PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

2º ESO

EDUCACIÓN FÍSICA

Trabajo Fin de Máster

Máster Universitario en Formación del Profesorado

Presentado por:

Dª Tatiana Rodríguez Morales

Dirigido por:

D. Javier Martínez Ferreiro

Alcalá de Henares, a 26 de junio del 2021

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN 5
2. CONTEXTUALIZACIÓN 6
2.1. El contexto social, histórico y geográfico en el que se realiza la acción docente 6
2.2. Análisis del alumnado 6
2.3. Trayectoria del centro educativo 7
3. COMPETENCIAS CLAVE 9
4. RELACIÓN DE COMPETENCIAS CLAVE CON ELEMENTOS CURRICULARES 11
5. OBJETIVOS DE ETAPA: 12
6. CONTENIDOS 14
7. SECUENCIACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS 16
8. UNIDADES DIDÁCTICAS 18
9. METODOLOGÍA 29
9.1. Estilos de enseñanza 29
9.2. Actividades de aprendizaje 32
9.3. Feedback 33
9.4. Canales de comunicación 33
9.5. Criterios de agrupación 34
10. RECURSOS DIDÁCTICOS 35
11. EVALUACÍON 36
11.1. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje 37
11.2. Criterios de calificación. 41
11.3. Instrumentos de evaluación. 43
11.4. Fechas de cada evaluación 45
11.5. Recuperación de materia. 45
11.6. Medidas de recuperación extraordinaria 46
11.7. Recuperación de la materia pendiente del curso anterior. 46
11.8. Evaluación docente. 46
12. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD 47
12.1. Medidas generales 48
12.2. Adaptaciones curriculares. 48

13. ENSEÑANZAS TRANSVERSALES 51
14. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES 54
15. TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN (TIC) 56
16. INTERDISCIPLINARIEDAD 56
17. BIBLIOGRAFÍA 57
ANEXOS 62
Anexo I Unidad Didáctica: Hajime!! 62
Anexo II Calendario Escolar 83
Anexo III Autoevaluación docente 84
Anexo IV Evaluación docente 85

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la utilización masiva de las nuevas tecnologías y sobre todo, las últimas restricciones de movilidad producida por los estados de alerta y confinamientos debidos a la pandemia, ha inducido un cambio brusco hacia una forma de vida más sedentaria, rompiendo la tendencia de la cultura del deporte en nuestra sociedad, sin tener en cuenta los graves problemas de salud que esto puede provocar.

El deporte según (García, et. al., 2005) es reconocido como un excelente instrumento para la socialización e integración de las personas más jóvenes. También es considerado como un potente revulsivo contra los influjos nocivos que los adolescentes reciben de la sociedad donde se desenvuelven (Durán, et al., 2000).

La LOMCE (Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa) da respuesta a estas demandas sociales, implicado indirectamente a los docentes de educación física para que adopten un papel fundamental al promover entre los estudiantes adolescentes la actividad física, tanto en el horario lectivo como fuera del mismo, con el fin de que desarrollen su destreza en el manejo de instrumentos, perfeccionen su psicomotricidad y el conocimiento de su propio cuerpo.

Para ello se trabajará en las competencias y objetivos contemplados en el Real Decreto 1105/2014, por el que se implantan los contenidos de Educación Física en la educación secundaria obligatoria, y en el que se incorpora el fomento de los hábitos saludables y la reducción de aquellas prácticas que pueden dañarla. La estructura general estará basada en el Decreto 48/2015, del 14 de mayo, donde se especifican tanto los contenidos que se deben impartir en el transcurso de la educación secundaria como los estándares de aprendizaje y criterios de evaluación de estos contenidos, de forma concreta para la Comunidad Autónoma.

Con esta programación se pretende evitar hábitos y estilos de vida sedentarios, queriendo concienciar de la importancia de la actividad física para la mejora de la salud y del bienestar personal, al mismo tiempo que se utiliza como elemento vehicular para la integración y socialización de nuestros alumnos.

Los principios pedagógicos que seguirá está programación será la innovación educativa, teniendo en cuenta las dificultades que se plantean en cuanto a los aspectos

didácticos, curriculares y evaluativos, primando la práctica de la actividad física frente a la teoría y fomentando la práctica deportiva de una forma lúdica.

2. CONTEXTUALIZACIÓN

2.1. El contexto social, histórico y geográfico en el que se realiza la acción docente

Esta programación se va a impartir en la institución salesiana Domingo Savio, un centro privado-concertado católico, localizado en la zona centro de la Comunidad de Madrid, concretamente en el distrito de Ciudad Lineal, barrio de Pueblo Nuevo.

Los inicios del enclave se remontan al siglo XVIII. En 1892 Arturo Soria y Mata integró su ambicioso proyecto de "Ciudad Lineal" alrededor de Madrid, pero que por falta de presupuesto, quedó reducido a los pueblos asentados entre la antigua carretera de Aragón y el Pinar de Chamartín.

Su trazado se distribuye en paralelo a la c/ Alcalá por una orografía irregular. Destaca el ambiente popular del barrio propiciado por la persistencia del comercio de proximidad a pesar de la apertura del centro comercial Alcalá Norte. El desarrollo del barrio tuvo lugar a mediados del siglo pasado, para atender la demanda de vivienda de los inmigrantes nacionales que llegaban a la periferia de Madrid.

El barrio consta de un nivel socioeconómico medio-bajo, donde se muestra un evidente envejecimiento de la población, con alta concentración de familias inmigrantes mayoritariamente procedentes de latino américa (*Padrón Municipal de Habitantes (explotación estadística) - Ayuntamiento de Madrid*, 2020).

2.2. Análisis del alumnado

Esta programación didáctica está diseñada para alumnos de 2º de la ESO, comprendidos en edades entre 12 y 14 años. Suelen ser grupos bastante cohesionados debido a que la mayoría de los alumnos han compartido clase desde primaria, con la incorporación de algún nuevo alumno al comienzo de la etapa de secundaria.

Un aspecto a tener muy en cuenta en estos alumnos es el cambio fisiológico que se produce desde la pubertad a la adolescencia. Según Güemes et al. (2017) se encuentran en la adolescencia inicial, lo que conlleva una serie de factores que pueden influir en el

desarrollo de las clases. Es una edad compleja donde los cambios en los adolescentes se producen a diferentes ritmos madurativos. Además, forman grupos heterogéneos en los que los retrasos o adelantos excesivos en su desarrollo fisiológico y psicológico pueden conllevar implícito una baja autoestima y problemas de adaptación. En ellos aparece una inseguridad de su imagen corporal, producidas por las comparaciones con compañeros. Durante este proceso se genera un descontrol de los impulsos motivados por la búsqueda de su identidad. En esta edad, tienen un sentimiento de independencia hacia sus padres para centrarse en el grupo de sus amigos, generalmente formados por personas del mismo género y que se dejan arrastrar por sus propios intereses.

Otro tema a tener en cuenta en esta edad, es la iniciación al consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias. En la actualidad, además de tener en cuenta estas adiciones a las sustancias químicas, se le añaden las adicciones de las nuevas tecnologías, producidas por el uso excesivo del móvil y las consolas. Asimismo, se observa que muchas veces estas adiciones vienen de forma combinada (Blanco, Rodríguez y Martos, 2016).

Por ello, se debe fomentar la realización de actividades atractivas que les pueda sugerir, que mediante práctica del deporte y buenos hábitos de vida, no solo obtendrán beneficios físicos, sino también ventajas psicológicas y sociales.

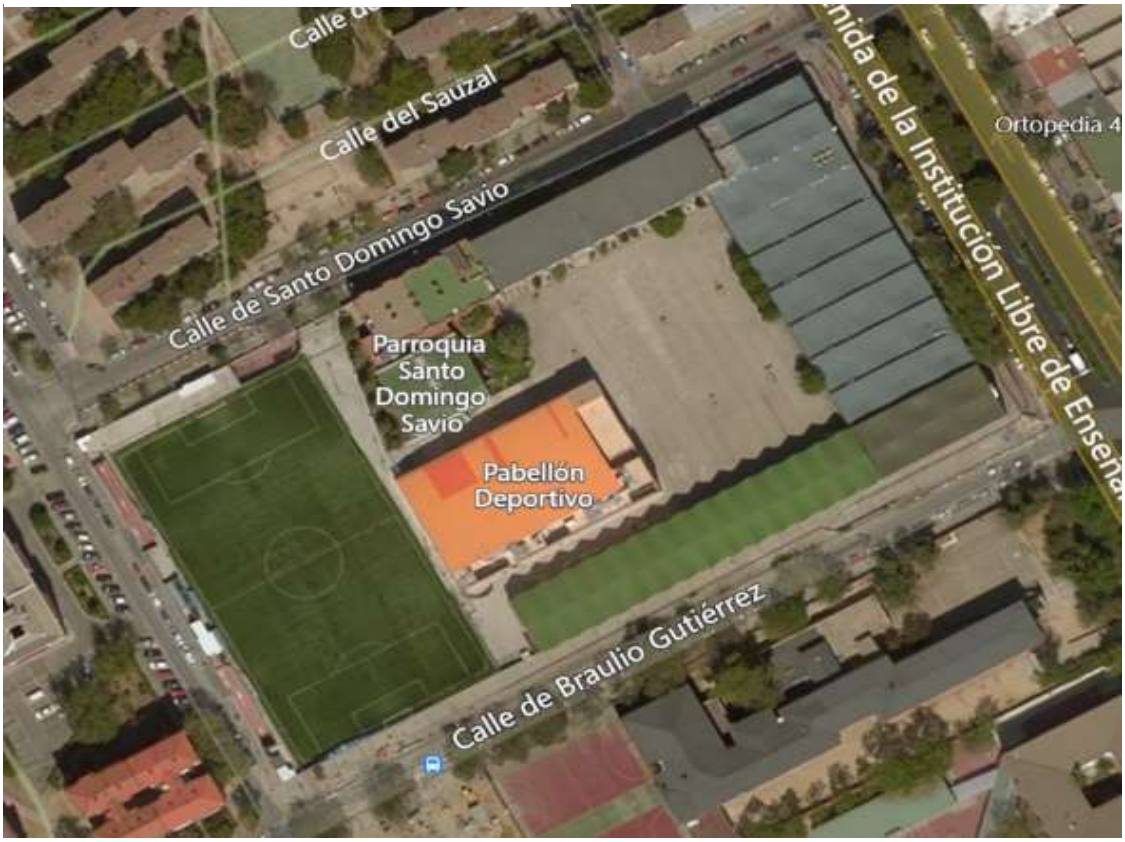
2.3. Trayectoria del centro educativo

El centro fue fundado en 1947 por el salesiano D. Rómulo Piñol, y ha permitido el desarrollo y la transformación del barrio. Esta institución tiene como fin propio el desarrollo de la formación integral de las personas a través de una educación de calidad (Salesianos Domingo Savio, s. f.).

Históricamente ha sido un centro católico orientado al servicio educativo de las personas del barrio donde está ubicado, procurando siempre la implicación de todos los actores, tanto educadores como padres y alumnos. Desde esta institución se fomentan las relaciones personales, atendiendo la diversidad de cada uno de los componentes de la sociedad, siempre con positividad y cordialidad, intentando apuntalar la confianza de los alumnos en sí mismos, para afrontar unidos la construcción de un mundo más justo y solidario.

El centro dispone de 67 aulas y de diferentes instalaciones comunes, entre las que destacan un salón de actos, una sala de conferencias y una parroquia. Además contiene diferentes talleres especializados para los grados de formación profesional que se imparten en el centro. También cuenta con servicio de comedor y cafetería.

Figura 1 Detalle de la instalación



En cuanto a sus instalaciones deportivas, dispone de un polideportivo compartimentarle en tres espacios diferentes, un campo de fútbol 11 de césped artificial que a su vez puede ser utilizado de forma simultánea como dos campos de fútbol 7, dos campos de baloncesto, una pista de fútbol sala y un campo de voleibol.

El centro cuenta con todos los niveles educativos, desde la Educación Infantil hasta Bachillerato, y con distintos Grados de Formación Profesional. En el actual curso 2020/2021 estudian aproximadamente 1600 alumnos repartidos en dieciocho grupos en primaria, dieciséis grupos de secundaria y cuatro de bachillerato. En cuanto a la Formación Profesional, cuatro grupos de grado básico, (administración y gestión; electricidad y electrónica; fabricación mecánica e instalación y mantenimiento; e

informática y comunicaciones), seis de grado medio (grupos de Textil, confección y piel; informática y comunicaciones; administración y gestión; instalación y mantenimiento; electricidad y electrónica; y fabricación mecánica), y diez grupos de grado superior (actividades físicas y deportivas; electricidad y electrónica; fabricación mecánica; imagen personal; educación infantil; textil, confección y piel; instalación y mantenimiento; informática y comunicaciones; administración y gestión; e imagen y sonido).

3. COMPETENCIAS CLAVE

La Unión Europea reclama que los ciudadanos adquieran unas competencias clave para lograr su desarrollo integral y afrontar las necesidades de un mundo globalizado, lo que facilitará el desplazamiento de estudiantes y profesionales a sus Estados miembros. Atendiendo a esta recomendación, se integró en el sistema de educativo español en La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE).

Estas competencias se deben alinear con los objetivos concretados para la Educación Primaria, la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, con el fin de favorecer su consecución durante toda la etapa educativa

El Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, aparecen reflejadas las competencias necesarias establecidas. En su artículo 2c, se definen las competencias como "capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos".

La Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato, refleja las competencias clave del Sistema Educativo Español.

A través de las diferentes unidades didácticas se realizará una contribución general de las distintas competencias, considerando como aportaciones más relevantes la que a continuación de describen:

- **Comunicación lingüística**: Esta competencia contribuirá al conocimiento de términos relacionados con el acondicionamiento físico, la anatomía y la fisiología.

Vocabulario especifico de diferentes deportes y actividades. Además, para la realización elementos de autoevaluación, como exposiciones, trabajos o reflexiones.

- **Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología**: Esta competencia fortalece el conocimiento científico mediante dispositivos digitales y aplicaciones, utilizadas para la medición de distancias, ingesta y valoración del gasto calórico.
- **Competencia digital:** Esta competencia se desarrollará mediante diferentes herramientas TIC y blog donde tendrán los contenidos de la asignatura, y gracias a ellas se podrán desarrollar metodologías como Gamificación o Flipped classroom entre otras. Las TIC que podremos usar serán Lectores QR, Geocaching, Strava, Plikers... Además de otras aplicaciones que utilizaremos para la recogida de datos o información.
- **Aprender a aprender:** Para esta competencia se utilizará una metodología activa, potenciando la autonomía y el autodescubrimiento. Por tanto los alumnos serán capaces de tener una actitud crítica ante la información que reciban de las diferentes actividades y deportes.
- **Competencias sociales y cívicas:** Esta competencia, a través del juego, apoya a la creación de valores cívicos como el liderazgo y la cohesión social. También fomenta el respeto por las opiniones, las expresiones y la tolerancia. Al mismo tiempo, se promueve el autoconocimiento desde la dimensión corporal de su entorno en un contexto de bienestar propio y social (Betancourt et al., 2020).
- **Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor:** Esta competencia se desarrollará permitiendo al estudiante una autonomía y protagonismo en el diseño y realización de actividades, intentando crear unos hábitos de actividad física salud y deporte en el alumnado.
- **Conciencia y expresiones culturales:** Esta competencia se ejecutará mediante el conocimiento de juegos y deportes como hecho cultural. Mediante las expresiones corporales y artísticas se contribuirá al conocimiento de los hábitos saludables de diferentes culturas.

4. RELACIÓN DE COMPETENCIAS CLAVE CON ELEMENTOS CURRICULARES

La Orden ECD/65/2015 determina que se debe establecer una estrecha relación entre las competencias clave y los objetivos definidos para cada etapa educativa, con el fin de que a lo largo de todo el ciclo formativo se adquieran estas capacidades, Proporcionando de esta manera a nuestros alumnos una formación integral, una mejora personal y un eficaz egreso hacia nuestra sociedad.

En aplicación de lo referido en la citada orden, detallamos la relación existente entre cada competencia con otros elementos curriculares, que por otra parte, serán desarrollados y explicados a lo largo de este documento.

Tabla1. *Relación de elementos curriculares y competencias.*

Competencias	Objetivos de Etapa	Unidad Didáctica	Contenidos	Criterios de Evaluación	Estándares de aprendizaje.
CMCT AA	D. K.	Nos conocemos	Salud	4 - 5	4.1 5.1 – 5.2
AA CL CSC SIEE	A. C. J. K.	Copa del mundo	Actividades de colaboración oposición: fútbol	3 - 4– 6- 7	3.1 - 3.1 - 3.3 - 3.4 - 4.4 6.1 - 6.2 - 7.3
CSC SIEE	F. G. K.	Circo del Lugar	Habilidades gimnasticas	1 –3 - 7 –9	1.1 – 1.2 - 1.3 – 1.4 -1.5 6.3
CL CD CSC SIEE CEC	C. D. E. F. J. K. L.	Influencer saludable	Salud	4 -5 -10	4.1 - 4.2 - 4.3 - 4.4 - 4.5 4.6 – 5.3 - 5.4 – 10.1- 10.2
CEC SIEE DS CSC	C. D. G. K. L.	Échame una mano	Actividades artístico expresivas: acroesport	2 – 7- 9	2.1 - 2.2 - 2.3 - 2.4 - 7.2- 9.3
CD AA	F. K.	Pilates	La respiración	5	5,3
CL CCMCT SC	A.D. K.	Subiendo a la cima	Actividades en medio no estable: Escalada	1 -7- 8 – 9	1.5-7.2- 8.1 - 8.2 – 8.3- 9.2- 9.3
DL CD AA	C. D. E. I. K.	Hajime!!	JUDO	1-3-4-7-9	1.1-1.4-3.2-3.3-3.4-4.4-7.1-9.1
CMCT AA	D. K.	¿Cuánto hemos cambiado?	Salud	5	5.1 – 5.2 -5.3

5. OBJETIVOS DE ETAPA:

Para la programación de 2º de ESO se utilizan los Objetivos Generales de Etapa descritos 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.

