, el teatro, los deportes y la invención o construcción de modelos o diseños. Utilizaremos la Respuesta Física Total y Ampliada, la cual aboga por la interrelación entre el ámbito de la E.F. y el del inglés, que combinaremos con metodologías que impliquen la participación activa del alumno, de manera que intentaremos lograr aprendizajes efectivos y aplicables al día a día y a las actividades extraescolares, en definitiva, a la vida real.

Junto con estas estrategias **CLIL** se aconseja poner en práctica juegos y actividades que fomenten la producción oral de los alumnos sin que ello desvirtúe el objetivo físico de nuestra asignatura. Para ello, se pueden incluir algunos elementos no físicos en los juegos y permitir a los alumnos realizar diversos roles dentro de ese juego o deporte.

Utilizaremos **metodologías activas**, apoyándonos en el **aprendizaje cooperativo**, de forma que, a través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo conozcan las estrategias utilizadas por sus compañeros y puedan aplicarlas a situaciones similares. Estas estrategias interactivas permitirán compartir y construir el conocimiento y dinamizar la sesión de clase mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas.

En algunas U.D utilizaremos el **trabajo por proyectos**, con ello ayudaremos al alumnado a organizar su pensamiento, **favoreciendo** la **reflexión** y la **crítica**, a través de un proceso en el que cada uno **asume la responsabilidad de su aprendizaje**, aplicando sus conocimientos y habilidades a proyectos reales. Se favorece, por tanto, un **aprendizaje orientado a la acción** en el que se integran varias áreas o materias: los estudiantes ponen en juego un conjunto amplio de conocimientos, habilidades o destrezas y actitudes personales, es decir, los elementos que integran las distintas competencias.

Utilizaremos el **portfolio** a lo largo de todo el año, de manera que aportará información extensa sobre el aprendizaje del alumnado, reforzará la evaluación continua y permitirá compartir resultados de aprendizaje. El portfolio es una herramienta **motivadora** para el alumnado que **potencia su autonomía** y **desarrolla** su **pensamiento crítico y reflexivo**.

Por otro lado, propondremos la realización de varios trabajos donde serán los alumnos, organizados en grupos, los cuáles **decidirán la mayoría de los aspectos del trabajo**. Ellos mismos evaluarán sus propios trabajos, de manera que fomentaremos la **coevaluación** y la **consciencia del propio trabajo**, además del trabajo en equipo y la motivación, ya que el hecho de que los alumnos puedan escoger prácticamente todas las variables del trabajo va a suponer un gran componente motivacional.

Por último, es necesaria una adecuada coordinación entre los docentes sobre las estrategias metodológicas y didácticas que se utilicen. En el Departamento se hará una reflexión común y compartida sobre la eficacia de las diferentes propuestas metodológicas con criterios comunes y consensuados, donde podremos observar el desarrollo del empleo de estas metodologías y su impacto dentro del alumnado.

Una vez redactada nuestra acción metodológica, vamos a pasar a plasmarlo de una manera más analítica y concisa en el apartado de anexos, con título de anexo V.

7. Recursos didácticos

Para las clases que realizaremos en 3º de la ESO, utilizaremos una gran variedad de recursos didácticos que vamos a pasar a explicar:

- T.I.C (Tecnologías de la Información y Comunicación): Ayudaremos a los alumnos a dominar estas tecnologías, ya que el conocer la amplitud de posibilidades de estas van a ser cruciales en el futuro de estos. Pensamos que el desarrollo en este ámbito del alumnado es muy positivo, por lo que utilizaremos plataformas online para la transmisión de información. Transmitiremos mediante estas plataformas online, vocabulario específico en inglés, reglamento de los deportes que veremos a lo largo del año, información para la realización de kahoot y otras formas de evaluación continua, información audiovisual acerca de diversos temas (cómo buscar correctamente en internet, vídeos motivacionales, vídeos de ideas para la realización de buenos trabajos, …), información para el desarrollo de sus trabajos, …

- Lecturas recomendadas: Les recomendaremos a los alumnos ciertos libros por si tienen curiosidad por leer y aprender más de algún tema que les hayamos propuesto como tema de trabajo De manera que la elección de tema será por intereses, les facilitaremos listas de libros a todos los alumnos cuyos temas sean los que los alumnos hayan elegido. Pensamos que puede ser muy interesante el hecho de que los alumnos puedan seguir investigando y aprendiendo de lo que les gusta/interesa, y que, de esta manera, se lo podremos facilitar.

- Material/Espacio: Tenemos a nuestra disposición una gran variedad de espacios deportivos (piscina, pabellones exteriores e interiores y salas habilitables para judo y gimnasia deportiva) además de una gran variedad de recursos materiales (balones, colchoneta, …)

8. Evaluación

8.1 Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado

8.1.1 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables. Relación con las competencias y los instrumentos de evaluación

Las tablas que hemos realizado para relacionar los objetivos de aprendizaje, con los estándares de aprendizaje, con las competencias y con los instrumentos de evaluación se encuentran al final del trabajo con el nombre de anexo VI.

8.1.2 Procedimientos de evaluación del aprendizaje e instrumentos de evaluación acordes con la materia, asignatura o módulo.

Para comenzar, vamos a ir con el procedimiento de evaluación que va a vertebrar toda la asignatura a lo largo de todo el año que va a ser el portafolio. Se va a tratar de un portafolio online donde se abrirá una entrada por cada día de clase y se cerrará al día siguiente, por lo que los alumnos tendrán un día para reflexionar. Con lo visto hasta ahora y antes que nada vamos a ver el objetivo principal de nuestro portafolio, que no es otro, que "el **ser consciente** de su **propio desarrollo**, además de **mejorar** en la **reflexión** y en la **autorreflexión**, en el **autoconcepto** y en su **lenguaje conciso** y **expositivo**." A continuación, vamos a enumerar los puntos que serán vitales para la realización de nuestro portfolio:

1. Ejercicios realizados durante la sesión: Esto lo subiremos los profesores a la plataforma virtual ya que viene bien que tengan en su poder todos los ejercicios realizados, por si en un futuro quieren comenzar con la práctica deportiva de manera autónoma y no saben cómo, ahí tendrán una buena base de datos para coger ideas de cómo hacer actividad física. Al final de este apartado los alumnos añadirán un ejercicio que pondrían o añadirían a la sesión para que, a los alumnos, les ayude a la adquisición del concepto de la manera más eficiente posible.

2. Adecuación de la sesión al nivel: Aquí les vamos a dejar un espacio para que reflexionen acerca de si la sesión se ha adecuado al nivel general de la clase y al propio del alumno. Además de describir sus sensaciones respecto a la sesión (si se han sentido a gusto, si piensan que han llegado al objetivo de la sesión, ¿por qué sí? o ¿por qué no?, si creen haber mejorado tras esta sesión, si la progresión ha sido y está siendo lógica y favorable para el aprendizaje, …) Con el objetivo claro de desarrollar su capacidad crítica y reflexiva.

3. Reflexión/Experiencia Propia/Historia Motivadora: Vamos a dejar un espacio para que puedan hacer una reflexión de no más de media página de experiencias propias de este deporte, noticias acerca de esta actividad que les hayan impactado, historias de jugadores/deportistas de esta actividad inspiradoras, noticias de actualidad de Educación Física, noticias de actividad física o de algún deporte en concreto de actualidad y/o novedosas, … Intentando que sea de temática relacionada con la

actividad física y el deporte, también valdrían historias que los propios alumnos consideren motivadoras o inspiradoras. Con un objetivo claro, que es la mejora de su capacidad de reflexión y síntesis, además de intentar que se adentren en el mundo de la búsqueda en libros/internet y aprendan a hacerlo de una manera óptima. Por último, el encontrar historias inspiradoras y motivantes puede empujarles a una mayor adherencia o motivación respecto a la actividad física.

4. Nombre del trabajo extra: Por último, dejaremos un apartado el cual se podrá suprimir o no en función de si el profesor manda trabajo extra, como podría ser el hecho de que se mande el desarrollo de una progresión de alguna habilidad técnico-táctica, el resumen del libro leído, … Todos estos aspectos se reflejarán en el portafolio del día que el profesor indique, en el apartado que estamos describiendo en este momento, y el título de este será el de la tarea a realizar.

Estos dos últimos apartados juntos, no podrán ocupar más de 1 cara, de manera que los alumnos tendrán que ser expositivos en su lenguaje a la vez que concisos. En el apartado de Anexos, hemos puesto un ejemplo de cómo sería nuestro portafolio ideal (Anexo VII)

Por otro lado, los alumnos tendrán que realizar 1 trabajo por trimestre, de donde les daremos a elegir entre una gran cantidad de temas, siendo el primero en el primer trimestre acerca de aspectos relacionados con el funcionamiento del cuerpo, el segundo en el segundo trimestre acerca de cómo afecta la actividad física a nuestra vida (cuerpo, mente, …) y por último en el tercer trimestre acerca de nutrición. Van a ser trabajos donde los alumnos tendrán que realizar un trabajo de búsqueda y desarrollar un marco teórico acerca de ese tema, con bibliografía y demás aspectos correspondientes a un trabajo universitario. Una vez hayan hecho esto, tendrán que hacer una vídeo-presentación explicando el concepto que hayan elegido y lo subirán a una plataforma virtual donde todos lo podamos ver. A continuación, les proporcionaremos a los alumnos una rúbrica para que califiquen y evalúen todos los trabajos, una vez hayan visto todos. Por último, evaluaremos nosotros como profesores, dándole una validez de 50-50 a la nota en un principio. Por cada punto que difiera la nota de los alumnos con la nuestra, añadiremos un 10% a nuestra nota y por lo tanto disminuirá en un 10% la que le daremos al alumnado.

Para evaluar aspectos técnicos, realizaremos un examen al final de las Unidades Didácticas 1, 2, 3, 4, 5 y 6 para ver las destrezas técnico-tácticas que hemos estado desarrollando. Esto tendrá un peso dentro de la Unidad Didáctica del 40%, mientras que, en la última, este porcentaje se le

aplicará a la realización de la coreografía. Por otro lado, tendremos las anotaciones diarias donde reflejaremos aspectos como la mejoría, la actitud y demás variantes que contarán un 40%. Por otro lado, la realización de tareas extras planteadas representará el 20% restante de la nota de la Unidad Didáctica.

