



# **Programación didáctica de Educación Física para 4º de ESO**

---

Trabajo Fin de Máster

## **Máster Universitario en Formación del Profesorado**


Presentado por:

**D. Diego Fominaya Ortiz**

Dirigido por:

**D. Alejandro De La Viuda Serrano**

**Alcalá de Henares, a 21 de junio de 2022**



## INDICE

<b>1. Introducción.....</b>	<b>5</b>
1.1 Intenciones educativas.....	6
1.2 Demanda social respecto de los objetivos y competencias a obtener por los alumnos.	7
1.3 La lógica curricular o análisis general de los contenidos de la materia. ....	7
1.4 Grandes líneas metodológicas o principios psicopedagógicos en los que se basará la actuación docente. ....	8
<b>2. Contextualización.....</b>	<b>8</b>
2.1 El contexto social, histórico y geográfico en el que se realiza la acción docente. ....	8
2.2 Características del alumnado.....	9
2.3 Trayectoria del centro educativo. ....	10
<b>3. Competencias clave y objetivos a alcanzar por los alumnos. ....</b>	<b>10</b>
<b>4. Contenidos. ....</b>	<b>16</b>
4.1 Selección, secuenciación y organización de los contenidos.....	16
<b>5. Unidades didácticas.....</b>	<b>19</b>
<b>6. Metodología. ....</b>	<b>40</b>
<b>7. Recursos didácticos. ....</b>	<b>42</b>
<b>8. Evaluación.....</b>	<b>45</b>
8.1 Evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje del alumnado. ....	45
8.1.1 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables. ....	45
8.1.2 Procedimientos e instrumentos de evaluación.....	45
8.1.3 Criterios de calificación. ....	47
8.1.4 Recuperación de la materia. ....	49
8.2 Evaluación de la programación y de la práctica docente. ....	50
<b>9. Medidas de atención a la diversidad.....</b>	<b>50</b>
<b>10. Enseñanzas transversales. ....</b>	<b>54</b>
<b>11. Actividades complementarias y extraescolares. ....</b>	<b>55</b>
<b>12. Bibliografía. ....</b>	<b>57</b>
<b>13. Anexos. ....</b>	<b>59</b>

## ÍNDICE DE TABLAS.

	Nº Pág.
<b>Tabla 1.</b> Distribución temporal de los trimestres.....	18
<b>Tabla 2.</b> Unidad didáctica 1.....	19
<b>Tabla 3.</b> Unidad didáctica 2.....	20
<b>Tabla 4.</b> Unidad didáctica 3.....	23
<b>Tabla 5.</b> Unidad didáctica 4.....	25
<b>Tabla 6.</b> Unidad didáctica 5.....	27
<b>Tabla 7.</b> Unidad didáctica 6.....	30
<b>Tabla 8.</b> Unidad didáctica 7.....	32
<b>Tabla 9.</b> Unidad didáctica 8.....	34
<b>Tabla 10.</b> Unidad didáctica 9.....	36
<b>Tabla 11.</b> Unidad didáctica 10.....	38
<b>Tabla 12.</b> Relación de los estilos de enseñanza con las unidades didácticas.....	42
<b>Tabla 13.</b> Relación de los bloques de contenidos con los espacios del centro.....	43
<b>Tabla 14.</b> Relación de los instrumentos de evaluación con las unidades didácticas.....	46
<b>Tabla 15.</b> Criterios de calificación de cada unidad didáctica.....	48
<b>Tabla 16.</b> Enseñanzas transversales en relación con las unidades didácticas del curso.....	54
<b>Tabla 17.</b> Horarios de las actividades extraescolares.....	56
<b>Tabla 18.</b> Clasificación de los objetivos de la unidad didáctica 5.....	63
<b>Tabla 19.</b> Sesión 1.....	64
<b>Tabla 20.</b> Sesión 2.....	68
<b>Tabla 21.</b> Sesión 3.....	72
<b>Tabla 22.</b> Sesión 4.....	76
<b>Tabla 23.</b> Sesión 5.....	81
<b>Tabla 24.</b> Sesión 6.....	84
<b>Tabla 25.</b> Sesión 7.....	89
<b>Tabla 26.</b> Estilos de enseñanza empleados en cada sesión de la unidad didáctica.....	95
<b>Tabla 27.</b> Hoja de observación A.....	96
<b>Tabla 28.</b> Ficha de puntuación adjunta a la Hoja de observación A.....	96
<b>Tabla 29.</b> Hoja de observación B.....	99
<b>Tabla 30.</b> Ficha de puntuación adjunta a la Hoja de observación B.....	99
<b>Tabla 31.</b> Escala de valoración para la coevaluación de las vueltas a la calma.....	101
<b>Tabla 32.</b> Clasificación de los criterios de evaluación y de los estándares de aprendizaje.....	102
<b>Tabla 33.</b> Relación de los criterios de evaluación y de los estándares de aprendizaje de la U.D 5 con el resto de elementos del currículo.....	103
<b>Tabla 34.</b> Calendario lectivo septiembre 2021.....	108
<b>Tabla 35.</b> Calendario lectivo octubre 2021.....	108
<b>Tabla 36.</b> Calendario lectivo noviembre 2021.....	109
<b>Tabla 37.</b> Calendario lectivo diciembre 2021.....	109
<b>Tabla 38.</b> Calendario lectivo enero 2022.....	110
<b>Tabla 39.</b> Calendario lectivo febrero 2022.....	110