Los objetivos de etapa están pensados para ayudar a que nuestros alumnos adquieran las siguientes habilidades, que han sido extraídas de la citada norma:

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.
b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar 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.
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.
e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.
k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.
l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación."

Para conseguir que los estudiantes obtengan estos frutos al finalizar la etapa, aplicaremos durante este curso una adaptación práctica al grupo en todos y cada uno de los objetivos marcados:

a) Creando la figura de jefe de clase, que irá rotando entre todos sus componentes y será responsable de ayudar al profesor en el control de material utilizado en la sesión. También será el encargado de dirigir el calentamiento inicial, bajo la dirección del docente.
b) Estableciendo unas normas y rutinas de comportamiento tanto al inicio de la sesión como a la finalización de la misma.

c) Elaboración de grupos mixtos donde todos ejecuten las mismas actividades, para eliminar los estereotipos preestablecidos, poniendo como ejemplos de superación a deportistas de ambos sexos.
d) Realización de juegos en equipo en el que sea necesario el trabajo todos los componentes para resolver las dificultades y conseguir el objetivo final. En las normas existirán penalizaciones a los comportamientos discriminatorios o violentos.
e) Mediante la realización de alguna sesión de algún deporte minoritario que les resulte atractivos y llame su atención, proporcionándoles enlaces de páginas Web para que profundicen en su normativa y metodología.
f) Utilizar conceptos aprendidos en otras materias para explicar nociones específicas del deporte.
g) Realización de sus propias rutinas con diferentes dificultades para la exposición y explicación a sus compañeros de clase.
h) Realización de trabajos escritos y exposición oral de los mismos, utilizando páginas Web para la búsqueda de información mediante artículos, y el uso de TIC en sus presentaciones.
i) Utilización de terminología propia del deporte, alternando el idioma en el que se imparten las clases.
j) Conocimiento de juegos y deportes autóctonos de otros países.
k) Conocimiento de nuestro cuerpo, de las pautas de una alimentación saludable y los beneficios del deporte, alternando, en la medida de lo posible, las clases en el centro con salidas programadas al medio natural.
l) Realización de actividades que estimulen la creatividad de los alumnos.

6. CONTENIDOS

El Real Decreto 1105/2014 de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, define los contenidos como: “el conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que contribuyen al logro de los objetivos de cada enseñanza y etapa educativa y a la adquisición de competencias. Los contenidos se ordenan en asignaturas, que se clasifican en materias y

ámbitos, en función de las etapas educativas o los programas en que participe el alumnado".

El artículo 3º del citado Real Decreto 1105/2014 faculta a las Comunidades Autonómicas para completar el contenido de las asignaturas que conforman los currículos de las enseñanzas previstas en ella.

El DECRETO 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno aprueba el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria para la comunidad de Madrid. En él se marcan los contenidos oficiales para la asignatura de educación física de 2º de ESO y que a continuación se relacionan:

1. **"Actividades individuales en el medio estable:**

- Habilidades gimnásticas y acrobáticas.
- Saltos, giros, equilibrios volteos; ajuste de las habilidades a los modelos técnicos básicos.
- Descripción de los movimientos y capacidades motrices implicadas.
- Formas de evaluar el nivel técnico en las habilidades específicas de las actividades gimnásticas y acrobáticas
- Aspectos preventivos de las actividades gimnásticas y acrobáticas: calentamiento específico, ayudas, ajuste de las actividades al nivel de habilidad.
- Valoración del esfuerzo personal en los aprendizajes.

2. **Actividades de adversario: lucha**

- Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de la lucha. Agarres, desequilibrios, caídas, reequilibrios.
- Respeto y aceptación de las normas reglamentarias de las actividades de lucha.
- Autocontrol ante las situaciones de contacto físico.
- La figura del ganador y el significado del adversario en el deporte actual. Modelos de conducta de los ganadores. El respeto y la consideración como valores propios de estas actividades.

3. **Actividades de colaboración-oposición: fútbol**

- Habilidades específicas del fútbol. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.

- Dinámica interna, aplicación de las habilidades para cumplir los principios estratégicos del fútbol. Capacidades implicadas.
- Estímulos relevantes que en el fútbol condicionan la conducta motriz. Situación de jugadores, balón y portería, espacios de juego.
- La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos.

4. Actividades en medio no estable:

- Trepa y recorridos horizontales de escalada. Capacidades implicadas. Medidas de seguridad y control de riesgos.
- Nudos; realización y procedimientos de verificación de la seguridad,
- Instalaciones urbanas y entornos naturales para las actividades de trepa y escalada; conductas de cuidado del entorno que se utiliza.

5. Actividades artísticas expresivas: acrossport

- Calidades de movimiento y expresividad.
- Significados de los gestos en el lenguaje no verbal.

6. Salud:

- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas.
- 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.
- Los niveles saludables en los factores de la condición física.
- Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas.
- Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.

7. La respiración. Tipos y combinación de la respiración con la actividad física y con la relajación."

7. SECUENCIACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

La programación ha sido planificada en función de la orden 1390/2020 del Consejero de Educación y Juventud por la que se establece el calendario escolar para el curso 2020-2021 en los centros educativos no universitarios sostenidos con fondos públicos de la Comunidad de Madrid (Anexo III).

Este curso académico se ha distribuido a lo largo de 67 sesiones ordinarias para el desarrollo completo de todas las unidades didácticas. Finalizado este periodo de tiempo y evaluados los alumnos, se ha dispuesto un periodo de siete días para el desarrollo de sesiones ampliatorias.

Durante el tiempo extraordinario convivirán alumnos que tienen la materia aprobada y aquellos otros que han obtenido una calificación insuficiente, por lo que debemos plantear diferentes tipos de actividades para cada uno de los grupos:

- Los alumnos aprobados realizarán actividades encaminadas a la ampliación de conocimientos de la materia con el punto de mira puesto en el siguiente curso. Se propondrán diferentes dinámicas como la práctica deportiva variada o el estudio y visionado de documentos de actividades deportivas, haciéndoles reflexionar sobre ellos.
- Los alumnos suspensos se centraran en actividades de apoyo, refuerzo y recuperación de la asignatura. El profesor atenderá y guiará a los alumnos en la realización de actividades y tareas que no pudieron terminar o no fueron superadas durante los trimestres.

Una correcta planificación de programación debe ser fundamental para guiarnos en los pasos que debemos dar con el fin de llevar a buen término los objetivos marcados inicialmente, sin que adversidades imprevistas nos desvíen en demasía de nuestra línea marcada. Por ello, a la hora de realizar la programación se ha tenido en cuentas muchos factores entre los que destacamos:

- La duración de las evaluaciones.
- La posible climatología.
- La disposición de espacios y materiales.
- La distribución equilibrada de deporte, condición física y salud.

En la tabla que a continuación se presenta se puede observar la secuenciación de las unidades didácticas, reflejando el trimestre en el que se expondrán los contenidos, el número de sesiones empleado en cada una de ellas y la fecha de inicio y final de las mismas.

Tabla 2. *Secuenciación UD*

Dias de clase Martes y Jueves		**68 Horas / Días**	
1ºTrimestre 09/09 -26/11	23 días	Salud 3	10/09 – 17/09
		Fútbol 10	22/09 – 22/10
		Habilidades gimanasticas 10	27/10 – 26/11
2º Trimestre 27/11 – 05/03	22 días	Salud 6	1/12 - 22/12
		Acrosport 10	12/01 – 11/2
		La respiración 4	16/02 – 25/02
3ºTrimestre 08/03 – 28/05	22 días	Escalada 10	02/03 - 08/04
		Judo 10	15/04 – 15/05
		Salud 4	18/05 – 27/05
Extra	7 días	Ampliación*	01/06 – 22/06
*Durante este tiempo el grupo podrá estar dividio en subgrupos de aprobados y suspensos, para realizar actividades marcadas para cada uno de ellos.			

8. UNIDADES DIDÁCTICAS

En la programación de aula, el elemento más significativo es la unidad didáctica. Según Rodríguez (2010), es el instrumento mediante el cual el docente planifica y organiza toda su actividad educativa, ajustando los procesos de enseñanza – aprendizaje al grupo y toda su diversidad.

Además, permitirá que el docente realice una secuenciación razonada para el desarrollo correcto de los objetivos a lo largo del curso, sin perder de vista la perspectiva de los diferentes niveles educativos que poseen los alumnos.

La unidad didáctica es considerada por Sánchez (2002) como el elemento básico de la programación, alineando de una manera sencilla los objetivos programados con el trabajo diario que realizan los alumnos.

Tabla 3. *Unidades didácticas*

Trimestre	Unidad Didadtica	Contenido	Secuenciación
1ºTrimestre	Nos conocemos	Salud 3	10/09 – 17/09
	Copa del mundo	Fútbol 10	22/09 – 22/10
	Circo del Lugar	Habilidades gimanasticas 10	27/10 – 26/11
2º Trimestre	Influenser saludable	Salud 6	1/12 - 22/12
	Echame una mano	Acroesport 10	12/01 – 11/2
	Pilates	La respiración 4	16/02 – 25/02
3ºTrimestre	Subiendo la cima	Escalada 10	02/03 - 08/04
	Hajime!!	Judo 10	15/04 – 15/05
	¿Cuanto hemos cambiado?	Salud 4	18/05 – 27/05
Extra	7 días	Ampliación	01/06 – 23/06

Como podemos observar en la tabla, se comienza el curso con una Unidad Didáctica de Salud, pretendiendo obtener imformación sobre el estado físico de nuestros alumnos. Esto nos servirá de guía para aplicar mayor o menor intensidad en el desarrollo de las sesiones del resto de Unidades Didácticas.

Para finalizar, se realizará con otra Unidad Didáctica de Salud que nos permitirá comparar los cambios en el nivel fisico de nuestros alumnos al inicio del curso y al final del mismo, pudiendo realizar una valoración de la contribución que ha aportado la asignatura en la mejora general de su condición física de los estudiantes.

De esta manera, los alumnos podrán concienciarse de las ventajas que puede ofrecerles una vida saludable con una alimentación equilibrada y con una práctica diaria de actividad física y deportiva.

Tabla 4. *UD. Salud*

<table>
<tr><td colspan="2">Nos conocemos</td><td>Sesiones: 3</td></tr>
<tr><td>OG</td><td colspan="2">D K</td></tr>
<tr><td>Competencias clave</td><td colspan="2">AA CMCCT</td></tr>
<tr><td>Contenidos</td><td colspan="2">- 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.</td></tr>
<tr><td>Objetivos</td><td colspan="2">- Conocer el estado físico de los alumnos:
- Velocidad
- Resistencia
- Fuerza
- Flexibilidad
- Coordinación</td></tr>
<tr><td>Metodología</td><td colspan="2">Micro-enseñanza, mando directo</td></tr>
<tr><td>Recursos</td><td colspan="2">Espaciales: Patio, Campo de fútbol.
Materiales: Conos, Cuerdas, Aros</td></tr>
<tr><td>Secuenciación</td><td colspan="2">1. Coordinación
2. Fuerza - Flexibilidad
3. Resistencia</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Evaluación Porcentaje: 3%</td><td>Criterios de Evaluación:
4
5</td><td>Estándares de evaluación:
4.1
5.1- 5.2</td></tr>
<tr><td colspan="2">Instrumentos: lista de control, ficha de observación</td></tr>
<tr><td>Atención a la diversidad</td><td colspan="2">1.1 2.1 3.1 4.4 6.1 7.1 8.1</td></tr>
</table>

Tabla 5. *UD Fútbol*

<table>
<tr><td colspan="2">Copa del mundo</td><td>Sesiones: 10</td></tr>
<tr><td>OG</td><td colspan="2">A C J K</td></tr>
<tr><td>Competencias clave</td><td colspan="2">CL AA CSC SIEE</td></tr>
<tr><td>Contenidos</td><td colspan="2">- Habilidades específicas del fútbol. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.
- Dinámica interna, aplicación de las habilidades para cumplir los principios estratégicos del fútbol. Capacidades implicadas
- Estímulos relevantes que en el fútbol condicionan la conducta motriz. Situación de jugadores, balón y portería, espacios de juego.
- La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos.</td></tr>
<tr><td>Objetivos</td><td colspan="2">- Conocer y ejecutar las principales acciones del fútbol.
- Controlar el balón y realizar estrategias de fútbol.</td></tr>
<tr><td>Metodología</td><td colspan="2">Asignación de tareas, trabajo por grupos, enseñanza reciproca</td></tr>
<tr><td>Recursos</td><td colspan="2">Espaciales: Campo de fútbol
Materiales: Balones de fútbol, conos, escaleras</td></tr>
<tr><td>Secuenciación</td><td colspan="2">1. Familiarización
2. Control de balón I
3. Control de balón II
4. Pases I
5. Pases II
6. Tiro
7. Jugadas I
8. Jugadas II
9. Preparación física
10. Torneo</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Evaluación Porcentaje: 15%</td><td>Criterios de Evaluación:
3
4
6
7</td><td>Estándares de evaluación:
3.1 – 3.2 - 3.3 - 3.4
4.4
6.1- 6.2
7.3</td></tr>
<tr><td colspan="2">Instrumentos: lista de control, ficha de observación</td></tr>
<tr><td>Atención a la diversidad</td><td colspan="2">1.2 1.3 2.1 3.1 4.1 4.3 4.4 5.1 6.1</td></tr>
</table>

Tabla 6. *UD Habilidades gimnasticas*

<table>
<tr><td colspan="2">Circo del Lugar</td><td>Sesiones: 10</td></tr>
<tr><td>OG</td><td colspan="2">F G K</td></tr>
<tr><td>Competencias clave</td><td colspan="2">CSC SIEE</td></tr>
<tr><td>Contenidos</td><td colspan="2">- Habilidades gimnásticas y acrobáticas.
- Saltos, giros, equilibrios volteos; ajuste de las habilidades a los modelos técnicos básicos.
- Descripción de los movimientos y capacidades motrices.
- Formas de evaluar el nivel técnico en las habilidades específicas de las actividades gimnásticas y acrobáticas
- Aspectos preventivos de las actividades gimnásticas y acrobáticas: calentamiento específico, ayudas, ajuste de las actividades al nivel de habilidad.
- Valoración del esfuerzo personal en los aprendizajes.</td></tr>
<tr><td>Objetivos</td><td colspan="2">- Conocer y aprender principales elementos técnicos.
- Practicar las principales habilidades motrices.</td></tr>
<tr><td>Metodología</td><td colspan="2">Asignación de tareas, grupos reducidos</td></tr>
<tr><td>Recursos</td><td colspan="2">Espaciales: gimnasio
Materiales: Colchonetas, Potro, pelotas</td></tr>
<tr><td>Secuenciación</td><td colspan="2">1. Familiarización
2. Giros I
3. Giros II
4. Equilibrios
5. Posiciones invertidas
6. Coordinación de elementos
7. Parkour I
8. Parkour II
9. Saltos I
10. Saltos II</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Evaluación Porcentaje: 15,33%</td><td>Criterios de Evaluación:
1
6</td><td>Estándares de evaluación:
1.2 – 1.2 – 1.3 – 1.4 – 1.5
6.3</td></tr>
<tr><td colspan="2">Instrumentos: lista de control, ficha de observación</td></tr>
<tr><td>Atención a la diversidad</td><td colspan="2">1.2 1.3 2.1 3.1 4.3 4.4 5.1 6.1 7.1</td></tr>
</table>

Tabla 7. *UD Salud.*

<table>
<tr><td colspan="2">Un influencer saludable</td><td>Sesiones: 6</td></tr>
<tr><td>OG</td><td colspan="2">C D E F J K L</td></tr>
<tr><td>Competencias clave</td><td colspan="2">CL CD CSC SIEE CEC</td></tr>
<tr><td>Contenidos</td><td colspan="2">- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas.
- Los niveles saludables en los factores de la condición física.
- Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas.
- Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.</td></tr>
<tr><td>Objetivos</td><td colspan="2">- Saber los hábitos saludables
- Conocer los hábitos saludables y no saludables del entorno.</td></tr>
<tr><td>Metodología</td><td colspan="2">Trabajo por proyectos, gamificación</td></tr>
<tr><td>Recursos</td><td colspan="2">Espaciales: Gimnasio
Materiales: Tablet/móvil, pesas, balones, gomas, colchonetas, cuerdas.</td></tr>
<tr><td>Secuenciación</td><td colspan="2">1. Tipos de hábitos saludables
2. Actividad física en el pasado
3. Actividad física en el presente
4. Alimentación e hidratación
5. Riesgos para la salud
6. Análisis completo</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Evaluación Porcentaje: 13,33%</td><td>Criterios de Evaluación:
4
5
10</td><td>Estándares de evaluación:
4.1 4.2 4.3 4.4 4.5 4.6
5.3 5.4
10.1 10.2</td></tr>
<tr><td colspan="2">Instrumentos: Portfolio, rúbrica.</td></tr>
<tr><td>Atención a la diversidad</td><td colspan="2">1.2 3.1 3.2 5.1 8.1</td></tr>
</table>