En cuanto a la evaluación por trimestre, en la primera tendrán un valor de 45-35-20% (45% U.D. de condición física/salud, 35% Vallas/Fósbury y 20% trabajo sobre funcionamiento del cuerpo), en la segunda será de 20-30-30-20% (20% de UD bádminton, 30% de UD de baloncesto, 30% de UD de orientación y 20% de UD de trabajo acerca de la influencia de la AF en el cuerpo) y por último en el último trimestre, tendremos los valores de 30-50-20% (30% UD de condición física/salud/respiración, 50% UD de danza y 20% del trabajo de nutrición). En cuanto a la evaluación total, tendremos en cuenta la nota de los tres trimestres, a la que sumaremos la nota del portafolio (25% de cada trimestre, más el 25% la nota del portafolio).

8.1.3. Evaluación de los indicadores

Competencia	***Indicadores***	***Instrumentos de Evaluación***
Competencia en Comunicación Lingüística (CCL)	Lectura de algún libro de los que el profesor ha recomendado	• Portafolio
	Conoce cómo se describen los aspectos técnicos de una manera correcta en ambos idiomas.	• Portafolio • Examen Práctico
	Domina el lenguaje técnico tanto en en castellano como en un segundo idioma.	• Portafolio • Examen Práctico
	Comprende las indicaciones del profesor en ambos idiomas.	• Anotaciones diarias
	Se expresa con claridad	• Portafolio
	No cometen faltas de orografía, puntuación,	• Portafolio
	Utiliza correctamente los diferentes dominios de este tipo de lenguaje.	• Anotaciones diarias
Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT)	Cuida y protege el medio ambiente	• Anotaciones diarias • Portafolio
	Es capaz de eliminar las huellas de su estancia en el medio natural	• Anotaciones diarias • Portafolio
	Desarrolla estrategias para mejorar la sostenibilidad de las actividades en el medio natural.	• Portafolio
	Se sobrepone a los diferentes problemas con las estrategias vistas en clase.	• Portafolio • Examen Práctico
	Comprende la información facilitada con gráficos, pirámides, …	• Portafolio • Examen Práctico
	Es capaz de elaborar nuestros propios datos por medio de gráficos, tablas, …	• Portafolio
	Entiende los efectos de la AFD en nuestro cuerpo.	• Portafolio • Trabajos trimestrales

	Conoce los aspectos básicos del funcionamiento de nuestro cuerpo.	• Portafolio • Trabajos trimestrales
Competencia Digital (CD)	Sabe cómo se usan los procesadores de texto, editores de vídeo y demás aplicaciones necesarias para la realización de las diferentes actividades.	• Portafolio • Trabajos trimestrales
	Conoce perfectamente el uso educativo de internet.	• Portafolio
	Incorpora a su día a día la utilización de la tecnología.	• Portafolio
	Realiza las actividades mediante el uso de la tecnología.	• Portafolio
	Sabe y diferencia correctamente la calidad de las fuentes de las que obtiene la información.	• Portafolio • Trabajos trimestrales
	Sabe buscar información en internet.	• Portafolio • Trabajos trimestrales
Aprender a aprender (AA)	Ejecuta las tareas aprendidas, en diferentes entornos.	• Anotaciones diarias • Examen Práctico
	Es capaz de ejecutar las técnicas aprendidas, en una gran variedad de entornos diferentes.	• Anotaciones diarias • Examen Práctico
	Es capaz de ejecutar las técnicas aprendidas en cualquier momento del curso.	• Anotaciones diarias • Examen Práctico
	Responde a los requerimientos a lo largo del curso de conceptos vistos en otras Unidades Didácticas.	• Anotaciones diarias • Examen Práctico
	Realizan AFD	• Portafolio
	Saben cómo planificar autónomamente AFD.	• Portafolio
	Practican AFD en su tiempo libre.	• Portafolio
	Ponernos objetivos realistas.	• Portafolio • Anotaciones diarias

Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor (SIE)	Valoramos los objetivos y su adecuación respecto a nuestras capacidades.	• Portafolio
	Pone en contexto la consecución de un objetivo en cuanto a su significado.	• Portafolio
	Se implica en los pasos iniciales de las actividades.	• Portafolio • Anotaciones diarias
	Toma la iniciativa a la hora del comienzo de las actividades.	• Anotaciones diarias • Trabajos trimestrales
Conciencia y Expresiones Culturales (CEC)	Respeta a sus compañeros y sus culturas.	• Portafolio • Anotaciones diarias
	Realiza y propone la realización de actividades de diversas culturas.	• Portafolio • Anotaciones diarias
	Se interesa por la cultura de sus compañeros	• Anotaciones diarias • Portafolio
Competencias Sociales y Cívicas (CSC)	Muestra respeto tanto al profesor como a sus compañeros	• Anotaciones diarias
	Tiene un trato cordial con todos sus compañeros independientemente de sus rasgos físicos, sexo, …	• Anotaciones diarias • Trabajos trimestrales
	Se comporta en consonancia con los valores positivos que transmite la EF.	• Anotaciones diarias

Tabla 8. Evaluación de los indicadores

8.1.4 Recuperación de la materia.

En cuanto a este apartado, dependerá de la parte que tengas suspensa, y vamos a pasar a desgranar cada caso individual:

1. En el caso de suspender examen práctico: Se le repetirá ese examen práctico.
2. En el caso de suspender algún trabajo: Repetirán los del grupo el trabajo.
3. En el caso de suspender el portafolio: Repetirá con las anotaciones que tiene, un trimestre que elegirá él mismo. En el caso de haber suspendido un trimestre, lo repetirá íntegro.

En el caso de no traer el material a clase, realizará un trabajo e 1 hoja acerca del peligro que tiene el no realizar actividad física con el material adecuado, cada vez que no traigan el material injustificadamente.

En el caso de que no puedan realizar las sesiones durante un tiempo, buscaremos si pueden participar de otra manera, y, de no poder hacerlo, nos ayudará al profesor a evaluar la mejora de los alumnos, poniendo notas a las actuaciones de los alumnos, y nos ayudará dándole/s una rúbrica para que evalúen nuestra actuación docente.

8.2 Evaluación de la programación y de la práctica docente.

En cuanto a este apartado, plantearemos la evaluación de la práctica docente de 2 formas.

1. Cuestionario pre y post realización del portafolio: Pasaremos dos cuestionarios (los cuales se podrán ver en el aparado de anexos) donde veremos si los alumnos consideran que se han conseguido los objetivos esperados y demás variables que son muy importantes dentro de una programación. Encontraremos los cuestionarios que realizaremos en el último apartado del trabajo como anexo VIII.
2. Rúbricas rellenas por alumnos y compañeros: Como ya hemos dicho, los alumnos que no puedan realizar la clase evaluarán nuestra práctica docente rúbrica mediante en ciertas ocasiones. De la misma manera, pediremos a compañero profesores que de vez en cuando vengan a vernos y evaluar nuestra práctica docente.

9. Medidas de atención a la diversidad

En cuanto a las medidas de atención a la diversidad, seguiremos las recomendaciones que se nos dan desde el documento que nos ha facilitado el profesor Francisco Gallego, "EDUCACIÓN INCLUSIVA Y ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ENSEÑANZA SECUNDARIA "en el que se nos hablan de adaptaciones para las diferentes discapacidades que nos podemos encontrar a la hora de dar clase. En este caso, tenemos un alumno con TDAH y otra alumna con ceguera parcial. Ahora vamos a ver ciertas pautas generales que se nos comenta en este documento para sendos problemas:

- Ceguera Parcial:

✓ Orientación y movilidad (reconocer su entorno, buena iluminación, más fácil que puedan tener un accidente en sus desplazamientos).

✓ Adaptarlo al universo físico (independencia y autonomía en el desenvolvimiento personal.

✓ Obtención de información para la adquisición de conocimientos que son traducidos en el lenguaje (relación entre el lenguaje y la experimentación).

✓ Incorporación de la cultura por medio de la letra impresa y lector de textos.

✓ Permitir que se siente cerca de la pizarra.

✓ Darle más tiempo cuando se realicen tareas que impliquen habilidad lectora.

✓ Procurar que el aula tenga una buena iluminación.

✓ Tener en cuenta la dificultad para adaptarse a los cambios de luminosidad e incluso al pasar de la luz natural a la artificial.

✓ Intentar eliminar las proyecciones de películas y presentaciones en las que tomen notas, sino es posible, dárselas por apuntes.

✓ En las fotocopias que el tamaño sea más grande.

✓ Intentar eliminar aquellos materiales en los que el color de la letra es pobre o tiene poco contraste.

- TDAH:

✓ La economía de fichas: implica dar reforzadores condicionados, es decir, fichas, conforme el alumno hace un comportamiento adecuado (en este caso, por ejemplo, si

se levanta menos de x veces de su asiento, si permanece quieto un determinado tiempo, etc.). Tras unas cuantas fichas conseguidas, el alumno podría cambiarlas por un premio estipulado con anterioridad.

- ✓ Los contratos de comportamiento o contingencias: se basan en la redacción de un contrato entre el alumno y el educador, o entre el alumno y sus padres, en el que ambas partes se comprometen a algo; en el caso del alumno a reducir su conducta problemática, y en el caso del adulto a otorgar algún privilegio o a satisfacer alguna demanda del alumno.
- ✓ Las técnicas de moldeamiento de conducta: podrán hacer que, por aproximaciones sucesivas, el alumno llegue a comportarse como se le demanda.
- ✓ La exposición del alumno a modelos adecuados de comportamiento: incorpora la imitación como sistema de desarrollo comportamental.

10. Enseñanzas transversales

En nuestra programación vamos a trabajar estas enseñanzas transversales de manera implícita a través del deporte y sus valores, aspectos como la constancia, el esfuerzo y el compañerismo, se dan de una manera inherente en la práctica de las actividades física y deportivas. En el deporte se dan una gran cantidad de valores positivos los cuales intentaremos potenciar desde el correcto desarrollo de la actividad física, evaluando y calificando todos estos aspectos. El compañerismo lo intentaremos potenciar con una gran cantidad de trabajos grupal, además del que ya se presupone que va a ser grupal (Trabajos trimestrales, baloncesto, …) con actividades donde metodologías como la enseñanza recíproca o la microenseñanza destacan el trabajo grupal. Por otro lado, el esfuerzo, que lo evaluaremos en clave de mejora, donde observaremos a la hora de evaluar el punto de partida y el punto final, y ahí valoraremos esa mejora. Por último, otro valor sobre el que basaremos estas enseñanzas transversales será el carácter inclusivo del deporte, donde evaluaremos que todos trabajen a una independientemente de raza, sexo, … y con un objetivo claro y común, para el que tendrán que trabajar todos en conjunto y donde ellos mismos evaluarán su función y trabajo realizado a lo largo de la tarea.