<b>Tabla 40.</b> Calendario lectivo marzo 2022 .....	111
<b>Tabla 41.</b> Calendario lectivo abril 2022 .....	111
<b>Tabla 42.</b> Calendario lectivo mayo 2022.....	112
<b>Tabla 43.</b> Calendario lectivo junio 2022.....	112

## 1. Introducción

Este trabajo será la programación didáctica para la asignatura de Educación Física de la clase de 4ºA de la ESO del Colegio Tres Olivos de la Comunidad Autónoma de Madrid en el curso 2021-2022, basada en las leyes educativas nacionales y autonómicas correspondientes, desde la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), junto con su modificación propuesta en la Ley Orgánica 6/2013 del 9 de diciembre de mejora de la calidad educativa (LOMCE) y el Real Decreto 1105/2014 del 26 de diciembre por el que se establece el currículo básico de la ESO y del Bachillerato. También se tendrá en cuenta Decreto 48/2015, de 14 de mayo, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la ESO.

A pesar de que ya está aprobada la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE), utilizaremos la ley anterior para esta programación didáctica ya que aún no hay desarrollo autonómico de la ley y, por tanto, no hay todavía decretos específicos por comunidades que es donde se detallan los apartados que el decreto nacional indica. La Educación Física es una necesidad fundamental en la formación integral de las nuevas generaciones. En las últimas décadas, su importancia y su relación directa con la salud ha ido calando más profundamente en la sociedad, otorgando cada vez más valor a esta materia a nivel legislativo, práctico y teórico.

El propio Real Decreto 1105/2014 del 26 de diciembre (p.480) afirma que esta asignatura va mucho más allá de la adquisición de competencias motrices, e incluso establece que la Educación Física está vinculada a la adquisición de competencias y valores relacionados con la salud mediante la promoción, adquisición y consolidación de hábitos responsables que la favorezcan, fundamentalmente a través de la práctica físico-deportiva regular. También destaca sus otros beneficios a nivel psicológico y social que repercuten directamente de manera positiva al alumnado. Por ello la programación y planificación de esta asignatura debe ser clara, concisa y eficaz como aspecto imprescindible para que se imparta con calidad y eficiencia.

“Entendemos cómo la Educación Física busca, ante todo, desarrollar las capacidades motrices del alumno, pero no nos quedamos simplemente en el concepto puramente motricista; yendo más allá gracias a la Educación Física, el alumno se desarrolla cognitivamente, afectivamente y socialmente.” (Mazón Cobo, 2021, p. 10).