Tabla 8. UD Acrosport

<table>
<tr><td colspan="2">Échame una mano</td><td>Sesiones: 10</td></tr>
<tr><td>OG</td><td colspan="2">C D G K L</td></tr>
<tr><td>Competencias clave</td><td colspan="2">CD CSC SIEE CEC</td></tr>
<tr><td>Contenidos</td><td colspan="2">- Calidades de movimiento y expresividad.
- Significados de los gestos en el lenguaje no verbal.</td></tr>
<tr><td>Objetivos</td><td colspan="2">- Conocer y realizar principales figuras
- Construir una coreografía con las figuras</td></tr>
<tr><td>Metodología</td><td colspan="2">Trabajo por grupos, sinéctica.</td></tr>
<tr><td>Recursos</td><td colspan="2">Espaciales: Gimnasio
Materiales: Colchonetas</td></tr>
<tr><td>Secuenciación</td><td colspan="2">1. Familiarización
2. Acrobacias
3. Figuras por parejas
4. Figura por tríos
5. Figuras por grupos
6. Agrupaciones y transiciones
7. Figuras con ritmo
8. Creando coreografía I
9. Creando coreografía II
10. Exhibición</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Evaluación Porcentaje: 15%</td><td>Criterios de Evaluación:
2
7
9</td><td>Estándares de evaluación:
2.1 – 2.2 – 2.3 – 2.4
7.2
9.3</td></tr>
<tr><td colspan="2">Instrumentos: lista de control, ficha de observación</td></tr>
<tr><td>Atención a la diversidad</td><td colspan="2">1.2 2.1 3.1 4.1 4.3 4.4 6.1 7.1</td></tr>
</table>

Tabla 9. *UD Respiración*

<table>
<tr><td colspan="2">Pilates</td><td>Sesiones: 4</td></tr>
<tr><td>OG</td><td colspan="2">F K</td></tr>
<tr><td>Competencias clave</td><td colspan="2">CD AA</td></tr>
<tr><td>Contenidos</td><td colspan="2">- Control de la respiración
- Control postural
- Capacidad de Concentración / relajación</td></tr>
<tr><td>Objetivos</td><td colspan="2">- Conocer el Pilates
- Conseguir controlar la respiración</td></tr>
<tr><td>Metodología</td><td colspan="2">Enseñanza recíproca, enseñanza modular</td></tr>
<tr><td>Recursos</td><td colspan="2">Espaciales: Gimnasio
Materiales: Colchonetas, balones.</td></tr>
<tr><td>Secuenciación</td><td colspan="2">1. Iniciación al Pilates
2. Pilates + Respiración
3. Pilates + Postura
4. Pilates como AF</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Evaluación Porcentaje: 5%</td><td>Criterios de Evaluación:
5</td><td>Estándares de evaluación:
5.3</td></tr>
<tr><td colspan="2">Instrumentos: lista de control, ficha de observación</td></tr>
<tr><td>Atención a la diversidad</td><td colspan="2">1.2 3.1 3.2 4.2 4.3 6.1</td></tr>
</table>

Tabla 10. *UD Escalada*

<table>
<tr><td colspan="2">Subiendo a la cima</td><td>Sesiones: 10</td></tr>
<tr><td>OG</td><td colspan="2">A D K</td></tr>
<tr><td>Competencias clave</td><td colspan="2">CL CCMCT SC</td></tr>
<tr><td>Contenidos</td><td colspan="2">- Trepa y recorridos horizontales de escalada. Capacidades implicadas. Medidas de seguridad y control de riesgos.
- Nudos; realización y procedimientos de verificación de la seguridad,
- Instalaciones urbanas y entornos naturales para las actividades de trepa y escalada; conductas de cuidado del entorno que se utiliza.</td></tr>
<tr><td>Objetivos</td><td colspan="2">- Conocer y aprender distintos nudos.
- Conocer las principales presas
- Aprender las técnicas básicas de escalada
- Aprender a asegurar a compañeros</td></tr>
<tr><td>Metodología</td><td colspan="2">Asignación de tareas, descubrimiento guiado</td></tr>
<tr><td>Recursos</td><td colspan="2">Espaciales: Rocódromo
Materiales: Cuerdas, arnés, aros…</td></tr>
<tr><td>Secuenciación</td><td colspan="2">1. Familiarización
2. Nudos
3. Tipos de escalada
4. Tipos de Presas
5. Técnicas de escalada I
6. Técnicas de escalada II
7. Escalada asegurando
8. Bulder.
9. Escalada clásica
10. Competición</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Evaluación Porcentaje: 15%</td><td>Criterios de Evaluación:
1
7
8
9</td><td>Estándares de evaluación:
1.5
7.2
8.1 – 8.2 – 8.3
9.2 – 9.3</td></tr>
<tr><td colspan="2">Instrumentos: lista de control, ficha de observación</td></tr>
<tr><td>Atención a la diversidad</td><td colspan="2">1.2 1.3 2.1 3.1 4.1 4.4 6.1 7.1</td></tr>
</table>

Tabla 11. *UD Judo*

<table>
<tr><td colspan="2">Hajime!!</td><td>Sesiones: 10</td></tr>
<tr><td>OG</td><td colspan="2">C D I K</td></tr>
<tr><td>Competencias clave</td><td colspan="2">CL CD AA</td></tr>
<tr><td>Contenidos</td><td colspan="2">- Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de la lucha. Agarres desequilibrios, caídas, reequilibrios.
- Respeto y aceptación de las normas reglamentarias de las actividades de lucha.
- Autocontrol ante las situaciones de contacto físico.
- La figura del ganador y el significado del adversario en el deporte actual. Modelos de conducta de los ganadores. El respeto y la consideración como valores propios de estas actividades.</td></tr>
<tr><td>Objetivos</td><td colspan="2">- Conocer del medio en el que se realiza.
- Aprender las caídas, inmovilizaciones y técnicas básicas.
- Saber los elementos técnicos del deporte.
- Conocer las habilidades básicas que se desarrollan en el deporte.</td></tr>
<tr><td>Metodología</td><td colspan="2">Descubrimiento guiado, ABJ Mando directo</td></tr>
<tr><td>Recursos</td><td colspan="2">Espaciales: Gimnasio
Materiales: Colchonetas, cinturones, pelotas, antifaces</td></tr>
<tr><td>Secuenciación</td><td colspan="2">1. Familiarización
2. Caidas
3. Caidas II
4. Judo suelo (volteos)
5. Judo suelo (inmovilización)
6. Judo pie (agarre)
7. Judo pie (técnicas)
8. Judo Competición (normas)
9. Judo para ciegos
10. Juego Final</td></tr>
<tr><td>Evaluación Porcentaje: 15,34%</td><td>Criterios de Evaluación:
1
3
4
7
9</td><td>Estándares de evaluación:
1.1 – 1.4
3.2 – 3.3 – 3.4
4.4
7.1
9.1</td></tr>
</table>

	Instrumentos: lista de control, ficha de observación
Atención a la diversidad	1.2 2.1 3.1 4.1 4.3 4.4 5.1 6.1 7.1

Tabla 12. *UD Salud*

¿Cuánto hemos cambiado?		Sesiones: 4
OG	D K	
Competencias clave	AA CMCCT	
Contenidos	- 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.	
Objetivos	- Conocer el estado físico. - Velocidad - Resistencia - Fuerza - Flexibilidad - Coordinación	
Metodología	Micro- enseñanza, mando directo	
Recursos	**Espaciales:** patio, gimnasio aula de informática **Materiales:** Conos, Aros.	
Secuenciación	1. Coordinación 2. Fuerza – Flexibilidad 3. Resistencia	
Evaluación Porcentaje: 3%	Criterios de Evaluación: 5	Estándares de evaluación: 5.1 – 5.2 – 5.3
	Lista de control	
Atención a la diversidad	1.1 2.1 3.1 4.4 6.1 7.1	

9. METODOLOGÍA

La metodología se centra en lograr que los alumnos adquieran las competencias establecidas. Se adaptarán las metodologías a las capacidades del docente para realizarlas con actividades que faciliten el aprendizaje de los estudiantes. El RD 1105/2014 define la metodología como un conjunto de procedimientos y acciones que, de manera organizada y planeada por el docente, facilite al alumno la asimilación de los conceptos para la consecución de los objetivos programados.

Con el paso de los años, la enseñanza de la educación física ha evolucionado desde unos métodos iniciales instructivos, donde el peso de la sesión recaía básicamente en el docente, hacia unos métodos en los cuales el alumno participa de una forma mucho más activa.

Se debe favorecer la creación de un ambiente participativo en el que los estudiantes se conciencien de la importancia que tienen tanto sus aportaciones como participaciones individuales durante el proceso de aprendizaje colaborativo o cooperativo (Solaz-Portolés, Del Campo y Sanjosé, 2016).

La metodología que se utilice, debe permitir que el alumno vaya adquiriendo gradualmente la capacidad de trabajo autónomo. Debiendo tener en cuenta las características personales y el entorno de los estudiantes, los contenidos a impartir y los objetivos que se quieren lograr. Según Delgado (1991), los docentes deberán afrontar este proceso con diferentes estilos de enseñanza, en el sentido más amplio del concepto, adaptándose no solo a las relaciones personales del proceso didáctico, sino también a la organización del grupo socio-afectivo de clase.

9.1. Estilos de enseñanza

Delgado (1991) realizó una propuesta de estilos de enseñanza a nivel nacional, creando dos grandes grupos: los estilos reproductivos y los estilos productivos. Estos se subdividen en los siguientes estilos de enseñanza que se organizan desde los que tienen un menor poder de decisión del estudiante, como los tradicionales, hasta aquellos que otorgan mayor autonomía, responsabilidad y participación al alumno en el desarrollo de las actividades diarias.

- **Estilos de enseñanza tradicionales**: Caracterizados por el control que el profesor ejerce sobre el proceso de enseñanza – aprendizaje. El alumno adopta un papel es pasivo en la toma de decisiones con una disciplina de aula rígida impuesta por el profesor.
- **Estilos que fomentan la individualización:** Este método se apoya en el conocimiento profundo que el profesor tiene de sus alumnos. El docente deberá planificar y elegir las actividades en función de la capacidad y el ritmo de aprendizaje de los estudiantes.
- **Estilos participativos**: Están basados en la posibilidad de que el alumno sea parte de la enseñanza. El profesor delegará funciones en distintas situaciones que serán asumidas por los alumnos, recibiendo feedback para facilitar el desarrollo de la sesión.
- **Estilos socializadores**; Su objetivo principal es impulsar las relaciones entre los alumnos. El profesor propone unas actividades y pasa a un segundo plano, realizando funciones de mediador y fomentando la participación de sus alumnos, que pasan a ser el protagonista de su propio proceso formativo.
- **Estilos cognoscitivos**: El método está basado en el descubrimiento guiado. El profesor plantea unas cuestiones y los alumnos son guiados mediante feedback hasta llegar a la resolución de los problemas.
- **Estilos creativos**: Estos estilos están basados en el concepto de Sinéctica, llegando a la resolución de los problemas a través de la asociación de múltiples factores que por separado no tienen ningún significado. El alumno es libre de realizar actividades independientemente del concepto en el que se esté trabajando. Se potencia la autonomía del individuo para favorecer la resolución de los problemas planteados.

Según Ion y Cano (2012), la metodología actual tiene la prioridad de enseñar para adquirir las competencias, colocando al docente como la persona que facilita el aprendizaje y al alumno en la diana de todo el proceso. Para Blázquez (2016), los métodos que favorecen la adquisición de las competencias se obtienen a través del aprendizaje por proyectos, basados en resolución de problemas o modelos cooperativos.

Según Rodriguez et al. (2017) las metodologías activas se utilizan con el objetivo de mantener al alumno atento, desarrollando el trabajo en equipo. Esta metodología se

realiza de muchas formas tales como el aprendizaje basado en proyectos, el método de casos o el aprendizaje colaborativo.

La utilización de estilos de enseñanza activos y centrados en el estudiante, se relacionan con un estado motivacional más beneficioso. Además, provocan una aprobación y satisfacción hacia la materia y un fomento de la práctica motriz de manera regular (Zapatero, 2017).

Por otra parte, se debe tener cuenta los estilos de enseñanza cognoscitivos ya que mejoran significativamente el sentimiento de control. Este modelo de enseñanza es uno de los pasos más importantes para el progreso de las capacidades, siendo más sencillo aprender interactuando con los demás, a la vez que comparte e intercambia la información obtenida para resolver los problemas presentados.

En la enseñanza moderna, no se debe olvidar el aprendizaje basado en juegos (ABJ), con la intención de que el alumno asimile contenidos didácticos mediante la realización de juegos preestablecidos (Plass, Homer, y Kinzer, 2015), ya que aporta mayor motivación y participación en la actividad. Esta metodología provoca que los estudiantes sean capaces de razonar autónomamente, tomando sus propias decisiones para resolver las dificultades surgidas y corregir sus propios fallos, profundizando y asimilando mejor los conceptos.

Por otra parte, el profesor recibe información que le sirve para analizar las elecciones que toman sus alumnos antes las dificultades surgidas durante el juego, pudiendo comprobar si los conocimientos obtenidos y su comprensión son los adecuados, detectando, por otra parte, si durante el desarrollo de la asignatura existen puntos débiles que puedan provocar fallos de aprendizaje.

Para finalizar, el docente debe encontrar el método más idóneo para maximizar la eficacia en el proceso de aprendizaje. Buscará siempre la mejor opción y la que más se ajuste a la educación secundaria, primando la individualización y la participación activa de los alumnos.

Esta programación utiliza metodologías distintas en función de las diferentes técnicas y estilos de enseñanza existentes. En aquellos contenidos donde la dificultad se encuentra en la decisión para obtener una o varias soluciones, se optará por una enseñanza más

cognoscitiva fomentando que el alumno realice un mayor esfuerzo para obtener una educación más autónoma. En cambio, para las actividades cuya ejecución sea muy técnica donde las soluciones válidas son muy escasas y la presencia del profesor se considera imprescindible, se utilizarán métodos más tradicionales.

9.2. Actividades de aprendizaje.

Las actividades de aprendizaje se pueden definir como un conjunto organizado de acciones orientadas, para dotar al alumno de escenarios donde se fijen y se empleen los conocimientos, y demuestren las competencias adquiridas.

En cualquier proceso de aprendizaje, las actividades son el eje fundamental, por lo que es necesario analizar los diferentes tipos para tener una correcta planificación educativa. El análisis correcto de las actividades propuestas y un enfoque adecuado de las mismas proporcionará una valiosa información sobre el perfil docente. Medina y Aibar (1990) recalcan que la calidad de la enseñanza y el aprendizaje están íntimamente determinados por la realización de actividades.

Díaz (1994) establece una clasificación de las actividades atendiendo al proceso educativo:

- **Actividades de motivación:** Con el fin de incitar al estudiante hacia la consecución de los contenidos planteados.
- **Actividades de iniciación:** Permiten al profesor interpretar los conocimientos previos que tienen los alumnos del contenido a estudiar.
- **Actividades de desarrollo:** Utilizadas para el desarrollo principal del contenido.
- **Actividades de consolidación:** Ayudaran a asentar los conocimientos adquiridos**.**
- **Actividades de refuerzo:** Se empelan para corregir deficiencias en el aprendizaje.
- **Actividades de ampliación:** Se utilizan para incrementar en los conocimientos de los alumnos aventajados.
- **Actividades de profundización:** Previstas para contenidos que crean gran curiosidad.
- **Actividades de síntesis:** Aplicadas por el docente para verificar la comprensión del contenido.

Al comienzo de las unidades didácticas se incluyen actividades de motivación e iniciación para levantar la inquietud del conocimiento de la materia en los alumnos y obtener una base de partida para la presentación del contenido. Se continúa con actividades de desarrollo y consolidación con el fin de asimilar y asentar los contenidos de la unidad didáctica. Finalizando con actividades de síntesis para comprobar el alcance de los conocimientos alcanzados. La programación ha sido desarrollada generalmente con esta dinámica.

9.3. Feedback

En la educación, y más concretamente en el ámbito de la actividad física y el deporte, el feedback se define como "todas aquellas informaciones, correcciones y modificaciones que el profesor aporta al alumno con objeto de que este mejore en sus acciones y/o comportamientos" (Fernández y González, 2019).

Existen múltiples clasificaciones para el feedback. Barrena (2011) los organiza en función del momento, de la dirección y de la intención. Pero para Schmidt (1993) y Franco (2002) el feedback también puede dividirse en intrínseco y extrínseco. Para este curso académico se usará la clasificación que ofrecen Fernández y González (2019) donde lo clasifican en cinco aspectos: la finalidad, el momento, el foco, el destinatario y la valoración.

Durante las sesiones de educación física dependiendo del momento y del caso que esté sucediendo la acción y de la actitud mostrada de los alumnos, se realizará un tipo u otro de feedback, o incluso una combinación de ellos. Siempre que sea posible, se intentará realizarlo de forma concurrente e individual centrándolo en el proceso de la acción, para favorecer al alumno en su proceso de enseñanza.

9.4. Canales de comunicación

Determinados autores (Kraft y Dougherty, 2013; Shirvani, 2007) afirman que existe una estrecha dependencia entre la comunicación padres-docentes y los mejores resultados académicos de los estudiantes.

Se intentará mantener una doble comunicación con los padres. Por un lado de forma unidireccional con la finalidad de mantener informada, en todo momento a las familias,

de los acontecimientos del centro, a través de circulares y notas informativas enviadas a los domicilios o bien mediante publicaciones regulares en la revista escolar, paneles de anuncios, blogs y pagina WEB. Por otra parte de forma bidireccional, donde se establezca diálogo e intercambio de información entre el docente y la familia, a través de las reuniones personales o grupales, de encuentros fortuitos, manejo de la agenda escolar donde anotar información para los padre o para el profesor, o mediante la utilización de correos electrónicos.

Además para la comunicación con el alumno durante el curso se tendrá habilitada un aula virtual donde se subirán los apuntes, curiosidades y actividades de cada unidad didáctica. A través de ella se pondrá a disposición de los alumnos toda la documentación e información que el alumno deba tener para el correcto desarrollo de las sesiones. Con la debida antelación, también se colgaran autorizaciones, información y documentación necesaria para la realización de actividades fuera del recinto escolar.

9.5. Criterios de agrupación

Durante las sesiones de educación física se podrán realizar diferentes agrupaciones para el desarrollo de una misma sesión, con la única condición de que las siguientes, siempre sean múltiplos de las primeras, para evitar que los alumnos o el profesor pierdan tiempo en crearlos.