11. Interdisciplinariedades

Nos encontramos con que, en nuestra programación didáctica, tenemos 4 interdisciplinariedades con las asignaturas de matemáticas en el caso de la Unidad Didáctica 5, con biología, en las Unidades Didácticas 1 y 6, y con música en la última Unidad Didáctica (7). En este sentido, vemos como estos procesos se dan gracias al consenso que hemos tenido con los profesores de las demás asignaturas:

- Las que se dan con la asignatura de biología, que van a vertebrar todo el año gracias a los diferentes trabajos trimestrales que van a tener que realizar a lo largo de todo el curso, relacionados con el funcionamiento del cuerpo humano y la actividad física.
- Por otro lado, con las matemáticas encontramos una interdisciplinariedad con la Unidad Didáctica de orientación, donde haremos uso de aspectos como la geometría y de aspectos relacionados con las dimensiones del plano y cálculo de posiciones a través de coordenadas, latitudes y longitudes.
- Con la asignatura de música, tendremos otra en la parte de danzas, dado que tendremos que interpretar el ritmo y saber organizar una coreografía con sus pasos y demás aspectos musicales.
- Por último, con la asignatura de Lengua tenemos otra interdisciplinariedad, ya que nosotros con el portafolio evaluaremos la parte de escritura teniendo que ser concisa y expositiva.

12. Innovación

En cuanto a este apartado, vamos a hablar acerca de cómo vamos a innovar para un mejor aprendizaje por parte del alumnado, además de para ganar eficiencia en la docencia y ver si obtendremos un mejor resultado. A lo largo de este año vamos a proceder con varias innovaciones en varios aspectos que vamos a pasar a redactar.

- Portafolio: Es una manera de innovar en el apartado de evaluación, es un instrumento que pensamos que es muy útil ya que no solo forma al alumno en su vertiente académica, sino que ayuda en gran medida a un aspecto que muchas veces no se tiene en cuenta y que pensamos que es vital desarrollar, y es la parte humana del alumnado. Esto lo vamos a mejorar gracias al portafolio, ya que permite que los alumnos expresen sus sensaciones al profesor, porque los alumnos mejoran en reflexión y autorreflexión, teniendo la posibilidad de plasmarlo en esta herramienta y, por último, por el hecho de que ganan en autoconcepto ya que son ellos mismos los que evalúan su propio trabajo.
- Otro proyecto de innovación y que vamos a llevar a cabo, es el hecho de valorar el hecho de que los alumnos realicen actividad física fuera del horario escolar. Mediante la aplicación strava, les pediremos que hagan captura de su actividad física semanal y nos lo pongan en el último apartado del portafolio, fomentando así la realización de actividad física.
- Por otro lado, pondremos en marcha otro proyecto innovador, donde los profesores quedarán con los alumnos en puntos que proporcionaremos mediante coordenadas (ellos lo tendrán que buscar) por las mañanas para empezar el día con actividad física (en el primer trimestre iremos andando, en el segundo iremos corriendo y en el tercero en bicicleta). Al acabar las clases, volveremos al punto donde les hemos dejado realizando la misma actividad física con la que hemos ido por la mañana.
- Por último, hemos adaptado el currículo para acabar con los problemas detectados en los últimos años, lo hemos orientado hacia la funcionalidad fuera del colegio, a la práctica autónoma de actividad física fuera de las horas lectivas de manera planificada y organizada con cierto sentido y conocimiento, el desarrollo tanto personal como deportivo y a enganchar al alumnado que no le gusta la actividad física.

13. Actividades complementarias y extraescolares

En cuanto a este punto, como ya hemos dicho antes, nuestro objetivo último es el que los alumnos se enganchen a la actividad física y que este pase a formar parte de su día a día, de manera que esta asignatura les valga para su vida fuera del colegio. Para esto, vamos a proponer varios proyectos para que los alumnos realicen actividad física en su horario no lectivo:

1. Nuestro principal proyecto extraescolar, va en la línea de lo hablado, llevaremos la cuenta de la actividad física extraescolar del alumnado por medio de la aplicación strava, donde tendrán que presentar en la última reflexión semanal, la actividad física extraescolar realizada durante toda la semana

2. Otro gran proyecto extraescolar que llevaremos a cabo será por las mañanas y a la salida del colegio. Los profesores de educación física quedarán con una clase cada uno en lugares distintos, de manera que los alumnos vayan en el primer trimestre andando, el segundo trimestre corriendo y el tercero en bicicleta (que, de no tener, se lo facilitaremos desde el centro). Con esto fomentaremos el compañerismo, el amor por la actividad física y el fomento de los valores positivos.

3. Por último, propondremos a los alumnos la realización de actividad física tanto organizada como amateur, dándole diversas opciones y con la posibilidad de un gran abanico de deportes alternativos.

14. Bibliografía

Asher, J. J. (1966). *The Learning Strategy of the Total Physical Response: A Review.* Recuperado el 6 de junio de 2020 de https://eric.ed.gov/?id=ED028664

Ayuntamiento de Madrid. (2014). *Fuencarral-El Pardo.* Recuperado el 26 de mayo de 2020 de https://www.madrid.es/UnidadesDescentralizadas/UDCEstadistica/Nuevaweb/Publicaciones/Padr%C3%B3n%20Municipal%20de%20Habitantes/2014/Dto08%202014.pdf

Ayuntamiento de Madrid. (2018). *Distritos en cifras (Información de Barrios).* Recuperado el 25 de mayo de 2020 de https://www.madrid.es/portales/munimadrid/es/Inicio/El-Ayuntamiento/Estadistica/Distritos-en-cifras/Distritos-en-cifras-Informacion-de-Barrios-/?vgnextfmt=detNavegacion&vgnextoid=0e9bcc2419cdd410VgnVCM2000000c205a0aRCRD&vgnextchannel=27002d05cb71b310VgnVCM1000000b205a0aRCRD

Ayuntamiento de Madrid. (2019). *Banco de datos.* Recuperado el 25 de mayo de 2020 de http://www-2.munimadrid.es/TSE6/control/seleccionDatosBarrio

Camargo, A., y Hederich, C. (2007). El estilo de enseñanza. Un concepto en búsqueda de precisión. *Pedagogía y saberes, nº26*. Recuperado el 12 de junio de 2020 de https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/PYS/article/view/6823/5565

DECRETO 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid, 118. Recuperado el 2 de junio de 2020 de https://www.bocm.es/boletin/CM_Orden_BOCM/2015/05/20/BOCM-20150520-1.PDF

Epdata. (2019). *Renta bruta por barrios (códigos postales), estadística y datos.* Recuperado el 27 de mayo de 2020 de https://www.epdata.es/datos/renta-bruta-barrios-codigos-postales-estadistica-datos/269

La Salle Sagrado Corazón. (2020). *Página web oficial del colegio La Salle Sagrado Corazón.* Recuperado el 26 de mayo de 2020 de https://www.lasallesagradocorazon.es/

Liubinienė, V. (2009). *Developing Listening Skills in CLI.* Recuperado el 5 de junio de 2020 de https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=19113

Luján, I. (2016). *AICLE / CLIL, cinco cosas que desconocías.* Recuperado el 5 de junio de 2020 de https://www.uv.es/uvweb/master-investigacion-didactiques-especifiques/es/blog/aicle-/-clil-cinco-cosas-desconocias-1285958572212/GasetaRecerca.html?id=1285960399706#:~:text=afrontar%20situaciones%20cotidianas.-,El%20Aprendizaje%20Integrado%20de%20Contenidos%20y%20Lenguas%20Extranjeras%20(AICLE%3B%20en,en%20el%20lenguaje%20cognitivo%2Dacad%C3%A9mico.

Rando, C. (2010). Estilos de enseñanza en Educación Física. Utilización según el análisis de las tareas de aprendizaje y las características de los alumnos y alumnas. *Revista Digital – Buenos Aires*, Nº 146. Recuperado el 13 de junio de 2020 de https://www.efdeportes.com/efd146/estilos-de-ensenanza-en-educacion-fisica.htm

Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. Boletín Oficial del Estado, 3, de 1 de enero de 2015. Recuperado el 1 de junio de 2020 de https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2015-37

Tomlison, B. (2014). *Developing Materials for Language Teaching.* Bloomsbury Londres. Recuperado el 10 de junio de 2020 de https://books.google.es/books?id=64wIBAAAQBAJ&pg=PA264&lpg=PA264&dq=Tomlinson+tpr+plus&source=bl&ots=9w2GKymkYl&sig=ACfU3U1eIaRY6LcCB1vLyFXg_coDdDzKVQ&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjb1uHd54TqAhVS3IUKHcDBDOcQ6AEwAHoECAcQAQ#v=onepage&q=Tomlinson%20tpr%20plus&f=false

15. Anexos

Anexo I

Temporalización y nivel inicial del alumnado

Vamos a desarrollar la Unidad Didáctica de baloncesto, y vamos a comenzar señalando que es la Unidad Didáctica 4ª, la cual se desarrollará en los meses de febrero y marzo, e irá dirigida a alumnos de 3º de la ESO los cuales no nos consta que hayan realizado baloncesto anteriormente (nivel bajo). Va a constar de 9 sesiones donde trabajaremos desde los conceptos básicos del baloncesto (bote, desplazamientos, lanzamientos, pases y elementos tácticos) hasta alguno más avanzado.

Contenido

El contenido que daremos durante la U.D. de baloncesto será el siguiente:

- Desarrollo de las habilidades específicas del baloncesto, además de ciertos conceptos técnico-tácticos que guardan relación con el ataque y la defensa.
- Desarrollo de actividades para la mejora de las distintas técnicas vistas.
- Detección de errores en las técnicas y prescripción ejercicios para subsanar estos
- Situación en el campo, posición de los jugadores y acciones a realizar en las diferentes situaciones de juego
- La cooperación y el desarrollo del compañerismo a través de este deporte.