La programación didáctica es un recurso que debe orientar al profesorado en todo momento para ayudarle en la toma de decisiones y en la concreción de las estrategias metodológicas y educativas que permitan conseguir los objetivos establecidos y desarrollar los contenidos propuestos por la administración educativa. Gracias a ella, la calidad educativa mejorará y la Educación Física dejará de asociarse con conceptos como el juego libre, la gimnasia o la carrera continua sin sentido aparente que desvirtúa su gran potencial educativo (Jiménez García, 2021).

La Educación Física nos ofrece la posibilidad de aprender en movimiento dentro de los espacios en los que se desarrolla o el tipo de interacciones que surgen entre el grupo a la hora de realizar actividades. Una de nuestras funciones prioritarias como docentes debe ser por tanto organizar, secuenciar y temporalizar de forma correcta todos los contenidos recogidos en las leyes educativas correspondientes, en este caso en el Decreto 48/2015 por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad de Madrid.

### **1.1 Intenciones educativas**

Con este trabajo se pretende crear una propuesta curricular completa que favorezca el desarrollo de la asignatura de Educación Física cumpliendo con todos los criterios establecidos en las leyes de educación correspondientes. Se busca generar un currículo que abarque desde los aspectos más generales y troncales que puedan servir de guía al docente de esta asignatura facilitando su labor, hasta los detalles y situaciones más concretas que requieran adaptar los distintos elementos curriculares a las necesidades específicas del alumnado. Una buena programación es un proceso que debe ser planificado y organizado minuciosamente porque es el esqueleto estructural que nos guiará durante el desarrollo del curso académico. La programación “depende tanto de la manera en que su profesorado asimila e interpreta el modo más adecuado para llevar a cabo este encargo institucional, como de las características del contexto escolar en donde se desarrollan.” (Buscà et al., 2016, p. 297).

Otro aspecto fundamental debe ser detallar de manera correcta y precisa los distintos procesos de evaluación, ya que es la forma de medir la efectividad de muchas variables como las programaciones, las metodologías empleadas, la gestión de los grupos etc. Por ello es la herramienta ideal para comprobar las diferencias existentes entre los objetivos propuestos y la manera en la que hemos llevado a cabo el proceso de enseñanza-

aprendizaje y los resultados reales obtenidos.

### **1.2 Demanda social respecto de los objetivos y competencias a obtener por los alumnos**

El alumnado al que va dirigido esta programación didáctica se encuentra entre los 15 y los 16 años, en plena adolescencia. Es una etapa de cambios constantes y uno de los objetivos principales que se espera obtener cuando acaben la Educación Secundaria Obligatoria es que sean capaces de adaptarse a la sociedad actual mediante el esfuerzo, la autosuperación, la constancia y la disciplina. Con la realización de esta asignatura durante este curso se espera que desarrollen competencias motrices, pero también los valores mencionados, priorizando el respeto, tanto en lo deportivo como en todo el resto de ámbitos de la vida. Por ello, se pretende que se desarrollen, tanto de manera individual como de manera colectiva, creciendo como personas y como grupo. Es importante concienciar y educar al alumnado en la generación de hábitos saludables y valores para que puedan extrapolar lo aprendido durante su proceso de aprendizaje a otras facetas de su vida personal.

La materia Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados sobre todo a la conducta motora; para su consecución no es suficiente con la mera práctica, sino que es necesario el análisis crítico que afiance actitudes, valores referenciados al cuerpo, al movimiento y a la relación con el entorno. Real Decreto 1105/2014, p480.