El método de agrupación podrá ser realizado por el profesor o por los alumnos. Se formará al azar o de manera intencionada, y dependiendo del tipo de actividades se podrán crear distintos tipos de grupos, pudiendo ser agrupación por niveles, por afinidades, por competencias sociales, etc. Se debe tener en cuenta que en la adolescencia, cuando los alumnos crean los grupos en la mayoría de los casos se realizan según sus géneros y amistades (Valdivia, 2012).

En todo momento se intentará que en todos los grupos concurra paridad entre ambos sexos para escaparse de los estereotipos, que los alumnos con posibles déficits o necesidades especiales estén repartidos entre todos los grupos para fomentar valores de tolerancia y solidaridad. De la misma manera se intentará repartir entre los grupos el personal inmigrante favoreciendo el conocimiento y respeto de otras culturas.

10. RECURSOS DIDÁCTICOS

Para que los alumnos consigan alcanzar los objetivos establecidos debemos tener en cuenta los recursos didácticos. Como expresa Rosero (2020) en su estudio, los recursos tienen una gran importancia ya que el uso de materiales favorece la labor del docente y la motivación de los alumnos ante las actividades.

A continuación se muestran los principales recursos humanos, materiales y espaciales relevantes para la educación física de los que dispones el centro:

Recursos Humanos: para la clase formada por 24 alumnos se dispondrá habitualmente un solo profesor. Durante las salidas programadas del centro asistirá un profesor de apoyo, en las actividades de escalada y saltos en camas elásticas se contará con monitores especializados.

Recursos materiales: estos recursos se dividirán en los propios, utilizados específicamente para el desarrollo de las clases de educación física, y en los externos, que son materiales no específicos pero que servirán de apoyo para el desarrollo de la formación educativa.

Tabla 13. *Recursos materiales*

Propios	- Balones y Pelotas: Baloncesto, fútbol, tenis, gomaespuma tamaño grande y pequeño, plástico, balones medicinales, kimball, volantes de bádminton, frisbees. - Elementos: Palas, raquetas de bádminton, palos de floorball, jabalinas de goma-espuma, - Colchonetas: 24 Tatami 2x1m, 6 blandas 2x1m, 1 quitamiedos 3x4m. - Espalderas, posters de voleibol, redes de bádminton/voleibol, una pared de escala 5x2m, - Brújulas, cuerdas, setas, conos, bolos, ladrillos, antifaces, petos. - Adaptados: Pelotas sonoras, antifaces, cintas de señalización.
Externos	- Digitales: el centro dispone de Tablet para cada grupo, una sala de informática, y proyector en las clases. - Papelería: Fotocopiadora, impresora, plastificadora.

Por otra parte se ha decidido prescindir del uso de libro de texto optando por fichas y resúmenes entregados de forma telemática a través de la plataforma educativa (EducaMadrid), con el fin de obligar al alumno al uso de las TIC, al mismo tiempo que se fomenta el respeto por el medio ambiente al disminuir el consumo de papel.

Recursos de espaciales: El centro cuenta con una serie de espacios dedicados a la educación física y el deporte. Además de los relacionados en la siguiente tabla existen otros espacios que se encuentran a disposición del profesor de educación física, como son aulas, sala de ordenadores y de tecnología donde desarrollar sesiones teóricas y de investigación.

Tabla 14. *Recursos espaciales*

Exterior	Cubierto
- Un campo de fútbol 11 de césped artificial que puede ser utilizado simultáneamente como dos campos de fútbol 7. - 2 pistas de baloncesto. - 1 pista de fútbol sala. - 1 pista de voleibol.	- Un polideportivo compartimentarle en tres espacios diferentes. -2campos de baloncesto -1campo de fútbol -2 campos de voleibol - Pared de rocódromo

11. EVALUACÍON

Para Arjona (2010), la evaluación forma parte del proceso de enseñanza-aprendizaje y, a través de ella, se conocerá y valorará diversos puntos que se proporcionan en las unidades educativas. Se puede asegurar que la evaluación formativa en la secundaria es un instrumento pedagógico, con el que el profesor puede contar, para aumentar el aprendizaje en el aula.

Para comprobar el progreso y el logro del proceso educativo se debería aplicar una evaluación continua, proporcionar las indicaciones de mejora necesarias y evitar las diferencias entre los conocimientos de los alumnos, para conseguir que todo el alumnado lleve un sistema de aprendizaje al mismo ritmo y nivel, y que se asimilen y se desarrollen las mismas destrezas (Quintana et al. 2018).

11.1. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.

La evaluación de las unidades didácticas seguirá los criterios establecidos en el Decreto 48/2015 del Consejo de Gobierno de la Comunidad de Madrid, de 14 de mayo, donde se establece una serie de criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables para el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria, y que a continuación se detallan:

Tabla 15. *Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje*

CE	"1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
EA	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. 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.
CE	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
EA	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea

CE	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
EA	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. 3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas. 3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
CE	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.
EA	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. 4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud. 4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva 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. 4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

	4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
CE	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.
EA	5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. 5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. 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.
CE	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.
EA	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. 6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.
CE	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.
EA	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

	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. 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.
CE	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
EA	8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. 8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas. 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.
CE	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
EA	9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.
CE	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 los mismos.

EA	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. 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.”

11.2. Criterios de calificación.

Mediante la evaluación se quiere conseguir que mejore el aprendizaje del alumno en la educación física. Por tanto, como dice Calatayud (2019) la finalidad de esta evaluación sería hacer consciente a los estudiantes de cómo aprenden y como deberían seguir aprendiendo.

La evaluación de la asignatura será formativa y continua, y de forma independiente para cada una de las actividades que conforman la unidad didáctica. Muchas veces será complicado ponderar los resultados, necesitando apoyarse en conceptos subjetivos como la actitud o el esfuerzo, y en la realización de pruebas prácticas. El proceso de evaluación se divide en tres dimensiones: procedimental, conceptual y actitudinal.

Dimensión Procedimental: La valoración se plasmará a través de los resultados de las pruebas que se realicen en las sesiones diarias y la ponderación de la práctica de los procedimientos esgrimidos. Esta dimensión se evaluará mediante la observación de la práctica deportiva, test y grabaciones de video con su posterior análisis.

Dimensión Conceptual: Se realizará mediante la elaboración de trabajos y exámenes teóricos con la intención de comprobar la asimilación de los conceptos que se reflejan en la programación del curso, y que se consideran fundamentales para la superación de la materia. El portafolio y proyectos por los alumnos de 2º de la ESO tendrán un peso fundamental para la calificación positiva de la materia.

Dimensión Actitudinal: se le dará un valor importante a los diferentes aspectos tales como el trabajo diario en las clases, la participación de los estudiantes durante las sesiones, el correcto comportamiento demostrado hacia los demás y hacia las tareas, etc. Además, se penalizarán también las diferentes acciones que demuestren rebeldía o faltas

de respeto, el no traer la indumentaria correspondiente, el uso de dispositivos electrónicos sin autorización del profesor, retrasos a la hora de realizar las sesiones o frecuentes lesiones sin justificación, hasta tal punto de poder suspender la asignatura por ello. Las actitudes evaluables de la asignatura serían:

- Asistir con una vestimenta e higiene corporal correcta, sustituyendo la ropa utilizada en la práctica deportiva por otra limpia al finalizar la misma.
- Mostrar interés por la actividad y participar activamente en ella.
- Respetar tanto las instalaciones utilizadas como el material deportivo.
- Adecuarse al tipo de trabajo propuesto por el profesor, ya sea individual o colectivo.
- Respeto tanto al profesor como al resto de compañeros y sus destrezas.
- Mostrar atención a las explicaciones impartidas por el docente.
- Facilitar al profesor el desarrollo de las sesiones.
- Mostrar apoyo al resto de compañeros en sus dificultades.

Tabla 16. Valor porcentual de los parámetros.

		Procedimental 40%	Conceptual 35%	Actitudinal 25%
1er	Salud 1	4%	3%	2%
	Fútbol	18%	16%	11%
	H. Gimnasticas	18%	16%	12%
2º	Salud 2	15%	15%	10%
	Acrosport	20%	15%	10%
	Respiración	5%	5%	5%
3º	Escalada	18%	16%	11%
	Judo	18%	16%	12%
	Salud 3	4%	3%	2%
Ampl.	Ampliación*	40%	35%	25%

*Solo se tendrá en cuenta para los alumnos que tengan la materia suspensa.

Al objeto de tener un buen proceso de evaluación realizaremos autoevaluaciones, heteroevaluciones y coevaluaciones en diferentes ocasiones, dándole una participación al alumno para valorar su propio aprendizaje.

Si un alumno falta a un examen, tendrá la oportunidad de hacerlo en la semana de su incorporación, tras haber acordado una fecha con el profesor. Sólo se repetirá un examen si la ausencia está debidamente justificada.

Toda prueba, trabajo y examen que no se haya realizado por ausencia del alumno será puntuado con un 0, a menos que éste presente una justificación adecuada y solicite al profesor realizarla o lo entregue en cuanto se incorpore a clase.

La nota final de la asignatura se calculará teniendo en cuenta la media de las evaluaciones, y podrá ser incrementada por la participación positiva del alumno/a en el proyecto final de curso. La nota numérica estará en el rango de 1 a 10, según lo estipulado en la Orden 2398/2016.

Para que la evaluación trimestral sea positiva será necesario obtener una puntuación mínima de cuatro (4) en cada contenido. En caso no superarlo se calificará como insuficiente. Además, para la superación final de la asignatura, el alumno deberá haber realizado y entregado los trabajos solicitados y haber superado cada trimestre con una nota de al menos un 5 en cada uno de ellos.

11.3. Instrumentos de evaluación.

Según el estudio de Hamodi, Moreno y Matín (2018), las evaluaciones formativas y compartidas que implican un feedback, fomentan el desarrollo de diversas competencias. Esto supone una mayor implicación del docente en el proceso de aprendizaje pues supone dedicarle más tiempo para analizar el trabajo realizado por sus alumnos, a cambio se obtiene información sobre ellos, se conocen sus debilidades y fortalezas, y la valoración de la necesidad de un apoyo especial para el alumno.

Para ello se utilizará una técnica de observación directa con la que podemos comprobar de una forma continua el progreso del alumno y su conocimiento de los conceptos y procedimientos de la materia, ofreciendo la retroalimentación necesaria para un correcto aprendizaje y adaptando cada situación al objetivo final a alcanzar.

Para su verificación y llevar a cabo la evaluación de los alumnos se utilizarán los siguientes criterios de evaluación:

- Rúbricas / Fichas de observación / Listas de control.

- Proyectos / Trabajos / Cuadernos de Campo / Portafolios.
- Pruebas / Exámenes.

En la siguiente tabla se reflejan el peso específico que en cada unidad didáctica tendrá en la evaluación de la asignatura, además del instrumento de evaluación empleado.

Tabla 17. Valor porcentual de cada unidad didáctica en la asignatura.

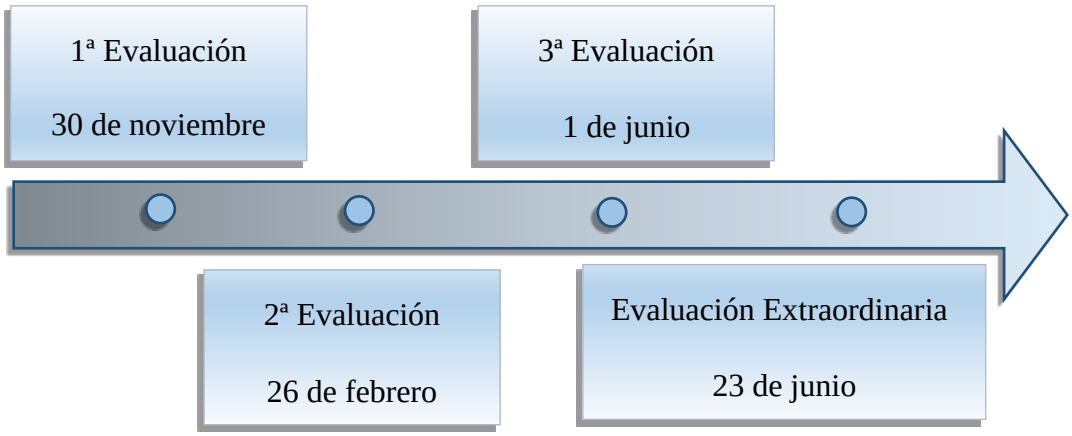
Unidad Didáctica	Criterios de Evaluación	Estándares de aprendizaje.	Instrumentos de evaluación	Porcentaje total de la asignatura
Nos conocemos	4 - 5	4.1 5.1 – 5.2	lista de control, ficha de observación	3%
Copa del mundo	3 - 4– 6- 7	3.1 - 3.1 - 3.3 - 3.4 - 4.4 6.1 - 6.2 - 7.3	lista de control, ficha de observación	15%
Circo del Lugar	1 –3 - 7 –9	1.1 – 1.2 - 1.3 – 1.4 - 1.5 -6.3	Rubrica	15,33%
Influencer saludable	4 -5 -10	4.1 - 4.2 - 4.3 - 4.4 - 4.5 4.6 – 5.3 - 5.4 – 10.1- 10.2	Portafolio	13,33%
Échame una mano	2 – 7- 9	2.1 - 2.2 - 2.3 - 2.4 - 7.2- 9.3	Rúbrica, ficha de observación	15%
Pilates	5	5,3	Diario	5%
Subiendo a la cima	1 -7- 8 – 9	1.5-7.2- 8.1 - 8.2 – 8.3- 9.2- 9.3	Lista de control	15%
Judo	1-3-4-7-9	1.1-1.4-3.2-3.3-3.4-4.4-7.1-9.1	Rubrica Lista de control	15,34%
¿Cuánto hemos cambiado?	5	5.1 – 5.2 -5.3	lista de control, ficha de observación	3%

11.4. Fechas de cada evaluación

La evaluación de cada trimestre será marcada por el centro educativo, conforme a lo programado en el calendario escolar aprobado en orden 1390/2020 del Consejero de Educación y Juventud por la que se establece el calendario escolar para el curso 2020-2021 en la comunidad de Madrid.

Las pruebas se realizarán las misma semana de las entrega de calificaciones, tal y como se muestran en la Figura 2. La junta de evaluación se realizará con el resto de profesores por las tardes. Tras la finalización de la 3ª evaluación, dará comienzo el periodo de ampliación el 1 de junio.

Figura 2. *Fechas de evaluación*



11.5. Recuperación de materia.

Si el estudiante no supera la evaluación, debe recuperar aquellos apartados que no ha superado durante el siguiente trimestre. En el supuesto caso de que tampoco consiga superar la materia, antes del inicio del periodo de ampliación tendrá una oportunidad para hacerlo. En caso contrario deberá realizar las pruebas de recuperación extraordinarias del mes de julio.

Medidas de recuperación durante el curso:

- Si se suspende, por no superar la parte conceptual: el alumno debe presentar los trabajos que estén suspensos a lo largo del curso.

- Si se suspende, por no superar la parte procedimental: el alumno deberá realizar un examen práctico con las diferentes pruebas trabajadas durante el curso.
- Si se suspenden ambas partes, tendrá que realizar ambas pruebas.

El alumno/a que pierda el derecho a la evaluación continua, se reunirá con el departamento de EF en la semana previa a la finalización de la evaluación oportuna para la ejecución de las pruebas físicas y las habilidades motrices que se hayan llevado a cabo, y una prueba escrita de los contenidos impartidos. Además, para superar la parte teórica, deberá entregar todos los trabajos escritos que corresponden a esa evaluación.

- Los contenidos para superar la parte práctica supondrán el 60% de la nota.
- Los contenidos para superar la parte teórica supondrán el 40%.

11.6. Medidas de recuperación extraordinaria

Si un alumno debe realizar la recuperación extraordinaria de junio tendrá el periodo de ampliación para poder recuperar la materia. En ella se tendrán en cuenta dos aspectos:

- Parte teórica 35%: Trabajo específico establecido por el profesor 15% y un examen escrito que reunirá todos los contenidos teóricos impartidos 20%.
- Parte procedimental 40%: Realización de test o exámenes prácticos de los elementos técnicos básicos de cada contenido.
- Parte actitudinal 25%. Se tendrá en cuenta el comportamiento y el esfuerzo ante la realización de las actividades propuestas.

11.7. Recuperación de la materia pendiente del curso anterior.

En escasas ocasiones, se encuentran alumnos que no superan los mínimos exigibles, no muestran interés por la asignatura, su actitud no es correcta, faltan a clase, no entregan el cuaderno, etc. Si el alumno pasa de curso con la materia suspensa, deberá realizar un trabajo específico. Si aprueba la primera y segunda evaluación del curso en el que está y entrega dicho trabajo recuperará la materia.

11.8. Evaluación docente.

El proceso de enseñanza-aprendizaje necesita un seguimiento constante de sus adelantos a fin de identificar a tiempo esas iniciativas o metodologías que no permanecen teniendo el resultado esperado y arreglar esos errores que estén. La evaluación de los

docentes, lejos de pretender ser una crítica a su trabajo o determinar su independencia de cátedra, se configura como un proceso para mejorar el funcionamiento de su tarea y asegurar que se alcanzan las metas educativas que se ha marcado un centro docente.

Para evaluar el proceso de enseñanza se llevará a cabo una autoevaluación al final de cada unidad didáctica (Anexo III) y un diario del profesor que se muestra en la tabla 18.

Tabla 18. Diario del profesor

	Propuesta programada	Análisis de las propuestas desarrolladas	Observaciones
Objetivos			
Contenidos			
Intervención docente			
Evaluación			

Además, el estudiante evaluará la labor docente en tres ocasiones:

- Tras finalizar el trimestre, donde evaluará mediante un cuestionario todos los aspectos que se muestran en el Anexo IV.
- Al finalizar cada unidad didáctica mediante un cuestionario en el google forms, en el que comentarán los aspectos que más le han gustado y los que menos, si ha aprendido y si es justa la forma de evaluación.
- Diariamente, tras finalizar la sesión, se evaluará utilizando la aplicación de plickers colocándolo en la posición que el alumno considere oportuno: muy buena, buena, mala o muy mala.

12. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

El término de diversidad se entiende como todas las características excepcionales del alumnado, provocadas por distintos componentes que requieran de una atención especializada para que sean capaces de conseguir un mismo grado de aprendizaje que el resto de estudiantes (Silva, 2010).

En el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre establece en su artículo16 que se deben tomar las medidas necesarias para el correcto progreso del alumnado que tenga unas necesidades educativas especiales. En el artículo 2 del Decreto 48/2015, de 14 de mayo, especifica que la Educación Secundaria Obligatoria se organiza de acuerdo con los principios de educación común y de atención a la diversidad de los alumnos.

12.1. Medidas generales

En ocasiones hay que tomar medidas excepcionales durante una sesión o cortos periodos de tiempo, por ejemplo, para alumnos que no traen ropa deportiva adecuada, tienen incapacidad para realizar actividad física o algunos movimientos determinados.

En el caso del alumnado que no disponga de ropa deportiva (1) sin motivo justificado se le restará 0,1 de apartado de la nota actitudinal. Además, será el encargado del material ese día. Dependiendo de la ropa realizará las actividades que no requieran mayor complejidad, pero si la ropa imposibilitara la práctica deportiva realizará un pequeño documento donde analizará los elementos técnicos dados en la sesión.

En el caso de que un alumno falte consecutivamente sin motivo justificado (2), deberá realizar un trabajo de la unidad didáctica que se está desarrollando, hablando de los aspectos que se han trabajado durante su desarrollo. Si un alumno falta a una sesión sin justificación, deberá realizar un pequeño documento de lo que hubiese trabajado en esa clase.

En el caso de un alumno lesionado (3) por un corto periodo de tiempo, la medida propuesta dependerá de la lesión y el tipo de actividad. Si es posible realizará la práctica parcialmente, y si no es posible hará un documento donde analizará los elementos técnicos dados en la sesión.

12.2. Adaptaciones curriculares.

Durante este curso académico no existe ningún alumno que necesite adaptaciones curriculares significativas, por lo tanto no debemos modificar los contenidos ni los criterios de calificación, y podremos continuar con la realización del curriculum educativo establecido.

En cambio tenemos dos alumnos que requieren adaptaciones curriculares no significativas. El alumno (4) tiene hipoacusia leve y el alumno (5) operado recientemente de ligamento cruzado interno.

El alumno (4) presenta una leve audición deficiente, por lo que utiliza audífonos que le ayudan en su audición y necesitó ayuda especializada de logopedia para conseguir hablar correctamente.

El alumno (5) fue operado de ligamento cruzado interno durante el mes de julio, por lo que estará un mínimo de seis meses sin poder realizar actividad física en su totalidad. Irá con apoyo de muletas el mes de septiembre, y a partir de octubre podrá realizar la carrera pero deberá evitar movimientos que supongan giros de la articulación lesionada.

Las medidas ordinarias que se llevarán a cabo durante el periodo que las necesite el alumno se agrupan según el criterio de González Rivera y Campos Izquierdo (2014) en las siguientes:

1. Evaluación y diagnóstico de las capacidades cognitivas, motrices y perspectivas de los alumnos que necesiten adaptación no significativa para ajustar las sesiones a sus posibilidades.
2. Conocimiento y respeto del ritmo de ejecución de las tareas del alumno.
3. Planificación y desarrollo de las actividades de enseñanza y aprendizaje como las actividades de refuerzo, actividades de profundización y actividades de consolidación.
4. Adaptación de espacios y tiempos, recursos didácticos, agrupación de alumnos, elección del nivel de ayuda necesario para cada alumno, en función de sus características y posibilidades durante la sesión.
5. Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos.
6. Utilización de diferentes canales de comunicación que permitan al docente transmitir la información de manera eficaz.
7. Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de Feedback desde su nueva situación.

8. Trabajo coordinado con el tutor y el resto de profesores que intervienen en el grupo.

A partir de estas medidas se desarrollarán una serie de adaptaciones no significativas que se tendrán en cuenta durante el curso escolar para los casos comentados anteriormente, tal y como se muestra en la tabla 19.

Tabla 19. *Adaptaciones no significativas*

Medidas	**Adaptaciones**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
1.	1 Evaluación inicial principio de curso.				✓	
	2 Evaluación inicial UD.			✓		✓
	3 Evaluación inicial sesión.	✓				
2.	1 Respeto ritmo de ejecución.			✓	✓	✓
3.	1 Actividades complementarias de elementos técnicos.	✓	✓	✓		✓
	2 Evitar exámenes orales.				✓	
4.	1 Variación de distancias.	✓		✓		✓
	2 Variación de tiempos.	✓		✓	✓	✓
	3 Variación de elementos motrices.	✓		✓		✓
	4 Variaciones de roles.	✓		✓		✓
5.	1. Actividades que favorezcan la participación al alumno.	✓		✓	✓	✓
6.	1 Facilitar por aula virtual de los elementos técnicos.	✓	✓	✓	✓	✓
7.	1 Realización de feedback desde la posición inicial del alumno.			✓		✓
8.	1 Traspaso de información entre los demás profesores.		✓		✓	

En la tabla 20 se muestra de forma más detallada las adaptaciones no significativas que se necesitarán aplicar durante las sesiones de cada una de las unidades didácticas para que los alumnos puedan realizar con total normalidad:

Tabla 20. Relación de adaptaciones no significativas y las UD.

Contenido	**Unidad didáctica**	**Adaptaciones**
Salud 1	Nos conocemos	1.1 2.1 3.1 4.4 6.1 7.1 8.1
Fútbol	Copa del mundo	1.2 1.3 2.1 3.1 4.1 4.3 4.4 5.1 6.1
H. Gimnastic.	Circo del lugar	1.2 1.3 2.1 3.1 4.3 4.4 5.1 6.1 7.1
Salud 2	Influencer saludable	1.2 3.1 3.2 5.1 8.1
Acrosport	Échame una mano	1.2 2.1 3.1 4.1 4.3 4.4 6.1 7.1
Respiración	Pilates	1.2 3.1 3.2 4.2 4.3 6.1
Escalada	Subiendo a la cima	1.2 1.3 2.1 3.1 4.1 4.4 6.1 7.1
Judo	Hajime!!	1.2 2.1 3.1 4.1 4.3 4.4 5.1 6.1
Salud 3	¿Cuánto hemos cambiado?	1.1 2.1 3.1 4.4 6.1 7.1

13. ENSEÑANZAS TRANSVERSALES

La educación en España no pretende transmitir únicamente conocimientos, sino que intenta integrar actitudes, fomenta principios y desarrolla la totalidad de la persona mediante los temas transversales, áreas o materias de carácter globalizador (Vázquez Ramil y Porto Ucha, 2020).

En el artículo 9 del Decreto 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, se establece los elementos transversales del currículo de la Educación Secundaria Obligatoria para la Comunidad de Madrid. A modo de resumen se realiza una pequeña reagrupación de los diferentes conceptos que en él aparecen.

Se especifica que se deberán incluir en el currículo elementos transversales encaminados a que se ejerciten en todas las materias, elementos como comprensión lectora, expresión oral y escrita, manejo de audiovisuales, TIC y formación cívica.

También se deberá potenciar la igualdad efectiva entre sexos, la prevención de la violencia de género y los valores de no discriminación por cualquier circunstancia. Fomentando el diálogo en la resolución de los posibles conflictos que puedan suceder en

todos los ámbitos de la vida, con respeto a los derechos de los seres humanos, la diversidad, la legalidad y a las víctimas del terrorismo rehusando cualquier tipo de violencia, racismo o xenofobia, evitando conductas estereotipadas que la provoquen.

Conforme a lo que propugnado la Ley 2/2016, de 29 de marzo, de Identidad y Expresión de Género e Igualdad Social y no Discriminación de la Comunidad de Madrid y en la Ley 3/2016, de 22 de julio, de Protección Integral contra la LGTBifobia y la Discriminación por Razón de Orientación e Identidad Sexual en la Comunidad de Madrid, este contenido deberá estar reflejado en la programación docente donde además se deberá incluir el estudio del Holocausto judío.

En todas las actividades deportivas se potenciarán los valores de deportividad, respeto y trabajo en equipo, sin permitir comportamientos antideportivos.

Por otra parte, en el currículo de la ESO se deberán incorporar contenidos de desarrollo medioambiental y sostenibilidad, protección ante emergencias y catástrofes, riesgos intrínsecos en el manejo de las nuevas tecnologías y abusos sexuales, según lo reflejado en el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre.

De la misma manera el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, establece que el currículo deberá contener algunos elementos encaminados a la consolidación del espíritu emprendedor y la creación de nuevos modelos de sociedades y empresas que fomenten tanto la ética profesional como la igualdad y respeto al emprendedor, siempre a partir del desarrollo de competencias creativas y autónomas, donde se fomente el sentido crítico, la iniciativa y el trabajo en equipo adquiriendo confianza en sí mismo.

En la comunidad de Madrid además se fomentará la práctica deportiva y ejercicio físico durante la jornada escolar que favorezca una vida activa y saludable, supervisado por profesores debidamente cualificados. Estas medidas estarán encaminadas para favorecer que nuestros jóvenes adopten hábitos en la cultura del deporte y una alimentación equilibrada.

Por último se adoptarán elementos de educación y de seguridad vial, encaminados a que se conozcan los derechos y deberes tanto de peatones como conductores de los distintos vehículos, que aprendan las normas y las señales de circulación para conseguir

un buena convivencia entre los distintos roles y adquieran la prudencia necesaria que eviten accidentes y sus secuelas.

A lo largo de la programación aparecen las enseñanzas trasversales que irán incluyéndose durante el desarrollo de las sesiones de cada unidad didáctica con el fin de conseguir la concienciación de todos los alumnos en base a la educación de los valores anteriormente establecidos.

El emprendimiento se llevará a cabo mediante la planificación de actividades creadas por los alumnos, y estarán organizadas en actividades físicas y rítmicas que ayuden a su condición física y a su conocimiento.

Educación cívica y Constitucional se realizará mediante de juegos y actividades cooperativas, respetando las normas, además del respeto de la valoración del trabajo de los demás, con autoevaluaciones y coevaluaciones. También a través de las actividades físicas realizadas en la medio ambiento o urbano se promoverá un uso responsable del entorno.

La prevención de cualquier tipo de violencia, racismo, etc, se llevará a cabo mediante juegos y deportes que exijan el trabajo en grupo y las relaciones interpersonales. Estos trabajos colectivos necesitan la aceptación de restricciones y contrastes entre los competidores. Se crearán situaciones para que los alumnos encuentren una igualdad en las oportunidades, contribuyendo al progreso de sus habilidades y capacidades motrices sin tener en cuenta ninguna diferencia por el sexo, raza, religión o lugar de origen. Se evitará la utilización en todo momento del lenguaje sexista o que incite a la confrontación, debiendo hablar de forma cordial e integradora.

La seguridad vial se trabajará a través de actividades deportivas que se puedan realizar en la vía pública. También se trabajará cuando se realicen salidas fuera del centro escolar reforzando el respeto a las normas de circulación.

En la siguiente tabla, se establecen los elementos transversales que serán desarrollados en cada una de las unidades didácticas, junto al resto de elementos del currículo escolar.

Tabla 21. Relación de enseñanzas transversales y las UD.

Contenido	**Unidad didáctica**	**Enseñanzas trasversales**
Salud 1	Nos conocemos	Igualdad de género
Fútbol	Copa del mundo	Educación cívica y constitucional Emprendimiento
H. Gimnastic.	Circo del lugar	Seguridad vial Prevención a la violencia
Salud 2	Influencer saludable	Emprendimiento Igualdad de género
Acrosport	Échame una mano	Prevención a la violencia Educación cívica y constitucional
Respiración	Pilates	Educación cívica y constitucional
Escalada	Subiendo a la cima	Seguridad vial Educación cívica y constitucional
Judo	Hajime!!	Igualdad de género Prevención a la violencia
Salud 3	¿Cuánto hemos cambiado?	Emprendimiento

14. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Las actividades complementarias planteadas en el curso académico estarán relacionadas con los contenidos establecidos en el currículo de educación secundaria en la asignatura de educación física. Estas actividades se realizan en horario lectivo y son evaluables, además promueven diferentes valores y complementos que pueden aportar un mayor desarrollo del alumnado.

Las actividades extraescolares planteadas están orientadas al desarrollo de la actividad física para el beneficio de la salud y la disminución del sedentarismo entre los alumnos. Estas actividades son voluntarias y no son evaluables dentro de la asignatura de educación física.

En el primer trimestre se realizará una actividad complementaria al Urban Planet (centro de camas elásticas) con monitor, que estará asociada a la unidad didáctica de

habilidades gimnasticas. El centro se encuentra en el Urban Planet Jump de Las Mercedes, en el Retail Park de Las Rejas. Situado en la calle Navaridas, 9 del Polígono Industrial Las Mercedes, 28022 Madrid. Donde se puede contactar con ellos mediante el correo electrónico: info.lasrejas@urbanplanetjump.es

Esta excursión servirá para la mejora de la forma física y combatir el sedentarismo. También favorece la mejora en la coordinación y el control del cuerpo, el fomento de valores como el compañerismo y el fomento del desarrollo creativo, además de enseñar una forma distinta de practicar actividad física. Los beneficios desarrollados hacia el profesor serán un plan complementario a la enseñanza impartida en clase, enseñanza en entorno controlado y convivir con los alumnos en un entorno diferente. Asimismo, el apoyo de profesionales aportará seguridad y conocimiento durante la actividad.

En el segundo trimestre se llevará a cabo el proyecto de patios activos donde su principal objetivo es fomentar la actividad física durante el periodo del recreo y la integración de los alumnos con problemas de exclusión social. Este proyecto se llevará a cabo por los profesores de educación física y de otras asignaturas, además tendrán participación los alumnos de TSEAS y estará dirigido a los alumnos de ESO y Bachillerato.

En esta actividad extraescolar se realizarán distintos torneos deportivos de fútbol, baloncesto, bádminton y voleibol. Además, también habrá clases dirigidas o monitorizadas de deportes alternativos o actividades como zumba. Los profesores intentaran fomentar la participación de los alumnos en estas actividades.

En el tercer trimestre se ofrecerá una excursión al Sharma Madrid. Es un centro de escalada que estará asociado a la unidad didáctica de escalada. El centro se encuentra en la calle Julián Camarillo 55, 28037 en Madrid. Se puede contactar con ellos mediante el correo electrónico info@sharmaclimbingmadrid.com.

En esta actividad complementaria tendrán una charla con deportistas de este deporte, y realizarán escalada en vertical y bulder. Esto les aportará otra visión hacia el deporte de la escalada y de las posibilidades que tiene, además de fomentar el trabajo en equipo y las capacidades físicas de una forma distinta.

15. TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN (TIC)

La tecnología es un elemento indispensable para su desarrollo de nuestra sociedad actual, en la que podemos acceder a grandes cantidades de información y conocimiento de forma rápida y eficiente. Estos nuevos desafíos deben ser resueltos por la comunidad educativa, proporcionando a los ciudadanos las competencias necesarias para enfrentarse a estos cambios. El uso de las TIC debe estar presente en casi todas las unidades didácticas como ayuda al desarrollo de las mismas.

Sin lugar a dudas el principal recurso utilizado será la plataforma digital EducaMadrid. Esta será empleada, como ya comentamos en el apartado de canales de comunicación, como principal herramienta de intercambio de información entre profesor y alumno. Pero tampoco se debe olvidar los Blog del centro, donde además de subir información sobre actividades realizadas se pueden volcar las opiniones de los alumnos.

16. INTERDISCIPLINARIEDAD

En el enfoque actual de la sociedad sobre las relaciones multidisciplinares, obliga a las instituciones a promover su inclusión dentro del desarrollo de los procesos enseñanza aprendizaje, incorporándolos en los currículos educativos y fomentando el número de actividades que contengan este enfoque.

A lo largo de esta programación se realizan actividades que establecen relaciones interdisciplinares con otras asignaturas, sobre todo en aquellos contenidos que permiten a los estudiantes asimilar mejor algunos de los conceptos básicos de la educación física y el deporte.

17. BIBLIOGRAFÍA

Blanco, P., Rodríguez, I., & Martos, C. (2016). Contexto familiar y adicción al juego. Factores que determinan su relación. Salud y drogas 16 (2): 81-91.

Blázquez, D. (2016). Métodos de enseñanza en educación física. Enfoques innovadores para la enseñanza de competencias. Barcelona: INDE.

Betancourt, M., Bernate, J., Fonseca, I., & Rodriguez, L. (2020). Revisión documental de estrategias pedagógicas utilizadas en el área de la educación física, para fortalecer las competencias ciudadanas (Documentary review of pedagogical strategies used in the area of physical education to strengthen citizen competenci. Retos, 38, 845-851. https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.74918

Burgueño, R., Bonet-Medina, A., Cerván-Cantón, Álvaro, Espejo, R., Fernández-Berguillo, F., Gordo-Ruiz, F., Linares-Martínez, H., Montenegro-Lozano, S., Ordoñez-Tejero, N., Vergara-Luque, J., & Gil-Espinosa, F. (2020). Educación Física en Casa de Calidad. Propuesta de aplicación curricular en Educación Secundaria Obligatoria (Quality Physical Education at Home. Curricular implementation proposal in Middle Secondary School). *Retos*, (39), 787-793. https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.78792

Calatayud Salom, M. A. (2019). Una oportunidad para avanzar hacia la evaluación auténtica en Educación Física (An opportunity to advance towards authentic assessment in Physical Education). Retos, 36, 259-265. https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.67540

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 (BOCM de 20 de mayo de 2015)

Fernández, D., & González Peño, A. (2019). El feedback en Educación Física. *Padres Y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, (377), 19-22. https://doi.org/10.14422/pym.i377.y2019.003

Franco, F. J. F. El tratamiento de la información: la necesidad de *retroalimentación*. Disponible en: *http://www.efdeportes.com*. Revista Digital. Buenos Aires, año 8, n. 50, jul. 2002.