Competencias

Las competencias básicas que vamos a trabajar en esta U.D. van a ser:

- Sentido de la Iniciativa y espíritu emprendedor: La trabajaremos de manera que tendrán que diseñar una sesión al menos para mejorar el error técnico-táctico que ellos mismos elijan, donde demostrarán.
- Competencia digital: Tendrán que ver el vocabulario específico en inglés, además de otros conceptos propios del baloncesto en la plataforma virtual. Además, tendrán que aprender a realizar los gráficos y las tablas para presentar una sesión completamente hecha a ordenador.
- Comunicación lingüística: La trabajaremos en el portafolio, además de en los deportes de equipo ser muy importante la comunicación dentro del deporte, lo cual trabajaremos para ayudar a los compañeros dentro del juego.

- Aprender a aprender: Los alumnos aprenderán en esta U.D. a detectar los fallos técnico-tácticos de los compañeros, y a plantear ejercicios para corregir estos errores.
- Competencias sociales y cívicas: Esta es una competencia inherente a los deportes colectivos como este, de todas maneras, nosotros lo fomentaremos cambiando los grupos de trabajo a menudo, con trabajos grupales y con metodologías activas para que se estén mezclando continuamente.

○ Objetivos Didácticos

Nuestros objetivos serán los siguientes:

- Adquisición y mejora de las técnicas propias del baloncesto (desplazamiento, tiro, pase y manejo).
- Adquisición de los conceptos técnico-tácticos de ataque y defensa.
- Integración de ejercicios para corregir los errores que se pueden dar.
- Buena comunicación con los compañeros (verbal y no verbal).
- Saber realizar una progresión en la que trabajemos los conceptos vistos

○ Estrategias metodológicas

En cuanto a las metodologías que vamos a emplear a lo largo de estas sesiones son:

- Resolución de problemas: Para comenzar la enseñanza de cada nueva habilidad, les propondremos problemas iniciales para ver como los plantean e intentan superarlo.
- Mando directo modificado: La usaremos para la explicación de nuevas técnicas o tácticas.
- Asignación de tareas: Les daremos libertad a la hora de la realización de ejercicios asignándoles ciertas consignas a cada uno.
- Microenseñanza: La usaremos una vez hayamos visto todas las técnicas, dejaremos una clase para que los alumnos que mayor dominio tengan de las diferentes habilidades puedan ayudar a sus compañeros y estos, podrán experimentar lo que es ser profesor por un momento.
- Enseñanza recíproca: Dejaremos otra clase en la enseñanza de habilidades, para que los alumnos se evalúen unos a otros y se enseñen cuales son sus errores en esa habilidad en concreto.

Metodologías que en definitiva abogan por el protagonismo del alumno frente a las metodologías tradicionales y convencionales, donde sea el propio alumno el que tome las riendas de su aprendizaje.

o Recursos didácticos

En cuanto a los recursos didácticos que tenemos disponibles, debemos tener en cuenta que vamos a dar clase a 33 alumnos, donde dispondremos de pistas polideportivas interiores y exteriores y tendremos para nosotros balones de baloncesto, conos, cuerdas, … siendo 1 profesor.

o Temas transversales

Por otro lado, trataremos los temas transversales de respeto por los demás alumnos, fomentaremos actitudes de cooperación entre todos y potenciaremos el desarrollo personal de todas las individualidades del alumnado.

o Atención a la diversidad

A continuación, veremos cómo vamos a atender a los alumnos con necesidades especiales que tengamos en clase, en este caso tenemos una alumna con ceguera parcial y otro con TDAH, para los que realizaremos las siguientes adaptaciones:

- **Alumno con ceguera parcial**: A estos alumnos les presentaremos las clases previamente para que sean conscientes de lo que van a realizar. Por otra parte, intentaremos ponerle con un compañero que le acompañe en todo momento. Para esta actividad en particular variaremos sus objetivos de manera que al ser un deporte donde calcular las trayectorias es muy importante, les insistiremos en los objetivos técnico-tácticos individuales, más que en los colectivos.
- **Alumnos con TDAH**: Hacer una ficha en conciencia del cuidado del material y, en particular de los balones, además del colaborar con el profesor y con los compañeros, para ganar puntos en su “contrato” con el profesor y reportarle esto beneficios. Al esta ser una actividad muy movida, no hará falta darle más indicaciones significativas que las que siempre les damos (respeto a los compañeros y profesor, hacer caso a nuestras indicaciones, …) ya que van a ser clases muy dinámicas.

o Evaluación

Para acabar con el desarrollo de esta unidad, vamos a ver los estándares que vamos a analizar, que son el 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 8.1, 8.2 y 8.3. Y estos los evaluaremos con los siguientes procedimientos:

- Escala de valoración numérica
- Registro diario
- Portafolio
- Actuación diaria
- Pequeños trabajos.

Anexo II

	OGE (1º Nivel de CCC)	O. del departamento (2º Nivel de CCC)	O. Didácticos (3º Nivel de CCC)	Relación y Justificación
OP	a, c, d, g y j.	1, 2, 3, 4, 5, 6, y 8	1,2 y 3	Hemos relacionado estos objetivos de manera que todos tienen que ver con el hecho del desarrollo del alumnado en su parte personal, y por lo tanto hemos vertebrado la formulación de nuestros objetivos en 3 pilares fundamentales para relacionarlos con los OGE. El desarrollo de la identidad propia, la buena gestión de las emociones y el respeto por los demás, son los 3 principales objetivos a los cuales intentaremos llegar a través del deporte.
OA	b, e, f, h, i, k y l.	7, 9, 10, 11, 12, 13 y 14	4, 5 y 6	En cuanto a los objetivos que consideramos académicos, hemos vertebrado nuestra relación con los OGE en 3 objetivos que prevalecen sobre los demás. El proporcionar herramientas al alumnado para la planificación y programación autónoma de la actividad física, promover hábitos saludables (práctica de Actividad Física diaria, correcta nutrición, …) y tener la capacidad de desarrollar tanto progresiones de aprendizaje de cualquier actividad física vista, como el ser capaz de detectar errores en aspectos técnico-tácticos y saber programar ejercicios para subsanar estos desajustes.

ANEXO III (CONTENIDOS)

Niveles de Concreción Curricular → / Unidades Didácticas ↓	1º Nivel de Concreción Curricular	3º Nivel de Concreción Curricular
1. Condición física/ Salud	- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas - Medidas preventivas en las actividades físico-deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica. - Métodos para llegar a valores saludables en la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad. - Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas - Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo	- Evaluación, desarrollo y formas de mejorar y trabajar las capacidades físicas básicas. - Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas y a trabajar. - Fromas de prevención de lesiones en las actividades física: Calentamiento, llevar la ropa y calzado correctos y condiciones favorables para la práctica - Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas. - Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardíaca, la escala de percepción del esfuerzo y demás variantes a tener en cuenta en la realización de actividad física.

		- Beneficios de la realización de actividad física diaria. Incentivar el que los alumnos realicen la mayor cantidad de actividad física de manera cotidiana y correcta. - Darles herramientos para la realización de actividad física, de manera autónoma y correctamente planificada
2. Salto de Vallas/Fósbury	- Modalidades de atletismo: carrera de vallas y salto de altura estilo Fósbury - Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico. - Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad. - Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad, flexibilidad. - Formas de evaluar el nivel técnico en el paso de las vallas y el salto Fósbury. - Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.	- De lo analítico a lo global. Conjunción de la diferentes secuencias del modelo técnico - Formas de evaluar los distintos gestos técnicos a aprender. - Medidas de prevención generales (Ropa y calzado adecuado) y específicas de la modalidad deportiva (calentamiento específico y empleo del material adecuado) - Desarrollo de actividades para la mejora de las técnicas vistas - Trabajo de coevaluación y propiocepción. Propia consciencia del movimiento y aspectos técnicos, ser capaces de ver si el gesto técnico está bien realizado por parte del alumnado.

	- La capacidad de aprendizaje motor y el valor relativo de los resultados cuantitativos.	
3. Bádminton	- Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas. - Estrategias de juego. Colocación de los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario. - Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.	- Golpeos y desplazamientos con finalidades. Estrategia de juego respecto de tu posición y la del adversario. - Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición. - Desarrollo de actividades para la mejora de las distintas técnicas vistas. - Detección de errores en las técnicas y prescripción ejercicios para subsanar estos. - Autoevaluación, para ser conscientes de la realización de las diferentes técnicas empleadas en este deporte.
4. Baloncesto	- Habilidades específicas del baloncesto. Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes. - Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas. - Estímulos relevantes que en baloncesto condicionan la conducta motriz: situación del balón y la canasta, espacios libres, tiempos de juego, etc. - La colaboración y la toma de decisiones en equipo.	- Desarrollo de las habilidades específicas del baloncesto, además de ciertos conceptos técnico-tácticos que guardan relación con el ataque y la defensa. - Desarrollo de actividades para la mejora de las distintas técnicas vistas. - Detección de errores en las técnicas y prescripción ejercicios para subsanar estos - Situación en el campo, posición de los jugadores y acciones a realizar en las diferentes situaciones de juego

		- La cooperación y el desarrollo del compañerismo a través de este deporte.
5.Orientación	- La orientación como actividad físico-deportiva en medio no estable. Interpretación de mapas y uso de la brújula y otros sistemas de orientación (GPS, indicios naturales). - Equipamiento básico para la realización de actividades de orientación en función de la duración y de las condiciones de estas. - La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de orientación. - Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad. - Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de recorridos de orientación. - Influencia de las actividades de orientación en la degradación del entorno natural próximo.	- La orientación como actividad física en medio no estable. Equipo necesario para su realización - Conocimiento del uso de sistemas de orientación (GPS, brújula, …) además de tener en cuenta la meteorología como factor decisivo a la hora de hacer actividad física. - Desarrollo de actitudes favorables hacia la realización de actividad física de manera sostenible. - Concienciamiento del alumnado para minimizar o eliminar nuestras huellas a la hora de realizar actividad física en el medio natural.

	- Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.	
6.Condición Física /Salud / Respiración	- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas - Medidas preventivas en las actividades físico-deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica. - Métodos para llegar a valores saludables en la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad. - Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas - Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo.	- Evaluación del desarrollo de las capacidades físicas básicas a lo largo del año. - Realización actividades para la mejora de las condiciones físicas básicas. - Diferenciación de la manera óptima de respirar en función del esfuerzo. - Cálculo de la balanza energética.
7. Danza	- La danza como contenido cultural. Danzas históricas y danzas actuales. - Diseño y realización de coreografías Agrupamientos y elementos coreográficos.	- La danza en sus diferentes momentos históricos, del baile tradicional al moderno. - Diseño y realización de coreografías con elementos vistos. - Conocimiento de un gran abanico de bailes populares.