### **1.3 La lógica curricular o análisis general de los contenidos de la materia**

Los contenidos descritos para el curso de 4º de la ESO son muy variados y completos, yendo desde la práctica de deportes más tradicionales como el voleibol o las palas hasta deportes menos conocidos como la escalada o el patinaje sobre ruedas. También se desarrollarán contenidos relacionados con la capacidad artístico-expresiva del cuerpo humano. Por último, cabe mencionar que se buscará que el alumnado obtenga e interiorice conocimientos acerca del funcionamiento del cuerpo humano y el impacto de las

actividades físico-deportivas y las pautas de nutrición y alimentación en la salud. Gracias a estos contenidos heterogéneos el aprendizaje y aprovechamiento de esta asignatura será más íntegro e irá mucho más allá de la práctica deportiva.

#### **1.4 Grandes líneas metodológicas o principios psicopedagógicos en los que se basará la actuación docente**

Como se refleja en el decreto 48/2015 (p. 215), dos de los principales focos de aprendizaje que se buscan lograr con esta asignatura son el desarrollo de las competencias motrices y el desarrollo de competencias relacionadas con la salud. Al encontrarnos en el último curso de la ESO pretendemos que los propios alumnos sean capaces de gestionar su aprendizaje de manera autónoma para que puedan plantearse sus retos individuales de forma independiente, de acuerdo a sus posibilidades personales. Para ello se priorizarán las metodologías en las que la participación activa sea la base de todas las actividades y en las que sean los alumnos los protagonistas principales de su proceso de aprendizaje. Por tanto, se buscará el máximo tiempo de compromiso motor posible en todas las sesiones, fomentando la motivación al máximo para llevar a cabo esta práctica autónoma en la que el profesor guiará parcialmente a los alumnos para que ellos mismos sean quienes descubren cómo alcanzar los objetivos propuestos en relación a los contenidos establecidos.

## **2. Contextualización**

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

El centro escolar Tres Olivos es un colegio concertado de inclusión específica de alumnos con discapacidad auditiva, inaugurado en el año 2001 como proyecto de la Fundación Dales la Palabra. Está ubicado en la calle Casildea de Vandalia 3, en el barrio de Tres Olivos perteneciente al distrito de Fuencarral – El Pardo 28034, Madrid.

Con aproximadamente una proporción del 10% de alumnos con discapacidad auditiva con los años han sido muchas las familias con hijos con discapacidad que han optado por este centro para la educación de sus hijos. Al convertirse un centro de referencia en inclusión, también ha llamado la atención de las familias con hijos con otros tipos de discapacidades aparte de la auditiva, por lo que hay una amplia diversidad y un clima inclusivo y cooperativo en el que día a día conviven alumnos con y sin discapacidad. Por



este motivo el colegio cuenta con alumnos de prácticamente todas las partes de Madrid, a diferencia del resto de centros educativos que normalmente concentran a los alumnos de sus respectivas zonas. El Colegio Tres Olivos oferta plazas desde el primer ciclo de educación infantil hasta bachillerato y formación profesional, por lo que cuenta con alumnos de un amplio rango de edades diferentes.

## **2.2 Características del alumnado**

El grupo para el cual se ha diseñado esta programación didáctica es la clase de 4ºA de ESO. Está formada por un total de 24 alumnos, pertenecientes a la rama de ciencias. De ellos, 13 son chicos (54%) y 11 chicas (46%), y tres de ellos tienen discapacidad auditiva. Estos estudiantes representan el 12,5% del grupo y presentan hipoacusia leve y son los únicos que podemos considerar como alumnos con necesidades educativas especiales. Las Necesidades Educativas Especiales (NEE) surgen a raíz de las necesidades de grupos específicos de niños y niñas con diversidades funcionales de distinta clase, ante la falta de individualización en los contenidos que se desarrollan en los ámbitos educativos.

La población escolar con NEE se ha incrementado en el tiempo, posiblemente en función de diversos factores: la tendencia fuertemente inclusiva de las sociedades modernas, con la idea central de “que nadie quede afuera”; el mayor conocimiento y reconocimiento de condiciones transitorias o permanentes que potencialmente afectan el aprendizaje; las mayores expectativas y demandas sociales por educación y especialización para la vida laboral y productiva; y la mayor complejidad de los aprendizajes a adquirir, entre otros. (López & Valenzuela, 2015, p.43).