Gragera Martínez, R. R., Cano Ruiz, I., Asenjo Esteve, A. L., Gigante Pérez, C., Francisco del Rey, C., & Megías Lizancos, F. (2016). *NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES ASOCIADAS A LA DISCAPACIDAD O DIFICULTAD EN EL APRENDIZAJE*. https://www.uah.es/export/sites/uah/es/conoce-la-uah/.galleries/Galeria-de-descarga-de-Conoce-la-UAH/guia-orientacion-discapacidad.pdf

Güemes-Hidalgo M, González-Fierro MC, Vicario MH. Pubertad y adolescencia. Revista Adolescere (2017);5(1):7-22.

Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1·6 million participants. *The Lancet Child & Adolescent Health*, *4*(1), 23-35. https://doi.org/10.1016/s2352-4642(19)30323-2

Hamodi Galán, C., Moreno Murcia, J. A., & Martín, R. B. (2018). Medios de Evaluación y Desarrollo de Competencias en Educación Superior en Estudiantes de Educación Física. Estudios pedagógicos (Valdivia), 44(2), 241-257. https://doi.org/10.4067/s0718-07052018000200241

Ion, G., y Cano, E. (2012). La formación del profesorado universitario para la implementación de la evaluación por competencias. Educación XX1, 15(2), 249-270. DOI: http://dx.doi.org/10.5944/educxx1.15.2.141

Kraft, M.A. y Dougherty, S.M. (2013). The effect of teacher-family communication on student engagement: Evidence from a randomized feld experiment. *Journal of Research on Educational Effectiveness*, *6*(3), 199-222. doi: 10.1080/19345747.2012.743636

Martínez Izaguirre, M., Yániz Álvarez de Eulate, C. y Villardón -Gallego, L. (2018). Autoevaluación y reflexión docente para la mejora de la competencia profesional del profesorado en la sociedad del conocimiento. RED. Revista de

Educación a Distancia, 56. Consultado el (05/04/2021) en http://www.um.es/ead/red/56/martinez _et_al.pdf

Medina, M., & Aibar, E. (1990). *Ciencia, tecnología y sociedad: estudios interdisciplinares en la universidad, en la educación y en la gestión pública* (Vol. 6). Anthropos Editorial.

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE)

Lozano-Rodríguez, A., García-Cué, J. L., García-Vázquez, F. I., & Gallardo-Córdova, K. E. (2020). Relación entre estilos de enseñanza y evaluación formativa en profesores de Educación Secundaria. *Revista de Estilos de Aprendizaje / Journalof Learning Styles*, *13*(26), 160–172. http://revistaestilosdeaprendizaje.com/article/view/2156/3217

Padrón Municipal de Habitantes (explotación estadística) - Ayuntamiento de Madrid. (2020). https://www.madrid.es/. https://www.madrid.es/portales/munimadrid/es/Inicio/El-Ayuntamiento/Estadistica/Areas-de-informacion-estadistica/Demografia-y-poblacion/Cifras-de-poblacion-y-censos-demograficos-/Padron-Municipal-de-Habitantes-%28Explotacion-Estadistica%29?vgnextfmt=detNavegacion&vgnextoid=e5613f8b73639210VgnVCM1000000b205a0aRCRD&vgnextchannel=a4eba53620e1a210VgnVCM1000000b205a0aRCRD&pk=5720381

Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de le Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato (BOE de 3 de enero de 2015)

Rodriguez, A. B., Ramirez, L. J., & Fernández, W. (2017). Metodologías Activas para Alcanzar el Comprender. *Formación universitaria*, *10*(1), 79–88. https://doi.org/10.4067/s0718-50062017000100009

Rodríguez Torres, J. (2010). De las programaciones didácticas a la unidad didáctica : incorporación de competencias básicas y la concreción de tareas. *Revista Docencia e Investigación*, 245–270. https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/8299/De%20las%20progra

maciones%20did%c3%a1cticas%20a%20la%20unidad%20did%c3%a1ctica%2c%20incorporaci%c3%b3n%20de%20competencias%20b%c3%a1sicas%20y%20la%20concreci%c3%b3n%20de%20tareas.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Roig-Vila, R. (2020). *La docencia en la Enseñanza Superior. Nuevas aportaciones desde la investigación e innovación educativas*. Octaedro.

Rosero Duque, M. F. (2020). La importancia del material, los recursos y estímulos aplicados como juego en la actividad física. Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0, 24(3), 183-204. https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i3.1409

Salesianos Domingo Savio. (s. f.). Salesianos Domingo Savio. Recuperado 9 de enero de 2021, de https://www.salesianosdosa.com

Sánchez, F. (2002). *Didáctica de la Educación física.* Madrid: Prentice Hall.

SCHMIDT, R. *A. Aprendizaje y Rendimiento Motor: de* los principios a la práctica. Flávia traducción de Cunha Bastos; Olivia Cristina Ferreira Ribeiro. São Paulo: Movimento, 1993. Capítulo 19, p. 227-259: Comentarios para el aprendizaje de habilidades.

Shirvani, H. (2007). Effects of teacher communication on parents' attitudes and their children's behaviors at schools. *Education, 128*(1), 34-47.

Solà Santesmases, J. (2020). Estudio de la transversalidad de los contenidos en Educación Física a través de los currículos competenciales (Study of the transversality of the contents in Physical Education through the competency-based curricula). Retos, 40, 419-429. https://doi.org/10.47197/retos.v0i40.81783

Solaz-Portolés, J. J., Del Campo, O. y Sanjosé, V. (2016). *Estudio exploratorio de las preferencias de metodología de enseñanza de las ciencias en estudiantes de secundaria: el caso de un centro de educación secundaria*. Periódico Tchê Química, 13(2), p. 33-45.

ORDEN ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.

ORDEN 2398/2016, de 22 de julio, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en la Educación Secundaria Obligatoria.

Plass, J. L., Homer, B. D., & Kinzer, C. K. (2015). Foundations of Game-Based Learning. Educational Psychologist, 50(4), 258-283.

Valdivia Moral, P. A., López-López, M., Lara-Sánchez, A. J., & Zagalaz Sánchez, M. L. (2012). Concepto de coeducación en el profesorado de educación física y metodología utilizada para su trabajo. *Movimento (ESEFID/UFRGS)*, *18*(4), 197. https://doi.org/10.22456/1982-8918.29593

Vázquez Ramil, R., & Porto Ucha, N. S. (2020). Temas transversales, ciudadanía y educación en valores: de la LOGSE (1990) a la LOMLOE (2020). *Innovación educativa*, *30*, 113–125. https://doi.org/10.15304/ie.30.7092

Zapatero Ayuso, J. A. (2017). Consolidación de las metodologías activas en educación física en las escuelas de enseñanza secundaria JA Zapatero, MD González Rivera, A Campos Izquierdo10.22456/1982-8918.70291Movimento (ESEFID/UFRGS). *Revista de Ciencias del Deporte*, *13*(3), 237–250. http://e-balonmano.com/ojs/index.php/revista/article/view/379/pdf

ANEXOS

Anexo I Unidad Didáctica: Hajime!!

La unidad didáctica está desarrollada para la clase de 2º de ESO compuesta por 24 alumnos con edades comprendidas entre 13 y 15 años. En ella se trabajan los contenidos de actividades de adversario: lucha, que es la octava unidad didáctica, está comprendida por diez sesiones que se llevarán a cabo entre los meses de abril y mayo.

Los contenidos de esta unidad didáctica se acometerán mediante la práctica de Judo, teniendo como objetivos:

- Conocer del medio en el que se realiza.
- Aprender las caídas, inmovilizaciones y técnicas básicas.
- Saber los elementos técnicos del deporte.
- Conocer las habilidades básicas que se desarrollan en el deporte.

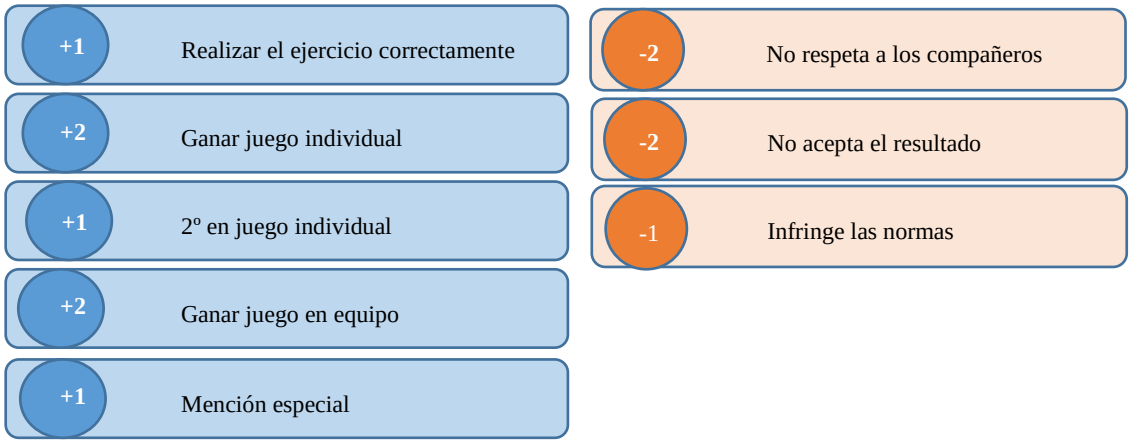
Para cumplir con marcado en el decreto 48/2015 de la comunidad de Madrid durante el tratamiento de esta unidad didáctica se trabajaran los objetivos de etapa C D E I K. Estos objetivos serán desarrollados mediante ejercicios en grupos mixtos para la búsqueda de un fin común, la utilización de la terminología propia del deporte y el conocimiento de la situación espacial de nuestro cuerpo.

Se impulsará la competencia aprender-aprende a partir de las actividades que deban resolver autónomamente, la competencia digital a través de las TICs en actividades de repaso, y la competencia lingüística mediante el conocimiento del lenguaje propio del deporte.

Además se analizará de forma transversal la igualdad de género mostrando referentes del deporte de ambos sexos, la prevención de la violencia enseñando que no es la solución de los problemas y que el más fuerte no siempre gana la confrontación, se aprenderá a mantener el respetar por adversario.

Para motivar a los alumnos, durante el transcurso de las clases se utilizará un sistema de puntos, que se conseguirán por la realización correcta de las actividades y que se irán sumando a lo largo de las sesiones para determinar el ganador de la unidad didáctica.

Los puntos se conseguirán por la realización acciones positivas y se podrán perder por la infracción de algunas de las reglas propuestas, tal y como se refleja en la siguiente imagen:



La evaluación de la unidad didáctica se realizará de forma continua en cada sesión mediante una rúbrica, que contará un 72% tanto de la parte procedimental como de la conceptual y un 90% de la actitudinal. La última sesión de la unidad didáctica servirá para evaluar de forma más concreta, se utilizará una lista de control que contará un 28% de la parte procedimental y conceptual y un 10% de la parte actitudinal. En la siguiente tabla se resume los porcentajes de cada sesión:

Sesión	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Proce.	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	28%
Conc.	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	28%
Actit.	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%

Tras finalizar la unidad didáctica, cada alumno realizará una autoevaluación propia que se valorará con el 10% de la calificación final de la UD, siempre y cuando no difiera más de 1,5 puntos con la calificación puesta por el profesor. En caso de que difiera la valoración del profesor tendrá el valor del 100%.

En la siguiente tabla se muestra la rúbrica que se empleara para evaluar las nueve primeras sesiones de esta unidad didáctica, y en la que se tendrá en cuenta los aspectos que en ella se relacionan.

	4	3	2	1
Conocimiento	Sabe los elementos técnicos.	Sabe la mayoría de los elementos técnicos.	Conoce algún elemento técnico.	No sabe ningún elemento técnico.
Ejecución	Realiza los elementos correctamente con rapidez.	Realiza los elementos correctamente.	Realiza los elementos con algunas dificultades.	No realiza los elementos correctamente.
Respeto	Respeta a sus compañeros y los resultados obtenidos.	Respeta a sus compañeros y a veces los resultados obtenidos.	Respeta a sus compañeros y pero no los resultados obtenidos.	No respeta a sus compañeros y los resultados obtenidos.
Apoyo/Ayuda	Ayuda y apoya a sus compañeros.	Apoya pero no ayuda a sus compañeros.	Alguna vez apoya o ayuda a sus compañeros.	No apoya, ni ayuda a sus compañeros.
Actitud	Muestra entusiasmo y participación durante la sesión.	En la mayor parte de la sesión muestra entusiasmo y participación durante la sesión.	En algún momento muestra entusiasmo y participación durante la sesión.	No muestra entusiasmo y participación durante la sesión.

En cambio para la evaluación de la última sesión se tendrá en cuenta la siguiente lista de control que contempla los principales elementos vistos en la UD.

NOMBRE:	**Si**	**No**	**Observaciones**
Sabe atarse el cinturón			
Caídas			
C. de espaldas			
C. lateral			
C. de frente			
C. Rodada			
Suelo			
Formas de dar la vuelta			
Yoko shiogatame			
Kami shio gatame			
Pie			
Técnica de cadera, O-goshi			
Técnica de pierna, O-soto-gari			
Capacidades			
Conoce las capacidades básicas			
Conoce los movimientos básicos de ataque defensa			
Vocabulario			
Hajime			
Rei			
Mate			
Ippon			

Para completar la evaluación de la UD, los alumnos realizar una autoevaluación, puntuándose de 1 a 10, atendiendo a los ítem marcados en la siguiente tabla.

Ítem:		Puntúa del 1 al 10:
He participado de forma activa		
He sido respetuoso con mis compañeros y profesor		
He ayudado a los compañeros cuando ha sido posible		
He respetado las normas y los resultados obtenidos		
He aprendido a realizar:	Las caídas	
	Técnicas de suelo	
	Técnicas de pie	
	Palabras propias del deporte	

A continuación se detallan las adaptaciones no significativas que se llevaran a cabo específicamente en el desarrollo de esta UD:

- Alumno que no asiste a clase: Se le mandará un trabajo donde deberá analizar los elementos vistos ese día en la sesión. Tendrá una semana para entregarlo mediante aula virtual (3.1).
- Alumno sin ropa deportiva: Se evaluará las actividades que puede o no puede realizar al inicio de la sesión (1.3). Ese día será el encargado del material, y si no puede realizar el 50% de la sesión deberá realizar un trabajo analizando los elementos de la sesión (3.1). En caso de poder realizar alguna actividad se podrá modificar algún elemento motriz o su rol en el juego.
- Alumno con una lesión: Se realizará una evaluación de las posibles acciones que puede realizar (1.2). Si el alumno lesionado está totalmente impedido de hacer la actividad se mandará un trabajo adicional donde reflexionará sobre los contenidos de la UD (3.1), además de que durante la sesión se le cambiará el rol en las actividades para que forme parte de la clase (4.4). Si el alumno es capaz de realizar actividades, se modificarán los ejercicios de modo que pueda realizarlos (4.1 4.2 4.3 4.4), y además se tendrá en cuenta el ritmo de ejecución de las actividades (2.1).
- Alumno con hipoacusia. En la última sesión realizaremos un juego en el que se preguntarán de forma oral elementos vistos, por lo que se tendrán también preparadas las preguntas de forma escrita para que pueda entenderlas. (3.2).

<table>
<tr><td>UD: Deportes de lucha</td><td colspan="2">Sesión: 1 Nombre: Familiarización</td></tr>
<tr><td>Objetivos:</td><td colspan="2">Conocer el tatami
Perder miedo al contacto físico
Aprender a atarse el cinturón</td></tr>
<tr><td>Competencias clave:</td><td colspan="2">AA CD</td></tr>
<tr><td>O.E.</td><td colspan="2">C D K</td></tr>
<tr><td>Metodología</td><td colspan="2">Asignación de tareas/mando directo</td></tr>
<tr><td>Recursos</td><td colspan="2">Colchonetas, cinturones.</td></tr>
<tr><td colspan="3">Sesión</td></tr>
<tr><td colspan="2">Calentamiento:

Capturando conejos:

Pilla-pilla donde los alumnos van gateando menos los dos que pillan que se agarran de las manos, para pillar a los conejos deben capturarle entre ellos. Cuando son pillados se unen a los cazadores.

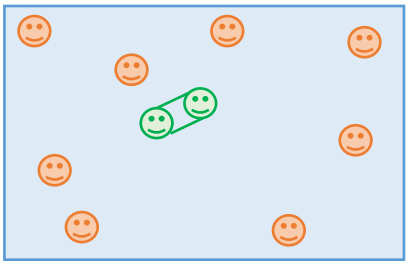
Variante: Alumnos que pillas cuando son cuatro se dividen.

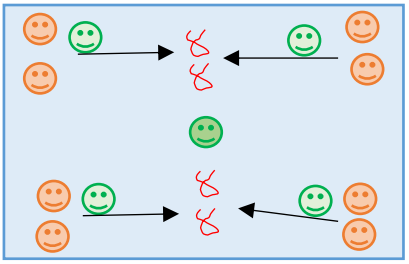
Parte principal:

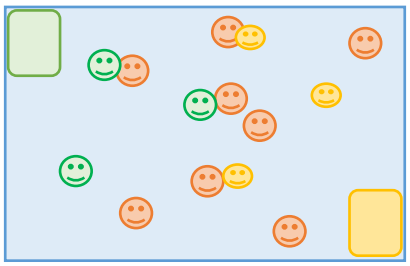
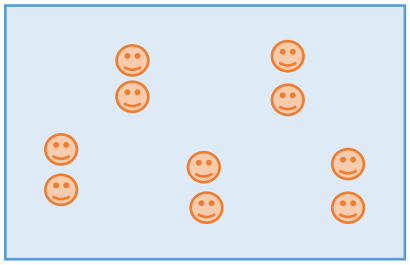
Enseñar cómo se ata el cinturón.

El juego del pañuelo: 4 equipos, con distintos desplazamientos, consigue ganar el que primero y mejor se ate el cinturón.