ANEXO IV

<table>
<tr><td>Unidad Didáctica: 1</td><td>Nivel Educativo: 3º ESO</td><td>Grupo/s: A-C</td></tr>
<tr><td>Nº de Sesiones: 16
(U.D Transversal)</td><td colspan="2">Trimestre: 1º y 2º</td></tr>
<tr><td colspan="3">1. Objetivos Didácticos
- Desarrollo de las capacidades físicas básicas
- Mejorar la capacidad de trabajar en grupo
- Desarrollo del manejo de las TIC
- Conocer formas de trabajarlas
- Gestionar de manera autónoma el entrenamiento.
- Conocer el funcionamiento del cuerpo humano y el efecto que tiene en él la actividad física.</td></tr>
<tr><td colspan="3">2. Competencias Básicas
- Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor
- Comunicación lingüística.
- Competencia digital.
- Aprender a aprender.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología</td></tr>
<tr><td colspan="3">3. Contenido
<u>Condición física/Salud</u>
- Evaluación, desarrollo y formas de mejorar y trabajar las capacidades físicas básicas.
- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas y a trabajar.
- Medidas preventivas en las actividades fisico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica
- Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas.</td></tr>
</table>

- Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardíaca, la escala de percepción del esfuerzo y demás variantes a tener en cuenta en la realización de actividad física.
- Beneficios de la realización de actividad física diaria. Incentivar el que los alumnos realicen la mayor cantidad de actividad física de manera cotidiana y correcta.
- Darles herramientos para la realización de actividad física, de manera autónoma y correctamente planificada.

4. Metodologías Empleadas

- Resolución de Problemas
- Asignación de tareas
- Método por proyectos
- Microenseñanza
- Mando directo y mando directo modificado

5. Recursos Didácticos

5.1 Humanos:	5.2 Espaciales:	5.3 Materiales:
34 alumnos - 1 Profesor	Pistas interiores y exteriores	Conos, cronómetros, pulsómetros, …

6. Tratamiento Transversal

- Respetar los tiempos de aprendizaje de todo el mundo.
- Ayudar a los compañeros.
- Respetar a los demás alumnos.

7. Atención a la Diversidad

- **Alumno con ceguera parcial**: A estos alumnos les presentaremos las clases previamente para que sean conscientes de lo que van a realizar. Por otra parte, intentaremos ponerle con un compañero que le acompañe en todo momento
- **Alumnos con TDAH**: Hacer una ficha en conciencia del cuidado del material, además del colaborar con el profesor y con los compañeros, para ganar puntos en su "contrato" con el profesor y reportarle esto beneficios.

8. Evaluación

8.1 Estándares de Aprendizaje: 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 5.1, 5.2, 5.3, 5.4,, 10.1 y 10.2	**8.2 Instrumentos de Evaluación:** Escala de valoración numérica, registro diario, portafolio y trabajo	**8.3 Tipos:** Autoevaluación, Coevaluación y Heteroevaluación.

9. Observaciones

Apreciamos interdisciplinariedad con la asignatura de biología:

Bloque 4. Las personas y la salud. Promoción de la salud

- 2. Organización general del cuerpo humano: células, tejidos, órganos, aparatos y sistemas.
- 14. El aparato locomotor. Organización y relaciones funcionales entre huesos y músculos.
  - 6. Prevención de lesiones.

Unidad Didáctica: 2	**Nivel Educativo:** 3º ESO	**Grupo/s:** A-C
Nº de Sesiones: 10	**Trimestre:** 1º	

1. Objetivos Didácticos

- Adquisición y mejora de la técnica de salto de vallas y del estilo Fosbury.
- Saber cómo planificar una progresión para el primer objetivo.
- Ser capaz de practicar este deporte de manera autónoma.
- Dominar la técnica de tal manera que seamos capaces de apreciar errores y saber cómo corregirlos.

2. Competencias Básicas

- Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor
- Comunicación lingüística.
- Competencia digital.
- Aprender a aprender.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

3. Contenido

<u>Salto de Vallas/Fosbury</u>

- De lo analítico a lo global. Conjunción de la diferentes secuencias del modelo técnico
- Formas de evaluar los distintos gestos técnicos a aprender.
- Medidas de prevención generales (Ropa y calzado adecuado) y específicas de la modalidad deportiva (calentamiento específico y empleo del material adecuado)
- Desarrollo de actividades para la mejora de las técnicas vistas
- Trabajo de coevaluación y propiocepción. Propia consciencia del movimiento y aspectos técnicos, ser capaces de ver si el gesto técnico está bien realizado por parte del alumnado

4. Metodologías Empleadas

- Resolución de Problemas
- Mando directo modificado
- Asignación de tareas
- Microenseñanza

- Enseñanza Recíproca

5. Recursos Didácticos

5.1 Humanos:	5.2 Espaciales:	5.3 Materiales:
34 alumnos - 1 Profesor	Pistas interiores.	Vallas, colchonetas, palos acoplables para salto de altura, conos, …

6. Tratamiento Transversal

- Respetar los tiempos de aprendizaje de todo el mundo.
- Ayudar a los compañeros.
- Respetar a los demás alumnos.

7. Atención a la Diversidad

- **Alumno con ceguera parcial**: A estos alumnos les presentaremos las clases previamente para que sean conscientes de lo que van a realizar. Por otra parte, intentaremos ponerle con un compañero que le acompañe en todo momento. En este caso, tendrá una ayuda permanente para talonar y demás aspectos que son importantes en estas dos actividades
- **Alumnos con TDAH**: Hacer una ficha en conciencia del cuidado del material, además del colaborar con el profesor y con los compañeros, para ganar puntos en su "contrato" con el profesor y reportarle esto beneficios.

8. Evaluación

8.1 Estándares de Aprendizaje:	8.2 Instrumentos de Evaluación: Escala de valoración numérica, registro diario, portafolio, actuación diaria y pequeños trabajos.	8.3 Tipos:
1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 4.1, 4.4 y 4.5.		Coevaluación y Heteroevaluación.

9. Observaciones

No se aprecia ninguna interdisciplinariedad.

Unidad Didáctica: 3	**Nivel Educativo:** 3º ESO	**Grupo/s:** A-C
Nº de Sesiones: 9	**Trimestre:** 2º	

1. Objetivos Didácticos

- Adquisición y mejora de las técnicas de golpeo y desplazamiento en bádminton
- Comprensión de la táctica y sus variantes en bádminton
- Saber corregir errores técnico-tácticos.
- Saber plantear ejercicios para erradicar los posibles errores.
- Saber planificar progresiones para la mejora de las diferentes técnicas vistas.

2. Competencias Básicas

- Sentido de la Iniciativa y espíritu emprendedor
- Competencia digital.
- Comunicación lingüística.
- Aprender a aprender.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

3. Contenido

Actividades de adversario: Bádminton

- Golpeos y desplazamientos con finalidades. Estrategia de juego respecto de tu posición y la del adversario.
- Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.
- Desarrollo de actividades para la mejora de las distintas técnicas vistas.
- Detección de errores en las técnicas y prescripción ejercicios para subsanar estos.
- Autoevaluación, para ser conscientes de la realización de las diferentes técnicas empleadas en este deporte.

4. Metodologías Empleadas

- Resolución de Problemas
- Mando directo modificado
- Asignación de tareas
- Microenseñanza
- Enseñanza Recíproca

5. Recursos Didácticos

5.1 Humanos:	5.2 Espaciales:	5.3 Materiales:
34 alumnos - 1 Profesor	Pistas interiores.	Raquetas de bádminton, redes, conos, volantes, …

6. Tratamiento Transversal

- Respetar los tiempos de aprendizaje de todo el mundo.
- Ayudar a los compañeros.
- Respetar a los demás alumnos.

7. Atención a la Diversidad

- **Alumno con ceguera parcial**: A estos alumnos les presentaremos las clases previamente para que sean conscientes de lo que van a realizar. Por otra parte, intentaremos ponerle con un compañero que le acompañe en todo momento. Para esta actividad en particular les pondremos otros objetivos, más centrados en la técnica del movimiento y el golpeo en estático y no tanto en el apartado de desplaamientos y golepos y demás ya que en 9 clases es muy complicado que combinen estas dos variables, por lo que priorizaremos la técnica del golpeo.
- **Alumnos con TDAH**: Hacer una ficha en conciencia del cuidado del material y, en particular de las raquetas de bádminton y los volantes, además del colaborar con el profesor y con los compañeros, para ganar puntos en su "contrato" con el profesor y reportarle esto beneficios. Al esta ser una actividad muy movida, no hará falta darle más indicaciones ya que van a ser clases muy dinámicas.

8. Evaluación

8.1 Estándares de Aprendizaje:	8.2 Instrumentos de Evaluación: Escala de valoración numérica, registro diario, portafolio, actuación diaria y pequeños trabajos.	8.3 Tipos:
3.1, 3.2, 3.3, 3.4 y 4.1		Autoevaluación, Coevaluación, Heteroevaluación.

9. Observaciones

No se aprecia ninguna interdisciplinariedad.

Unidad Didáctica: 4	**Nivel Educativo:** 3º ESO	**Grupo/s:** A-C
Nº de Sesiones: 9	**Trimestre:** 2º	

1. Objetivos Didácticos

- Adquisición y mejora de las técnicas propias del baloncesto (desplazamiento, tiro, pase y manejo).
- Adquisición de los conceptos técnico-tácticos de ataque y defensa.
- Integración de ejercicios para corregir los errores que se pueden dar.
- Buena comunicación con los compañeros (verbal y no verbal).
- Saber realizar una progresión en la que trabajemos los conceptos vistos.

2. Competencias Básicas

- Sentido de la Iniciativa y espíritu emprendedor
- Competencia digital.
- Comunicación lingüística.
- Aprender a aprender.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- Competencias Sociales y Cívicas

3. Contenido

Actividades de colaboración-oposición: Baloncesto

- Desarrollo de las habilidades específicas del baloncesto, además de ciertos conceptos técnico-tácticos que guardan relación con el ataque y la defensa.
- Desarrollo de actividades para la mejora de las distintas técnicas vistas.
- Detección de errores en las técnicas y prescripción ejercicios para subsanar estos
- Situación en el campo, posición de los jugadores y acciones a realizar en las diferentes situaciones de juego

4. Metodologías Empleadas

- Resolución de Problemas
- Mando directo modificado
- Asignación de tareas
- Microenseñanza

- Enseñanza Recíproca

5. Recursos Didácticos

5.1 Humanos:	5.2 Espaciales:	5.3 Materiales:
34 alumnos - 1 Profesor	Pistas interiores y exteriores.	Balones de baloncesto, canastas, conos, …

6. Tratamiento Transversal

- Respetar los tiempos de aprendizaje de todo el mundo.
- Ayudar a los compañeros.
- Respetar a los demás alumnos.