La hipoacusia es la incapacidad total o parcial para escuchar sonidos en uno o ambos oídos. Supone la disminución del nivel de audición, medido en decibelios (dB), por encima de lo que se considera normal. (Medina et al., 2013).

La competencia motriz de este grupo es buena en general, destacando su adecuada condición física y grandes capacidades para el deporte. Ningún estudiante es obeso o tiene algún tipo de problema físico o psicomotriz. La implicación del alumnado es alta y es palpable la necesidad que tienen de desfogarse y realizar ejercicio en su horario lectivo, ya que el resto de asignaturas son teóricas. Por último, el ambiente del grupo y su cohesión

son muy positivos. No se apreciaban subgrupos muy marcados en la clase. Nadie del grupo tiene problema en interactuar con cualquier persona de la clase y todos estaban integrados en el grupo.

### **2.3 Trayectoria del centro educativo**

Las principales líneas de actuación docente del profesorado del Colegio Tres Olivos van en la misma sintonía que la filosofía del centro, por lo que la inclusión en el deporte es fundamental en todas las clases de todos los cursos que se imparten, así como la concienciación para el alumnado acerca de los beneficios para la salud a través de la práctica deportiva y la importancia de los hábitos saludables en su vida cotidiana.

El colegio se inauguró en el año 2001, ofertando Educación Infantil y Educación Primaria, y añadiendo Educación Secundaria un año después. En el año 2009 ampliaron su oferta educativa a Bachillerato y Formación Profesional. Desde entonces el colegio ha seguido en continua expansión, ya que en la actualidad cuenta con ciclos formativos online e incluso un máster en colaboración con la UNED (Universidad Nacional de Educación a Distancia) sobre Sistemas Aumentativos y Alternativos de la Comunicación y del Lenguaje.

## **3. Competencias clave y objetivos a alcanzar por los alumnos**

### **➤ Competencias**

Como se indica en el Real Decreto 1105/2014 (p. 170), la denominación de las competencias clave tiene origen en la Unión Europea y están relacionadas con el bienestar de las sociedades europeas, el crecimiento económico y la innovación. “Las competencias clave son aquellas que todas las personas precisan para su realización y desarrollo personal, así como para la ciudadanía activa, la inclusión social y el empleo”.

Se identifican siete competencias clave, las cuales están detalladas en 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 ESO y el Bachillerato, emitida por el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de España. En esta orden se divide al conocimiento competencial en tres tipos. El primero se basa en el conocimiento y es fundamentalmente conceptual (conocimiento declarativo, saber decir); el segundo es relativo a las destrezas, referidas a las acciones físicas y/o mentales (conocimiento procedimental-saber hacer); y, por último, el tercer

tipo es el que hace referencia al conjunto de actitudes y valores de carácter social y cultural (saber ser). En el Artículo 2 se enuncian estas siete competencias clave y se describen detalladamente en el Anexo I. Las competencias clave son las siguientes:

- **Comunicación lingüística (CL)**

En la asignatura de Educación física la comunicación verbal también será importante para fomentar y facilitar el trabajo en equipo, para la interpretación de las normas y reglas de los distintos juegos y deportes y para la utilización de un lenguaje correcto y preciso en función de la actividad que se esté desarrollando. Este aspecto será determinante en la unidad didáctica de salud, en la cual se deberán emplear tecnicismos y lenguaje específico relacionado con la materia.

- **Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT)**

Esta competencia tendrá especial relevancia de nuevo en los contenidos relacionados con la salud por su carácter científico. Además, muchos de los parámetros fisiológicos del cuerpo humano como la frecuencia cardíaca o la medición de las kilocalorías requieren la utilización de sistemas de referencia numéricos y estadísticos. También se requieren sistemas matemáticos para la puntuación de todos los deportes.