Variante: Atárselo a un compañero.</td><td>Gráficos

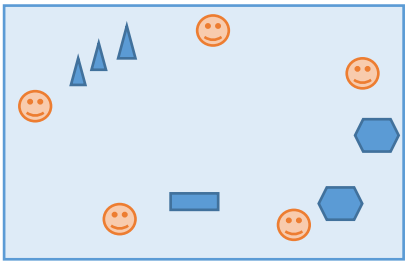
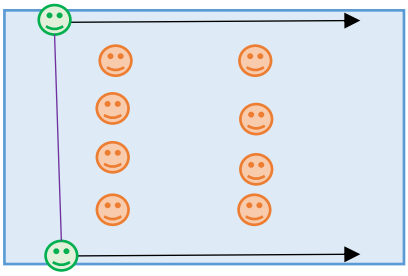
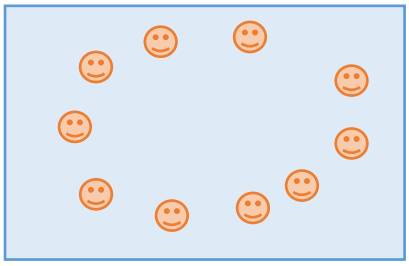
 

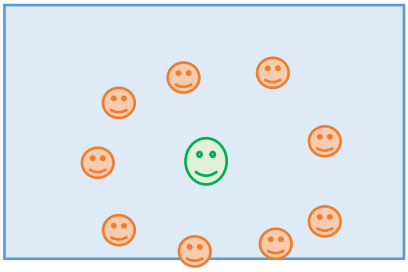
  </td></tr>
</table>

COG oro: Se dividen en 4 equipos, dos equipos estarán divididos por el Tatami con el cinturón en la mano. Los equipos que juegan deben ir corriendo atándoles los cinturones y llevándoselos a su campo. Gana el equipo con más personas. **Lucha del cinturón:** Por parejas deberán intentar desatar el cinturón del compañero, cada vez que lo consiga tendrá un punto. **Vuelta a la calma:** Estiramientos, comentando que les ha parecido la primera toma de contacto.	 

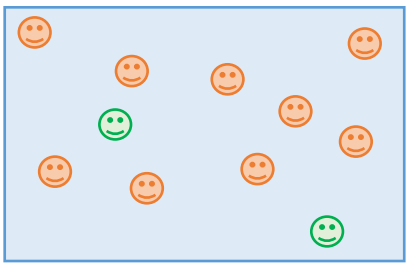
Evaluación	**Criterios**	**Estándares**
	1 3	**1.1 3.3**
Atención a la diversidad		**1.2 1.3 2.1 3.1 4.1 4.3 4.4 5.1**
Observaciones		**Actividades de refuerzo:** https://view.genial.ly/5e70ecf0adf8780fc367b5e6/interactive-content-el-cinturon

UD: Deportes de lucha	**Sesión:** 2 **Nombre:** Caídas
Objetivos:	Conocer los tipos de caídas Aprender a realizar las caídas
Competencias clave:	**CL AA**
O.E.	**I K**
Metodología	**Mando directo**

Recursos	**Tatami, cinturones**
Sesión	
Calentamiento: Circuito circular de calentamiento, saltos, giros, movilización articular.. **Parte principal:** Caída de espaldas - Ushiro-Ukemi mediante el juego del ritmo realizaremos la progresión: La progresión dentro de la enseñanza de caídas será la siguiente: - Golpeo: todos tumbados boca-arriba golpeando en el lateral de su cuerpo con las manos, - Balanceo: Barbilla pegada al esternón y balanceo del cuerpo por la columna. - Balanceo + golpeo. - Desde posición sentado. - Desde cuclillas. - Desde posición de pie. **Juego de la Ola:** Los alumnos colocados en filas, cuando el profesor pase con el cinturón deberán hacer la caída para no ser golpeados con él. **Realizaremos de forma similar y breve la progresión de la caída lateral Yoko-Ukemi.** **Dominó humano:** Realizando la caída intentaremos conseguir realizar el efecto de un domino humano.	**Gráficos**   

Vuelta a la calma: **Bomba:** Todos los alumnos en círculo menos uno que es el que cuenta (30¨). Durante esos 30¨ los alumnos deberán estar realizando de forma consecutiva las caídas, cuando al parar el tiempo el alumno este realizando estará eliminado.	

Evaluación	**Criterios**	**Estándares**	**Elementos**
	1	**1.1**	**Rúbrica**
Atención a la diversidad		**2.1 2.1 3.1 4.3 4.4 5.1 6.1**	
Observaciones			

UD: Deportes de lucha	**Sesión:** 3 **Nombre:** Caídas 2
Objetivos:	Reforzar el aprendizaje de las caídas
Competencias clave:	**CL AA**
O.E.	**D I K**
Metodología	**Mando directo, asignación de tareas.**
Recursos	**Tatami, cinturones**
Sesión	
Calentamiento **Juego del superhéroe:** Un par de personas ligan (villanos), a quien pillen deben tumbarse en el suelo, para salvar a los rehenes deben sentarse en el culo del compañero y realizar la caída de espaldas.	**Gráficos** 

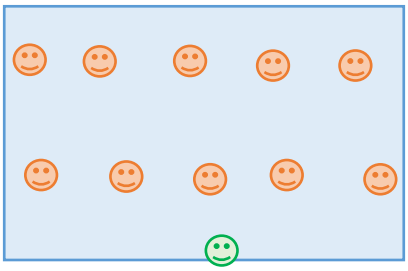
Parte principal:

Enseñanza caída hacia delante Mae Ukemi

Progresión:

- Posición de rodillas, con los antebrazos apoyados en el suelo levantar tripa.
- Desde rodillas inclinarse hacia delante golpeando con los antebrazos.
- De pie con las piernas muy abiertas.
- De pie con las piernas ligeramente abiertas.

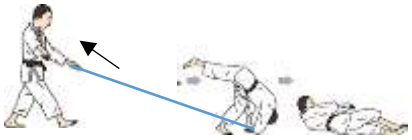
Juego de la coca cola: Los alumnos se colocan esparcidos por el tatami, cuando el profesor diga la palabra coca - cola deberá realizar la caída. El alumno que se equivoque deberá continuar haciendo el juego desde la posición de rodillas. Se podrá complicar metiendo palmadas u otras indicaciones.



Enseñanza caída rodada, Zempo Kaiten Ukemi.

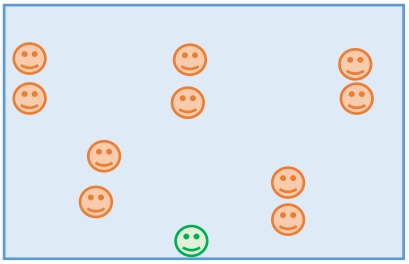
Mediante marcas en el suelo realizarán la caída desde posición estática.

Por parejas deberán cOGr un cinturón con la mano, y se ayudarán a realizar la caída.



Vuelta a la calma:

El mareo: Por parejas un compañero es el que manda, al tocar una parte del cuerpo deberán hacer una u otra caída.



Pecho: Ushiro ukemi

Espalda: Mae Ukemi

Brazo: Yoko Ukemi

Cabeza Zempo Kaiten Ukemi

Evaluación	Criterios	Estándares	Elementos
	1 9	1.1 9.1	Rúbrica
Atención a la diversidad		2.1 3.1 4.3 4.4 5.1 6.1	
Observaciones		Tarea de repaso: https://view.genial.ly/60d49f6500ac720dd823d3a1/interactive-content-caidas	

UD: Deportes de lucha	Sesión: 4 Nombre: Judo suelo
Objetivos:	Conocer diferente volteos Aprender las posiciones básicas de defensa.
Competencias clave:	CL
O.E.	C E K
Metodología	Descubrimiento guiado
Recursos	Tatami
Sesión	

Calentamiento:

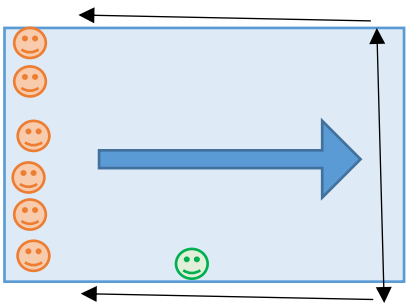
Desplazarse de distintas maneras:

-Monos, soldados, canguros…

- Volteretas, equilibrios…

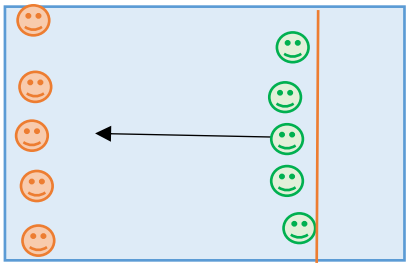
Prácticar caídas desplazándose.

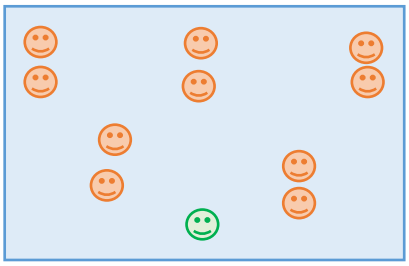
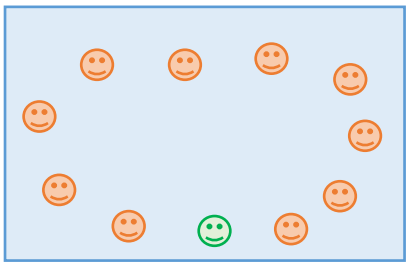
Gráficos



Parte principal:

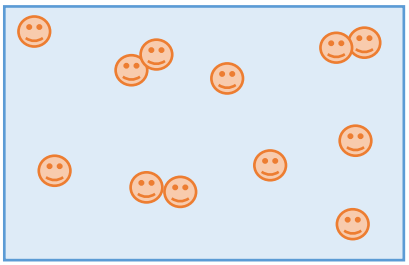
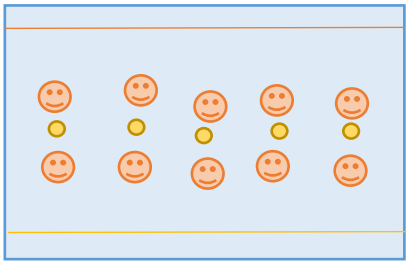
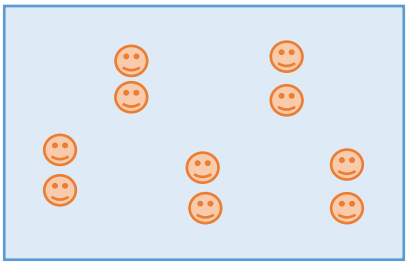
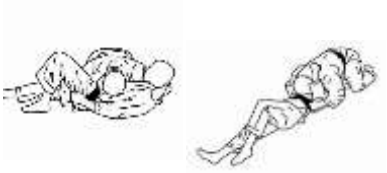
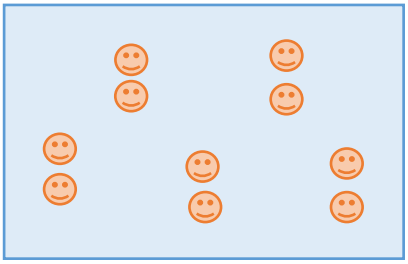
Dividimos en dos equipos: Un equipo se coloca boca-abajo, situado en un extremo del tatami, el otro equipo deberá llevarle a la zona marcada poniéndole boca arriba.

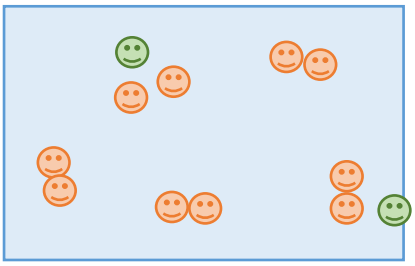


Vuelta a la tortilla: Por parejas, uno estará boca abajo y el otro deberá desde posición de rodillas darle la vuelta al compañero. **Explicación de volteo cuando el compañero esta tumbado boca abajo.** **Práctica con el compañero.** **Vuelta a la calma:** Estiramientos, mientras se crea un debate de cómo les ha parecido dar más fácil la vuelta al compañero.	 

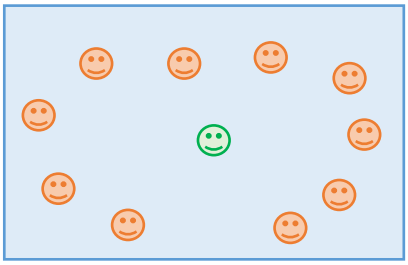
Evaluación	**Criterios**	**Estándares**	**Elementos**
	3	**3.3 3.4**	**Rúbrica**
Atención a la diversidad		**2.1 3.1 4.1 4.4 5.1 6.1**	
Observaciones			

UD: Deportes de lucha	**Sesión:** 5 **Nombre: Judo suelo 2**
Objetivos:	Aprender las principales posiciones de inmovilización
Competencias clave:	**CL AA CD**
O.E.	**I K**
Metodología	**Descubrimiento guiado**
Recursos	**Tatami, pelotas pequeñas**
Sesión	

Calentamiento: Todos andan a 4 patas en el momento que un compañero toca la espalda debe ponerse boca-abajo, y el compañero le dará la vuelta. Gana el que más veces haya conseguido dar la vuelta a los compañeros. **Parte principal:** **Por parejas:** Tendrán una pelota que deberán conseguir llevarla hasta el lado del compañero. El compañero deberá intentar lo mismo. Deben conseguir colocar al compañero boca arriba y colocarse encima sujetándole 15seg sin que se escape. Explicación de posición de inmovilización con 4 apoyos. Yoko shio gatame, Kami shio gatame. Uno alumno inmoviliza al otro colocando la pelota en la tripa de ellos. El que es inmovilizado debe conseguir que la pelota se vaya fuera de ellos o conseguir ponerse boca-abajo.	**Gráficos**     

Vuelta a la calma: **Rey de la pista:** Por parejas van realizando "combates" el ganador (inmoviliza 20") debe lugar con otro ganador y así hasta que exista el combate final. Los "perdedores" deberán ser árbitros contando los segundos.	

Evaluación	**Criterios**	**Estándares**	**Elementos**
	3 7	**3.1 3.3 7.1**	**Rúbrica**
Atención a la diversidad		**2.1 3.1 4.1 4.3 4.4 5.1 6.1**	
Observaciones		**Repaso suelo:** https://view.genial.ly/60d7035d83b8480ded4e1102/interactive-content-copia-repaso-1	

UD: Deportes de lucha	**Sesión:** 6 **Nombre:**
Objetivos:	Aprender técnica de cadera. Prácticar la coordinación y control del cuerpo.
Competencias clave:	**AA CL**
O.E.	**C I K**
Metodología	Descubrimiento guiado
Recursos	**Tatami, lazo**
Sesión	
Calentamiento: Carrera con diferentes desplazamientos, saltos y movilidad de todas las articulaciones del cuerpo.	**Gráficos** 

<table>
<tr>
<td>

Parte principal:

Por parejas:

- Espalda con espalda deben empujar hasta llegar hasta el final.
- Dividiéndoles con una línea, tirar para hacer pasar al compañero a su campo.
  - Con cada mano
  - Con ambas manos
  -

Por parejas, agarramos misma manga (se trabaja por ambas manos), el compañero tiene un lazo/tela pillado con el cinturón en la espalda, deben conseguir:

- Agarrar manga libre.
- Conseguir quitar el lazo.
- Conseguir poner el culo en su tripa.

Explicación de la técnica de cadera: O-Goshi

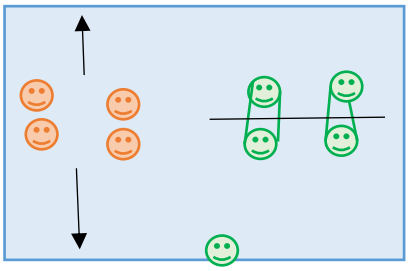
Práctica con el compañero en estático

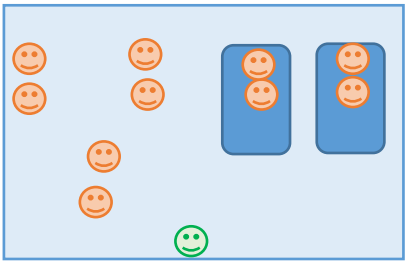
Práctica tirando al compañero en una colchoneta

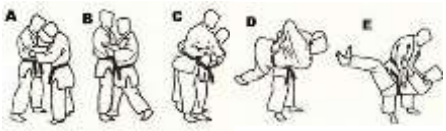
Vuelta a la calma:

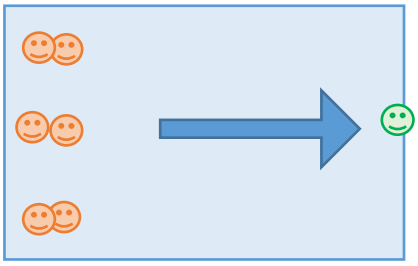
Juego del escondite inglés: realizando la técnica en desplazamiento.

</td>
<td>









</td>
</tr>
</table>

Evaluación	Criterios	Estándares	Elementos
	1 4	**1.1 4.2 4.4**	**Rúbrica**
Atención a la diversidad	2.1 3.1 4.3 4.4 5.1 6.1		
Observaciones			

UD: Deportes de lucha	**Sesión:** 7 **Nombre: Pie**
Objetivos:	Repasar la técnica de cadera Aprender técnica de pie
Competencias clave:	**AA CL**
O.E.	**D I K**
Metodología	**Mando directo**
Recursos	Tatami, pelotas

Sesión

Calentamiento:

Carrera de diferentes formas, repaso de las caídas en movimiento

Parte principal:

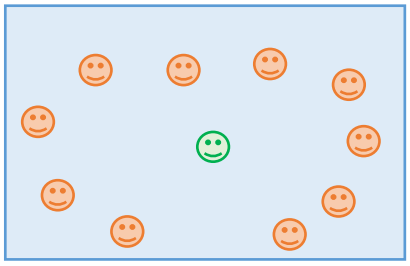
Tulipán: Dos alumnos pillan, para no ser pillado me coloco en Tuli, para ser salvado el compañero debe hacer la técnica.