7. Atención a la Diversidad

- **Alumno con ceguera parcial**: A estos alumnos les presentaremos las clases previamente para que sean conscientes de lo que van a realizar. Por otra parte, intentaremos ponerle con un compañero que le acompañe en todo momento. Para esta actividad en particular variaremos sus objetivos de manera que al ser un deporte donde calcular las trayectorias es muy importante, les insistiremos en los objetivos técnico-tácticos individuales, más que en los colectivos.
- **Alumnos con TDAH**: Hacer una ficha en conciencia del cuidado del material y, en particular de los balones, además del colaborar con el profesor y con los compañeros, para ganar puntos en su "contrato" con el profesor y reportarle esto beneficios. Al esta ser una actividad muy movida, no hará falta darle más indicaciones significativas que las que siempre les damos (respeto a los compañeros y profesor, hacer caso a nuestras indicaciones, …) ya que van a ser clases muy dinámicas.

8. Evaluación

8.1 Estándares de Aprendizaje:	8.2 Instrumentos de Evaluación: Escala de valoración numérica, registro diario, portafolio, actuación diaria y pequeños trabajos.	8.3 Tipos:
3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 8.1, 8.2 y 8.3.		Coevaluación y Heteroevaluación.

9. Observaciones

No se aprecia ninguna interdisciplinariedad.

Unidad Didáctica: 5	**Nivel Educativo:** 3º ESO	**Grupo/s:** A-C
Nº de Sesiones: 6	**Trimestre:** 2º	

1. Objetivos Didácticos

- Aprender a usar los elementos de orientación.
- Saber interpretar un mapa con todas sus variables (escalas, elementos geográficos, …)
- Respetar el medio ambiente y dejar la mínima huella posible por donde pasemos.
- Entender el concepto de sostenibilidad en la actividades físicas en el medio natural.

2. Competencias Básicas

- Sociales y cívicas
- Competencia digital.
- Comunicación lingüística.
- Aprender a aprender.
- Competencia Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología

3. Contenido

<u>Actividades en medio no estable: Orientación</u>

- La orientación como actividad física en medio no estable. Equipo necesario para su realización
- Conocimiento del uso de sistemas de orientación (GPS, brújula, …) además de tener en cuenta la meteorología como factor decisivo a la hora de hacer actividad física.
- Desarrollo de actitudes favorables hacia la realización de actividad física de manera sostenible.
- Concienciamiento del alumnado para minimizar o eliminar nuestras huellas a la hora de realizar actividad física en el medio natural.

4. Metodologías Empleadas

- Resolución de Problemas
- Mando directo modificado
- Asignación de tareas

5. Recursos Didácticos

5.1 Humanos:	5.2 Espaciales:	5.3 Materiales:
34 alumnos - 1 Profesor	Pistas interiores y exteriores. Parque Ana Tutor (Parque contiguo al colegio) y la Dehesa de la Villa	Brújulas, mapas de las zonas donde vayamos, GPS, …

6. Tratamiento Transversal

- Respetar los tiempos de aprendizaje de todo el mundo.
- Ayudar a los compañeros.
- Respetar a los demás alumnos.

7. Atención a la Diversidad

- **Alumno con ceguera parcial**: A estos alumnos les presentaremos las clases previamente para que sean conscientes de lo que van a realizar. Por otra parte, intentaremos ponerle con un compañero que le acompañe en todo momento. Para esta actividad no van a tener excesivos problemas ya que es una actividad la cual tendrá sus principal dificultad en el planteamiento.
- **Alumnos con TDAH**: Hacer una ficha en conciencia del cuidado del material y, en particular de los GPS y brújulas ya que son materiales muy costosos, además del colaborar con el profesor y con los compañeros, para ganar puntos en su "contrato" con el profesor y reportarle esto beneficios. Esta va a ser una Unidad Didáctica más calmada y mental, de manera que tendremos que intentar hacer comprender lo positivo de esta actividad y el hecho de que puede ser muy útil en el futuro, para que incremente su motivación y ponga más de su parte en las clases.

8. Evaluación

8.1 Estándares de Aprendizaje:	8.2 Instrumentos de Evaluación: Escala de valoración numérica, registro diario, portafolio, actuación diaria y pequeños trabajos.	8.3 Tipos:
7.1, 7.2, 7.3, 9.1, 9.2 y 9.3		Autoevaluación, Coevaluación, Heteroevaluación.

9. Observaciones

Se aprecia interdisciplinariedad con la asignatura de matemáticas orientadas a las enseñanzas académicas:

BLOQUE 3. Geometría

1. Geometría del plano.

- Rectas y ángulos en el plano. Relaciones entre los ángulos definidos por dos rectas que se cortan.

- Lugar geométrico: mediatriz de un segmento, bisectriz de un ángulo.

- Polígonos. Circunferencia y círculo. Perímetro y área.

- Movimientos en el plano: traslaciones, giros y simetrías.

2. Geometría del espacio

- Planos de simetría en los poliedros.

- La esfera. Intersecciones de planos y esferas

3. El globo terráqueo. Coordenadas geográficas y husos horarios. Longitud y latitud de un punto.

4. Uso de herramientas tecnológicas para estudiar formas, configuraciones y relaciones geométricas.

Unidad Didáctica: 6	**Nivel Educativo:** 3º ESO	**Grupo/s:** A-C
Nº de Sesiones: 6	**Trimestre:** 3º	

1. Objetivos Didácticos

- Observar la mejora de las capacidades básicas a lo largo del curso.
- Aprender los beneficios de llevar una correcta respiración durante las actividades físicas.
- Realizar una balanza energética y aprender nociones básicas de nutrición.

2. Competencias Básicas

- Sociales y cívicas
- Competencia digital.
- Comunicación lingüística.
- Aprender a aprender.
- Competencia Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología

3. Contenido

Condicion Física/Salud/Respiración

- Evaluación del desarrollo de las capacidades físicas básicas a lo largo del año.
- Realización actividades para la mejora de las condiciones físicas básicas.
- Diferenciación de la manera óptima de respirar en función del esfuerzo.
- Cálculo de la balanza energética.

4. Metodologías Empleadas

- Resolución de Problemas
- Mando directo modificado
- Asignación de tareas
- Micoenseñanza

5. Recursos Didácticos

5.1 Humanos:	**5.2 Espaciales:**	**5.3 Materiales:**
34 alumnos -	Pistas interiores y exteriores.	Cronómetro, Pulsómetro, Conos, …

1 Profesor		

6. Tratamiento Transversal

- Respetar los tiempos de aprendizaje de todo el mundo.
- Ayudar a los compañeros.
- Respetar a los demás alumnos.

7. Atención a la Diversidad

- **Alumno con ceguera parcial**: A estos alumnos les presentaremos las clases previamente para que sean conscientes de lo que van a realizar. Por otra parte, intentaremos ponerle con un compañero que le acompañe en todo momento. Esta Unidad Didáctica no va a representar una dificultad para la que haya que realizar adaptaciones fuera de las normales.

- **Alumnos con TDAH**: Hacer una ficha en conciencia del cuidado del material, además del colaborar con el profesor y con los compañeros, para ganar puntos en su "contrato" con el profesor y reportarle esto beneficios. Esta va a ser una Unidad Didáctica donde una parte va a ser para comprobar cómo han evolucionado durante el curso y si les hacemos entender eso, sentirán una gran motivación.

8. Evaluación

8.1 Estándares de Aprendizaje:	8.2 Instrumentos de Evaluación: Escala de valoración numérica, registro diario, portafolio, actuación diaria y pequeños trabajos.	8.3 Tipos:
1.1, 1.2, 1.3, 1.4 y 1.5.		Autoevaluación, Coevaluación y Heteroevaluación.

9. Observaciones

En esta Unidad Didáctica apreciamos una interdisiplinariedad con la asignatura de biología:

<u>Bloque 4. Las personas y la salud. Promoción de la salud</u>

6. Nutrición, alimentación y salud.
   - Los nutrientes, los alimentos y hábitos alimenticios saludables.
7. Trastornos de la conducta alimentaria.
   - La función de nutrición.

Unidad Didáctica: 7	**Nivel Educativo:** 3º ESO	**Grupo/s:** A-C
Nº de Sesiones: 9	**Trimestre:** 3º	

1. Objetivos Didácticos

- Ser capaces de cooperar para realizar una coreografía
- Descubrir los bailes originarios de nuestra ciudad
- Desarrollar el ritmo y la creatividad del alumnado

2. Competencias Básicas

- Sociales y cívicas
- Competencia digital.
- Comunicación lingüística.
- Aprender a aprender.
- Conciencia y Expresiones Culturales

3. Contenido

<u>Actividades Artístico expresivas: Danzas</u>

- La danza en sus diferentes momentos históricos, del baile tradicional al moderno.
- Diseño y realización de coreografías con elementos vistos.
- Conocimiento de un gran abanico de bailes populares.

4. Metodologías Empleadas

- Resolución de Problemas
- Mando directo modificado
- Asignación de tareas
- Micoenseñanza

5. Recursos Didácticos

5.1 Humanos:	**5.2 Espaciales:**	**5.3 Materiales:**
34 alumnos - 1 Profesor	Pistas interiores y exteriores.	Altavoz

6. Tratamiento Transversal

- Respetar los tiempos de aprendizaje de todo el mundo.
- Ayudar a los compañeros.
- Respetar a los demás alumnos.

7. Atención a la Diversidad

- **Alumno con ceguera parcial**: A estos alumnos les presentaremos las clases previamente para que sean conscientes de lo que van a realizar. Por otra parte, intentaremos ponerle con un compañero que le acompañe en todo momento. Para esta Unidad Didáctica intentaremos que este alumno haga la coreografía acompañado.

- **Alumnos con TDAH**: Hacer una ficha en conciencia del cuidado del material, además del colaborar con el profesor y con los compañeros, para ganar puntos en su "contrato" con el profesor y reportarle esto beneficios. Esta va a ser una Unidad Didáctica que pueden no resultarle igual de atractiva que las demás, pero intentaremos que colaboe con sus compañero lo más posible para que se implique tanto que represente una gran motivación para él.