- **Competencia digital (CD)**

Esta competencia se fomentará en todas las actividades en las que se empleen las tecnologías de la información y la comunicación, ya sea en la grabación y edición de coreografías, la utilización de aparatos electrónicos como un pulsómetro o la utilización de dispositivos inteligentes para la búsqueda y selección de recursos audiovisuales o teóricos para enriquecer el proceso de aprendizaje.

- **Aprender a aprender (AA)**

Esta competencia es fundamental para la gestión personal del aprendizaje individual de cada alumno. En ella se incluye la capacidad de esfuerzo, la tolerancia a la frustración, la elección realista de los objetivos personales, la automotivación, la capacidad de trabajo en equipo y la capacidad de aprender de los errores.

- **Competencias sociales y cívicas (CSC)**

La actividad física y el deporte son una herramienta perfecta para la enseñanza y transmisión de valores personales y colectivos. Durante este curso se buscará que el respeto, la tolerancia y la convivencia se vean beneficiadas y fomentadas durante el desarrollo de la asignatura, para favorecer el bienestar personal del alumnado y el bienestar colectivo de la clase.

- **Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE)**

Con esta competencia se busca llevar a cabo ideas transformándolas en acciones con una actitud activa y creativa. Se buscará que el alumnado se implique en el desarrollo de proyectos deportivos como torneos o incluso de actividades deportivas extraescolares. Para ello, se otorgará libertad al grupo para que proponga ideas y proyectos propios que puedan estar relacionados con la asignatura.

- **Conciencia y expresiones culturales (CEC)**

Para trabajar esta competencia se buscará relacionar las actividades con las distintas sociedades y culturas existentes, tanto las de carácter deportivo como las de carácter artístico y expresivo. Esta competencia está relacionada con la CSC ya que el respeto y la tolerancia también están implícitos en ella.

➤ **Objetivos**

En cuanto a los objetivos, nos basaremos en los tres niveles existentes de concreción curricular, comenzando por el primero con los Objetivos Generales de la Etapa (OGE) descritos en el Artículo 3 del Decreto 48/2015 del Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid (pp. 11-12) y en el Artículo 11 del Real Decreto 1105/2014 del Boletín Oficial del Estado (pp. 176-177). Estos objetivos son los siguientes:

- 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, con

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 y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

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.

De todos estos O.G.E se relacionan con la asignatura de Educación Física los siguientes:  
a, b, c, d, e, f, g, j, k y l.

#### - **Objetivos del departamento (2º nivel de concreción curricular)**

Para la elaboración de los objetivos del departamento nos hemos basado en los criterios de evaluación para 4º de ESO recogidos en el Real Decreto 1105/2014:

1. Solventar situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos aprendidos en las actividades físico deportivas propuestas en función de forma correcta y precisa.
2. Componer y realizar montajes artísticos individuales o colectivos utilizando la expresión corporal de manera organizada y original.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-

oposición siendo capaces de tomar la decisión adecuada en función del momento y del contexto específico del juego.

4. Conocer e interiorizar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la salud y la condición física, aplicando los conocimientos científicos propuestos.
5. Mejorar o mantener los factores de la condición física practicando actividades físico deportivas de forma saludable de acuerdo a las posibilidades individuales de cada persona.
6. Reconocer y ajustar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad y el carácter de los esfuerzos.
7. Colaborar y participar en la elaboración y planificación de actividades deportivas de carácter lúdico y competitivo, previendo a las mismas los recursos personales necesarios en organización y cooperación con el resto de los compañeros.
8. Analizar de forma crítica el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, sociales, educativos y saludables de los negativos como la violencia, la discriminación o el exceso de competitividad.
9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades deportivas analizando su impacto en la sociedad y el entorno.
10. Fomentar una actitud responsable a la hora de la práctica físico deportiva para que sea sana y segura, teniendo en cuenta todos los factores influyentes para ello y previendo las consecuencias que puedan tener las actuaciones inconscientes en la seguridad e integridad de los participantes.
11. Desarrollar y demostrar actitudes personales de cooperación, cohesión y trabajo en equipo apoyando a los compañeros a resolver las situaciones emergentes de manera conjunta y coordinada.
12. Utilizar de forma adecuada y eficaz las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para apoyar y reforzar el proceso de aprendizaje, buscando y seleccionando la información relacionada con los contenidos del curso en base al criterio personal de cada alumno.