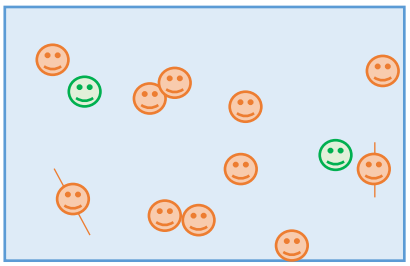
Explicación de la técnica de pie: O Soto Gari

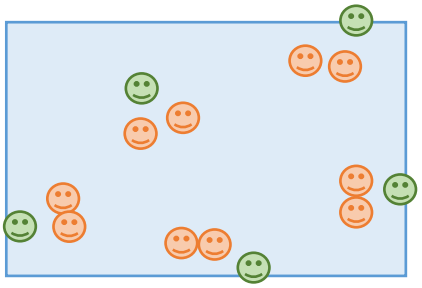
Práctica en tríos. Dos lo hacen uno intenta decir errores que observa (Sin proyección).

Igual pero con proyección en una colchoneta.

Gráficos



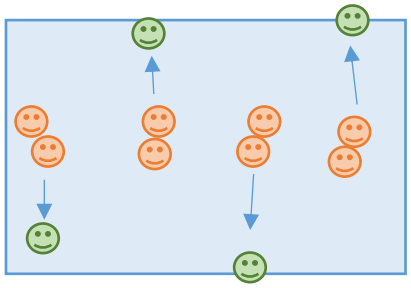
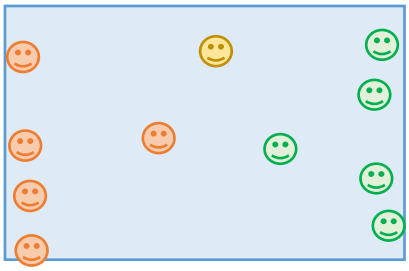




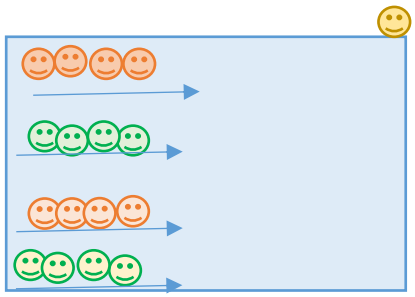
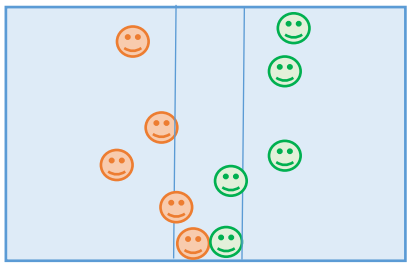
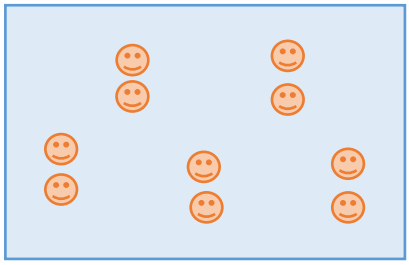
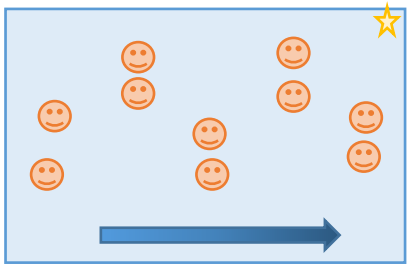
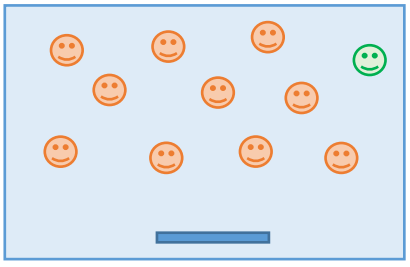
<table>
<tr>
<td colspan="2">Tiro a gol: Al alumno al que se le realiza la técnica tiene una pelota entre las piernas. El que realiza la técnica debe golpear el balón con la planta del pie el tercero debe conseguir que la pelota le pase entre las piernas.

Vuelta a la calma:

¿Quién sabe más? Pañuelo:

Dos equipos se dirán un número y un elemento técnico el primero que lo haga correctamente ganará un punto.</td>
<td> 
  </td>
</tr>
<tr><td rowspan="2">Evaluación</td><td>Criterios</td><td>Estándares</td><td>Elementos</td></tr>
<tr><td>1 4</td><td>1.1 4.4</td><td>Rúbrica</td></tr>
<tr><td colspan="2">Atención a la diversidad</td><td colspan="2">2.1 3.1 4.1 4.3 4.4 5.1 6.1</td></tr>
<tr><td colspan="2">Observaciones</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

UD: Deportes de lucha	**Sesión:** 8 **Nombre: Competimos**
Objetivos:	Conocer el método de competición - Reglas básicas y puntuaciones
Competencias clave:	**AA CD**
O.E.	**C D E K**
Metodología	**Asignación de tareas**
Recursos	Tatami, colchoneta, pelotas
Sesión	

Calentamiento: **Juego del grupo:** Correrán en todas direcciones y se irán agrupando según se diga. **Competición por grupos en diferentes desplazamientos,** sentados con las piernas abiertas, pasando por debajo de las piernas… **Parte principal:** **Nuestra tierra**: se crean dos equipos, cada uno tiene su Tierra, el objetivo consiste en conseguir más gente en tu campo, a quien se convierte en habitante tu equipo. Explicación de combate pie. Explicando la importancia del respeto hacia el contrario. Tres combates pie por peso aproximado. Explicación combate suelo. Pozo de combates de suelo **Vuelta a la calma:** Estiramientos y Visualización de combates.	**Gráficos**     

Evaluación	Criterios	Estándares	Elementos
	3 7 9	3.2 3.3 7.1 9.1	Rúbrica
Atención a la diversidad		2.1 3.1 4.1 4.3 4.4 5.1 6.1	
Observaciones		Videos: Best Judo Ippons of 2018 (柔道 2018) - Bing video JUDO FEMENINO (RUMBO A TOKIO 2020) - Bing video	

UD: Deportes de lucha	Sesión: 9 Nombre: Judo para ciegos
Objetivos:	Conocer y realizar judo adaptado.
Competencias clave:	AA
O.E.	E K
Metodología	Mando directo, asignación de tareas
Recursos	Tatami, pelotas, Antifaces
Sesión	

Durante toda la sesión los alumnos llevarán puestas los antifaces.

Se tendrá en cuenta distintas medidas de seguridad.

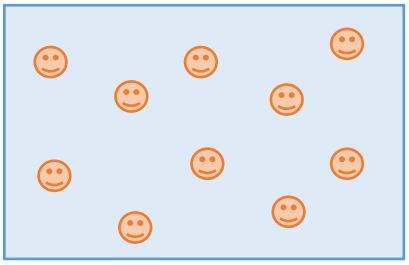
Calentamiento:

Reconocimiento del Tatami.

Cada alumno se colocará en una colchonera por su seguridad y realizara los ejercicios:

- Correr en el sitio, saltar, rodar, voltereta..

Gráficos



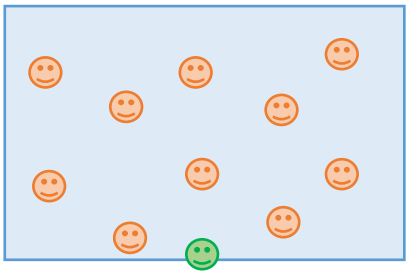
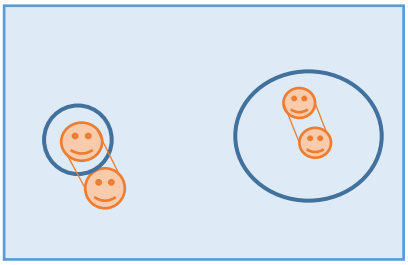
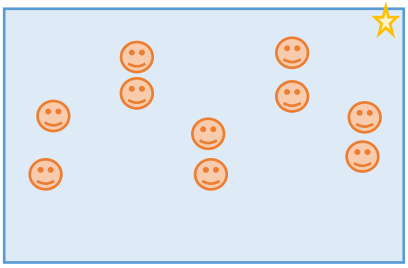
<table>
<tr>
<td>Parte principal:

Juego de la Cocacola: Los alumnos se colocan esparcidos por el tatami, cuando el profesor diga la palabra coca - cola deberá realizar la caída. El alumno que se equivoque deberá continuar haciendo el juego desde la posición de rodillas. Se podrá complicar metiendo palmadas u otras indicaciones. Con todas las caídas.

Juego de los desequilibrios: Por parejas siempre agarrados, deberán dentro de un circulo:
- Meter a su compañero
- Sacar del círculo a su pareja o tirarla mediante una técnica.

Combate suelo:

Vuelta a la calma:

Explicación de sensaciones percibidas.</td>
<td> 
 
  </td>
</tr>
</table>

Evaluación	Criterios	Estándares	Elementos
	3 9	**3.4 9.1**	**Rúbrica**
Atención a la diversidad		**2.1 3.1 4.1 4.3 4.4 5.1 6.1**	
Observaciones			

UD: Deportes de lucha	**Sesión:** 10 **Nombre: Juego final**
Objetivos:	Repasar la técnica de cadera Aprender técnica de pie
Competencias clave:	**C D I K**
O.E.	**AA CD CL**
Metodología	**ABJ**
Recursos	Tatami, ordenador, dado, lápiz y papel

Sesión

Calentamiento:

Creación de grupos de 4.

Parte principal:

Juego mediante la plataforma de Genially:

El juego contara de una serie de preguntas, todos los grupos deberán resolverlas todas, si lo consiguen conseguirán los siguientes puntos:

+3 1ºEquipo que mejor lo realiza de forma más rápida.

+2 2ºEquipo que lo realiza de forma más rápida.

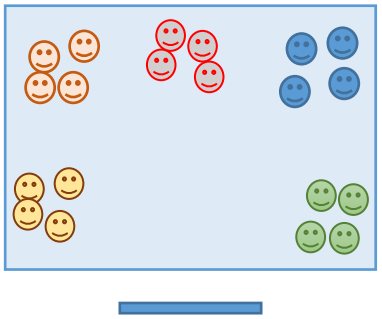
+1 Dos grupos que lo realizan de forma más tardía.

+0 si no lo realiza.

Se preguntarán elementos técnicos vistos en las sesiones:

Técnicas, Caídas, Formas de volteo, Movimientos básicos.

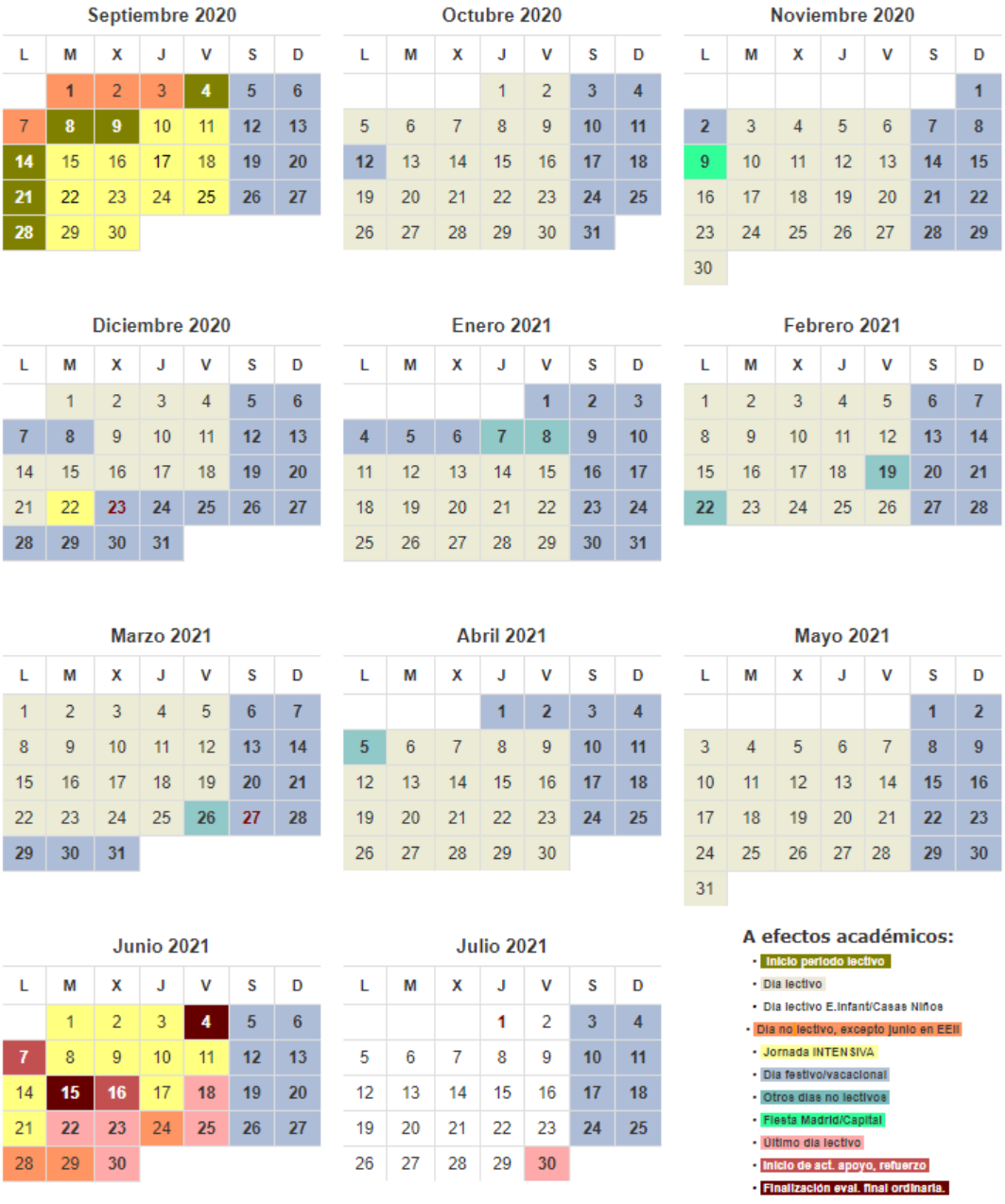
Gráficos



Tras finalizar el juego se sumarán los puntos de las anteriores sesiones para proclamar al ganador o ganadores. **Vuelta a la calma:** Autoevaluación de la UD y evaluación del docente	

Evaluación	**Criterios**	**Estándares**	**Elementos**
	1	**1.4**	**Lista de control**
Atención a la diversidad		**2.1 3.1 4.1 4.3 4.4 5.1 6.1**	
Observaciones		https://view.genial.ly/60d3811038f4b00da24ac0d8/interactive-content-genially-sin-ti	

Anexo II Calendario Escolar



Anexo III Autoevaluación docente

Unidad Didáctica		
En las sesiones		
Cumplo con los objetivos	SI	NO
Trabajo las competencias	SI	NO
Trabajo los elementos transversales	SI	NO
Cumplen el horario previsto	SI	NO
Los alumnos...		
Aprenden los contenidos	SI	NO
Muestran interés	SI	NO
Tienen motivación	SI	NO
Muestran respeto a los demás	SI	NO
Planificación		
Cumplo con lo planeado	SI	NO
Cumplen el horario previsto	SI	NO

Anexo IV Evaluación docente

Cuestionario: Labor Docente

1: Totalmente en desacuerdo; **2**: En desacuerdo; **3**: De acuerdo; **4**: Totalmente de acuerdo.

Tarea del profesor	1	2	3	4
El profesor explica con claridad.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor es ordenado y sistemático en sus exposiciones.	⬭	⬭	⬭	⬭
El orden en que el profesor da la clase me facilita su seguimiento.	⬭	⬭	⬭	⬭
Es fácil aprender con este profesor.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor mantiene un ritmo de exposición correcto.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor demuestra, con sus explicaciones, que se ha preparado las clases.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor demuestra un buen dominio de la materia que explica.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor demuestra interés por la materia que imparte.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor hace la clase amena y divertida.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor consigue mantener mi atención durante las clases.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor habla con expresividad y variando el tono de voz.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor relaciona los conceptos teóricos con ejemplos, ejercicios y problemas.	⬭	⬭	⬭	⬭
Sus explicaciones me han ayudado a entender mejor la materia explicada.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor transmite interés por la asignatura.	⬭	⬭	⬭	⬭

Interacción con el grupo	1	2	3	4
El profesor fomenta la participación de los alumnos.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor consigue que los estudiantes participen activamente en sus clases.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor resuelve nuestras dudas con exactitud.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor procura saber si entendemos lo que explica.	⬭	⬭	⬭	⬭
El profesor manifiesta una actitud receptiva y respetuosa con el alumnado.	⬭	⬭	⬭	⬭

Unidades impartidas	1	2	3	4
Las unidades me aportan nuevos conocimientos.	⬭	⬭	⬭	⬭
La formación recibida es útil.	⬭	⬭	⬭	⬭
Los contenidos de las unidades son interesantes.	⬭	⬭	⬭	⬭

	1	2	3	4
Evaluación				
El método de evaluación es justo.	⬭	⬭	⬭	⬭
Los enunciados de los exámenes son claros.	⬭	⬭	⬭	⬭
La corrección de los exámenes es adecuada.	⬭	⬭	⬭	⬭
La prueba se corresponde con el nivel explicado.	⬭	⬭	⬭	⬭
La calificación obtenida se ajusta a los conocimientos demostrados.	⬭	⬭	⬭	⬭
Estoy satisfecho/a con mi comprensión de los contenidos.	⬭	⬭	⬭	⬭
Estoy satisfecho/a con el trabajo que le he dedicado a la unidad.	⬭	⬭	⬭	⬭

Comentarios que ayuden al profesor a mejorar