8. Evaluación

8.1 Estándares de Aprendizaje:	**8.2 Instrumentos de Evaluación:** Escala de valoración numérica, registro diario, portafolio, actuación diaria y coreografía final.	**8.3 Tipos**:
7.1, 7.2, 7.3, 9.1, 9.2 y 9.3.		Autoevaluación, Coevaluación y Heteroevaluación.

9. Observaciones

Se aprecia interdisciplinariedad con la asignatura de música:

Bloque 2. Escucha

1. La audición como forma de comunicación y como fuente de conocimiento y enriquecimiento intercultural.

2. Utilización de diferentes recursos para la comprensión de la música escuchada: corporales, vocales, instrumentales, medios audiovisuales y tecnologías, textos, partituras, musicogramas y otras representaciones gráficas.

4. Elementos que intervienen en la construcción de una obra musical (melodía, ritmo, armonía, timbre, textura, forma, tempo y dinámica) e identificación de los mismos en la audición y el análisis de obras musicales.

5. Audición, análisis elemental y apreciación crítica de obras vocales e instrumentales de distintos estilos, géneros, tendencias y culturas musicales.

Anexo V

Unidades Didácticas	**Metodologías empleadas**	**Justificación**
1. Condición Física/Salud	- Resolución de Problemas - Asignación de tareas - Método por proyectos - Microenseñanza - Enseñanza Recíproca - Mando directo y mando directo modificado	La resolución de problemas la aplicaremos al empezar una técnica nueva, para que los alumnos desarrollen la creatividad y sean capaces de descubrir por ellos mismos las diferentes formas de hacer lo que se les pide. La asignación de tareas la usaremos para que los alumnos ganen en independencia y en responsabilidad propia a la hora de realizar los ejercicios. Mando directo, lo usaremos cuando les expliquemos las técnicas que vamos a realizar ya que pensamos es la forma más eficaz de transmitir información acerca de la técnica. En cuanto a la microenseñanza, dejaremos una clase para que, una vez vistas todas las técnicas, los propios alumnos a los que mejor se les de cada una, hagan de profesores y ayuden a sus compañeros a mejorar. En cuanto a la enseñanza recíproca, una vez hayamos visto las técnicas, jugaremos con esta metodología y la anterior para que sean los propios alumnos los que se ayuden entre ellos y de esa manera, aprendan en mayor medida. Por último, el método por proyectos, lo usaremos de manera que les mandaremos 1 trabajo por curso, y tendrán que trabajar de esta manera.
2. Salto de Vallas/Fósbury	- Resolución de Problemas - Mando directo modificado - Asignación de tareas - Microenseñanza	En este caso seguiremos el mismo método que en la anterior Unidad Didáctica, y va a ser la manera en la que enseñemos las técnicas y deportes, comenzaremos con una sesión en la que predominará la resolución de problemas para que a los alumnos se les despierte el ingenio y prueben las diferentes formas de realizar la

	- Enseñanza Recíproca - ¿Flipped Classroom?	técnica a aprender. Seguiremos con una Flipped Classroom donde los alumnos verán un vídeo en el cual habremos señalado los errores más comunes para tener en cuenta en las dos técnicas a aprender. A continuación, realizaremos varias clases donde reinarán el mando directo y el modificado, el cual lo usaremos para explicar la técnica, la asignación de tareas, para delegar la responsabilidad del aprendizaje en los alumnos durante los ejercicios y actividades para que adquieran correctamente la técnica y la enseñanza recíproca, una vez dominen la técnica, para que los propios alumnos vean donde fallan sus compañeros y les ayuden. Por último, la microenseñanza, donde una vez se hayan visto todas las técnicas y sus fases más importantes, los alumnos que dominen la técnica actuarán de profesores, guiados por ciertas directrices dadas por el profesor (tips más importantes, errores más comunes, …), corregirán y ayudarán a sus compañeros a aprender.
3.Bádminton	- Resolución de Problemas - Mando directo modificado - Asignación de tareas - Microenseñanza - Enseñanza Recíproca - ¿Gamificación?	Al ser la enseñanza de un deporte individual, seguiremos el mismo método que en la anterior Unidad Didáctica, comenzaremos con una sesión en la que predominará la resolución de problemas para que a los alumnos se les despierte el ingenio y prueben las diferentes formas de realizar la técnica a aprender. A continuación, realizaremos varias clases donde reinarán el mando directo modificado, el cual lo usaremos para explicar la técnica, la asignación de tareas, para delegar la responsabilidad del aprendizaje en los alumnos durante los ejercicios y actividades para que adquieran correctamente la técnica y la enseñanza recíproca, una vez dominen la técnica, para que los propios alumnos vean donde fallan sus

		compañeros y les ayuden. Quiero decir también que utilizaremos la gamificación para ciertos conceptos como el desplazamiento en bádminton o el concepto de adelante-atrás. Por último, la microenseñanza, donde una vez se hayan visto todas las técnicas y sus fases más importantes, los alumnos que dominen la técnica actuarán de profesores, guiados por ciertas directrices dadas por el profesor (tips más importantes, errores más comunes, …), corregirán y ayudarán a sus compañeros a aprender.
4. Baloncesto	- Resolución de Problemas - Mando directo modificado - Asignación de tareas - Microenseñanza - Enseñanza Recíproca - ¿Gamificación?	Al ser la enseñanza de un deporte colectivo, seguiremos el mismo método que en la anterior Unidad Didáctica, comenzaremos con una sesión en la que predominará la resolución de problemas para que a los alumnos se les despierte el ingenio y prueben las diferentes formas de realizar la técnica a aprender. A continuación, realizaremos varias clases donde reinarán el mando directo modificado, el cual lo usaremos para explicar la técnica, la asignación de tareas, para delegar la responsabilidad del aprendizaje en los alumnos durante los ejercicios y actividades para que adquieran correctamente la técnica y la enseñanza recíproca, una vez dominen la técnica, para que los propios alumnos vean donde fallan sus compañeros y les ayuden. A continuación, desarrollaremos ciertos conceptos como las posiciones de ataque-defensa en la posesión o el jugar por fuera o por dentro mediante la gamificación. Por último, la microenseñanza, donde una vez se hayan visto todas las técnicas y sus fases más importantes, los alumnos que dominen la técnica actuarán de profesores, guiados por ciertas directrices dadas por el profesor

		(tips más importantes, errores más comunes, …), corregirán y ayudarán a sus compañeros a aprender.
5. Orientación	- Resolución de Problemas - Mando directo modificado - Asignación de tareas - ¿Flipped Classroom? - Método por proyectos	En esta ocasión, el primer día utilizaremos la resolución de problemas para que los alumnos utilicen la intuición, desarrollen la creatividad y vean las amplias posibilidades de las herramientas que vamos a utilizar. A continuación, realizaremos una Flipped Classroom para que los alumnos vean las amplias posibilidades de las herramientas que vamos a utilizar y su funcionamiento. Seguiremos con clases donde reinará el mando directo modificado y la resolución de problemas para plantear los problemas que tendrán que ir resolviendo antes de salir al campo a una actividad de orientación, en la que predominarán los métodos por proyectos y la asignación de tareas.
6. Condición Física/Salud	- Resolución de Problemas - Mando directo modificado - Asignación de tareas - Microenseñanza - ¿Flipped Classroom?	Comenzaremos con una clase de resolución de problemas para que los alumnos prueben las distintas respiraciones en las diferentes actividades que les plantearemos. A continuación, realizaremos una Flipped Classroom donde los alumnos habrán visto vídeos de los diferentes tipos de respiración y sus beneficios y contraindicaciones. Luego realizaremos diferentes sesiones que combinen Flipped Classroom para ver conceptos básicos de nutrición, con metodologías de mando directo modificado y asignación de tareas para seguir con la respiración. Acabaremos con una clase llevada con la microenseñanza para repasar conceptos del entrenamiento de las capacidades básicas.

7. Danza	- Resolución de Problemas - Mando directo modificado - Asignación de tareas - Microenseñanza - Método por proyectos - ¿Flipped Classroom?	En la primera clase les pondremos ciertos retos para ver como llegan a bailar los distintos bailes que les propondremos para idear las coreografías. Continuaremos con mando directo modificado, asignación de tareas y Flipped Classroom para que los alumnos adopten las nociones básicas de los bailes que les vamos a presentar para que después, mediante el método por proyectos, los alumnos sean capaces de idear una coreografía de unos 3'.

Anexo VI

3º DE LA ESO. CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE, COMPETENCIAS E INTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.	
EDUCACIÓN FÍSICA	**Curso: 3.º**
CONTENIDOS - BLOQUE 1: Condición física/Salud	
- Evaluación, desarrollo y formas de mejorar y trabajar las capacidades físicas básicas. - Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas y a trabajar. - Medidas preventivas en las actividades físico-deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica - Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas. - Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardíaca, la escala de percepción del esfuerzo y demás variantes a tener en cuenta en la realización de actividad física. - Beneficios de la realización de actividad física diaria. Incentivar el que los alumnos realicen la mayor cantidad de actividad física de manera cotidiana y correcta. - Darles herramientas para la realización de actividad física, de manera autónoma y correctamente planificada.	

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	**COMPETENCIAS CLAVE**	**ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES**	**relación de ccc con estándares**	**Instrumentos de evaluación**
Crit.EF.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-	CMCT-AA-CCL-CD-SIE	Est.EF.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	AA	• Portafolio
		Est.EF.1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	AA	• Portafolio

deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.		Est.EF.1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	CCL	• Portafolio
		Est.EF.1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.	CMCT-AA-SIE	• Examen práctico • Anotaciones diarias
		Est.E.F.1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.	AA-CD	• Portafolios • Anotaciones diarias
Crit E.F.5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	AA-SIE-CD-CMCT	Est. EF.5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	AA-SIE	• Portafolio • Anotaciones diarias
		Est. EF.5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.	AA	• Examen práctico • Anotaciones diarias
		Est. EF.5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	AA	• Portafolio • Anotaciones diarias
		Est. EF.5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	CD-CMCT	• Portafolio

Crit E.F.10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de estos.	CD-AA	Est. EF.10.1. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	CD-AA	• Portafolio • Trabajo trimestral
		Est. EF.10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	CD-AA	• Trabajo trimestral

EDUCACIÓN FÍSICA	**Curso: 3º**
CONTENIDOS - BLOQUE 2: Salto de Vallas/Fósbury	

- Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico. De lo analítico a lo global.
- Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad. Formas de evaluar los distintos gestos técnicos.
- Capacidades motrices implicadas: Coordinación, fuerza rápida, velocidad, flexibilidad.
- Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.
- Trabajo de coevaluación y propiocepción. Propia consciencia del movimiento y aspectos técnicos, ser capaces de ver si el gesto técnico está bien realizado por parte del alumnado.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	**COMPETENCIAS CLAVE**	**ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES**	**RELACIÓN DE CCC CON ESTÁNDARES**	**INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**
Crit.E.F.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en	CMCT-AA-CCL-SIE-CD	Est.EF.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	AA	• Portafolio
		Est.EF.1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	AA	• Portafolio
		Est.EF.1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	CCL	• Portafolio

condiciones reales o adaptadas. 4.1, 4.4 Y 4.5.		Est.EF.1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.	CMCT-AA-SIE	• Examen práctico • Anotaciones diarias
		Est.E.F.1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.	AA-CD	• Portafolio Anotaciones diarias
Crit.E.F.4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	AA- CMCT-SIE	Est.E.F.4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.	AA	• Portafolio
		Est.E.F.4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	AA-CMCT	• Anotaciones diarias • Portafolio
		Est.E.F.4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física	CMCT-SIE	• Portafolio

EDUCACIÓN FÍSICA				**Curso: 3º**
CONTENIDOS - BLOQUE 3: Bádminton				
- Golpeos y desplazamiento. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas - Estrategias de juego. Colocación de los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario. - Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición. - Autoevaluación, para ser conscientes de la realización de las diferentes técnicas empleadas en este deporte.				
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	**COMPETENCIAS CLAVE**	**ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES**	**RELACIÓN DE CCC CON ESTÁNDARES**	**INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**
Crit.EF.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	CMCT-AA-CCL-SIE-CD	Est.EF.3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de cooperación o colaboración-oposición propuestas.	AA	• Portafolio
		Est.EF.3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de cooperación o colaboración-oposición seleccionadas.	AA	• Portafolio
		Est.EF.3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de cooperación o colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	CCL	• Portafolio

		Est.EF.3.3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	CMCT-AA-SIE	• Examen práctico • Anotaciones diarias
Crit.E.F.4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	AA- CMCT-SIE	Est.E.F.4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.	AA	• Portafolio

EDUCACIÓN FÍSICA

CONTENIDOS - BLOQUE 4: Actividades de colaboración-oposición: Baloncesto

- Habilidades específicas del baloncesto. Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes.
- Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas
- Estímulos relevantes que en baloncesto condicionan la conducta motriz: situación del balón y la canasta, espacios libres, tiempo de juego, etc
- La colaboración y la toma de decisiones en equipo

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	RELACIÓN DE CCC CON ESTÁNDARES	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Crit.EF.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	CMCT-AA-CCL-SIE-CD	Est.EF.3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de cooperación o colaboración-oposición propuestas.	AA	• Portafolio
		Est.EF.3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de cooperación o colaboración-oposición seleccionadas.	AA	• Portafolio
		Est.EF.3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de cooperación o colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	CCL	• Portafolio

		Est.EF.3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	CMCT-AA-SIE	• Examen práctico • Anotaciones diarias
Crit.EF.8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	AA-CSC-CD	Est.EF.8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	AA	• Portafolio
		Est.EF.8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.	CSC	• Portafolio • Anotaciones diarias
		Est.EF.8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	CSC-CD	• Portafolio

EDUCACIÓN FÍSICA	**Curso: 3.º**

CONTENIDOS - BLOQUE 5: Actividades en medio no estable: Orientación

Contenidos:

- La orientación como actividad físico-deportiva en medio no estable. Interpretación de mapas y uso de la brújula y otros sistemas de orientación (GPS, indicios naturales).
- Equipamiento básico para la realización de actividades de orientación en función de la duración y de las condiciones de estas.
- La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de orientación.
- Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad. Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de recorridos de orientación. Influencia de las actividades de orientación en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	**COMPETENCIAS CLAVE**	**ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES**	**RELACIÓN DE CCC CON ESTÁNDARES**	**INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**
Crit.EF.7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	CSC-CCL-AA-CMCT	Est.EF.7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	AA-CCL	• Anotaciones diarias
		Est.EF.7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	CSC-CMCT	• Anotaciones diarias • Portafolios • Examen práctico
		Est.EF.7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	AA-CCL	• Anotaciones diarias

				• Examen práctico
Crit.EF.8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	AA-CSC-CD	Est.EF.8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	AA	• Portafolio
		Est.EF.8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.	CSC	• Portafolio • Anotaciones diarias
		Est.EF.8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	CSC-CD	• Portafolio

EDUCACIÓN FÍSICA			**Curso: 3.º**	
CONTENIDOS - BLOQUE 6: Condición Física/Salud/Respiración				
Contenidos: - Evaluación del desarrollo de las capacidades físicas básicas a lo largo del año. - Realización actividades para la mejora de las condiciones físicas básicas. - Diferenciación de la manera óptima de respirar en función del esfuerzo. - Cálculo de la balanza energética.				
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	**COMPETENCIAS CLAVE**	**ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES**	**RELACIÓN DE CCC CON ESTÁNDARES**	**INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**
Crit.EF.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	CMCT-AA-CCL-CD-SIE	Est.EF.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	AA	• Portafolio
		Est.EF.1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	AA	• Portafolio
		Est.EF.1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	CCL	• Portafolio
		Est.EF.1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.	CMCT-AA-SIE	• Examen práctico • Anotaciones diarias

		Est.E.F.1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.	AA-CD	• Portafolio. • Anotaciones diarias

EDUCACIÓN FÍSICA			**Curso: 3.º**	
CONTENIDOS - BLOQUE 7: Actividades Artístico expresivas: Danza				
Contenidos: - La danza como contenido cultural. Danzas históricas y danzas actuales. - Diseño y realización de coreografías. Agrupamientos y elementos coreográficos				
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	**COMPETENCIAS CLAVE**	**ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES**	**RELACIÓN DE CCC CON ESTÁNDARES**	**INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**
Crit.EF.7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	CSC-CCL-AA-CEC	Est.EF.7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	AA-CCL	• Anotaciones diarias
		Est.EF.7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	CSC-CEC	• Anotaciones diarias • Portafolios • Coreografía
		Est.EF.7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	AA-CCL	• Anotaciones diarias • Coreografía
Crit.EF.8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas	AA-CSC-CD	Est.EF.8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	AA	• Portafolio

como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.		Est.EF.8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.	CSC	• Portafolio • Anotaciones diarias
		Est.EF.8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	CSC-CD	• Portafolio

ANEXO VII

<table>
<tr><th colspan="4">Nombre del centro</th></tr>
<tr><td>Fecha: X/X/X</td><td>Clase: Xº X</td><td colspan="2">Nº de sesión: Xº</td></tr>
<tr><td colspan="2">Descripción de Actividades</td><td>Gráficos</td><td>Tiempo</td></tr>
<tr><td colspan="2">X</td><td>X</td><td>‘o”</td></tr>
<tr><td colspan="4">Adecuación de la sesión: X</td></tr>
<tr><td colspan="4">Reflexión/Experiencia Propia/Historia Motivadora: X</td></tr>
<tr><td colspan="4">Nombre de la tarea a realizar:</td></tr>
</table>

ANEXO VIII

Colegio La Salle Sagrado Corazón							
CUESTIONARIO PREREALIZACIÓN							
Clase:	Día	Nombre Alumno:					
Preguntas			1	2	3	4	5	6
1.- ¿En qué medida sabes/crees saber lo que es un portafolio?								
2.- ¿Piensas que es una buena herramienta para evaluar?								
3.- ¿Crees que te puede ayudar a ser consciente de tu desarrollo ¿								
4.- ¿Crees que te puede ayudar a mejorar tu reflexión?								
5.- ¿Crees que te puede ayudar a mejorar tu autorreflexión?								
6.- ¿Crees que te puede ayudar a mejorar tu autoconcepto?								
7.- ¿Crees que te puede ayudar a mejorar tu capacidad de resumir?								
8.- ¿Crees que te puede ayudar a mejorar tu lenguaje expositivo?								
9.- ¿Te motiva esta herramienta de evaluación?								
10.- ¿Piensas que es mejor la evaluación de esta manera que de la tradicional?								
11.- ¿Crees que te va a resultar difícil realizar una entrada al portafolio por sesión?								
12.- ¿Piensas que te va a ayudar a mejorar más que la manera tradicional de evaluar?								
13.- ¿Crees que puede ser interesante aplicarlo en otros ámbitos?								
14.- ¿Piensas que estás preparado para autoevaluarte?								
15.- ¿Sabes la diferencia entre evaluación y calificación?								
¿Qué apartados quitarías/añadirías al portafolios?								

Colegio La Salle Sagrado Corazón							
CUESTIONARIO POSTREALIZACIÓN							
Clase:	Día	Nombre Alumno:					
Preguntas			1	2	3	4	5	6
1.- ¿En qué medida sabes/crees saber lo que es un portafolio?								
2.- ¿Piensas que es una buena herramienta para evaluar?								
3.- ¿Crees que te ha ayudado a ser consciente de tu desarrollo?								
4.- ¿Crees que te ha ayudado a mejorar tu reflexión?								
5.- ¿Crees que te ha ayudado a mejorar tu autorreflexión?								
6.- ¿Crees que te ha ayudado a mejorar tu autoconcepto?								
7.- ¿Crees que te ha ayudado a mejorar tu capacidad de resumir?								
8.- ¿Crees que te ha ayudado a mejorar tu lenguaje expositivo?								
9.- ¿Te ha motivado esta herramienta de evaluación?								
10.- ¿Piensas que es mejor la evaluación de esta manera que de la tradicional?								
11.- ¿Te ha resultado difícil realizar una entrada al portafolio por sesión?								
12.- ¿Has sentido que el ritmo de la clase era el adecuado para todos?								
13.- ¿Lo aplicarías en otros ámbitos?								
14.- ¿Piensas que estabas preparado para autoevaluarte tras la charla con el profesor?								
15.- ¿Sabes la diferencia entre evaluación y calificación?								
¿Qué apartados quitarías/añadirías al portafolios?								
¿Qué piensas acerca de las clases?								
¿Cómo te has sentido respecto a las clases?								