- **Objetivos de la programación didáctica (3<sup>er</sup> nivel de concreción curricular)**

Para la elaboración de los objetivos del departamento nos hemos basado en la consecución de los contenidos y objetivos establecidos para 4<sup>o</sup> de ESO recogidos en el Decreto 48/2015:

- A. Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas individuales en patinaje sobre ruedas, deportes de

- raqueta, voleibol y escalada.
- B. Diseñar y representar montajes coreográficos individuales y colectivos con finalidad artístico-expresiva.
  - C. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en voleibol y en los deportes de raqueta desarrollando estrategias adecuadas para resolverlas.
  - D. Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.
  - E. Mantener y/o desarrollar las capacidades físicas, identificando los niveles en las vías de escalada adecuados de acuerdo con las posibilidades personales de cada individuo para fomentar su práctica saludable.
  - F. Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.
  - G. Participar de forma activa en la organización de eventos deportivos colaborando en todas las funciones necesarias que se requieran para su celebración y puesta en marcha.
  - H. Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.
  - I. Analizar el impacto social, económico y medioambiental que la práctica deportiva tiene en la sociedad y en los entornos naturales.
  - J. Desarrollar el sentido de la responsabilidad en el patinaje y la escalada para prevenir posibles accidentes y promover unas condiciones de práctica seguras.
  - K. Demostrar una actitud colaborativa y de trabajo en equipo en la práctica de voleibol, apoyando a los compañeros, desarrollando la tolerancia a la frustración y cooperando con ellos en la resolución de problemas.
  - L. Utilizar eficazmente las nuevas tecnologías en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, empleando los medios más adecuados para cada tipo de búsqueda.

## **4. Contenidos**

### **4.1 Selección, secuenciación y organización de los contenidos**

Como indica el apartado 2 del Artículo 3 del Real Decreto 1105/2014 (p. 173):

Las Administraciones educativas fomentarán y potenciarán la autonomía de los centros, evaluarán sus resultados y aplicarán los oportunos planes de actuación.

Los centros docentes desarrollarán y complementarán, en su caso, el currículo de las diferentes etapas y ciclos en uso de su autonomía.

En relación a este artículo y basándonos en los contenidos recogidos en el Decreto 48/2015 establecidos para la Comunidad de Madrid, exponemos los siguientes contenidos específicos para el grupo de 4ºA:

#### **- Contenidos del primer nivel de concreción curricular**

##### **1. Actividades individuales en medio estable: patinaje sobre ruedas**

- Técnica de desplazamiento sobre los patines
  - Control de la estabilidad y la situación del centro de gravedad sobre el pie apoyado. Acciones equilibradoras con los brazos.
  - Capacidades motrices implicadas: equilibrio, coordinación.
- Métodos de evaluación del nivel técnico del patinaje sobre ruedas.
- Acciones de seguridad: formas de caer, indumentaria, protecciones, calentamiento específico, trabajo por niveles de habilidad e identificación de los mismos.
- La superación de retos personales como motivación.

##### **2. Actividades de adversario: palas**

- Golpeos y desplazamientos. Capacidades motrices y habilidades técnicas implicadas.
- Estrategias de juego. Aspectos tácticos y colocación de los jugadores y los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario.
- Las palas como actividad recreativa para el tiempo de ocio.

##### **3. Actividades de colaboración-oposición: voleibol**

- Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpeos, los desplazamientos y las.
- Dinámica interna, posicionamiento y funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades técnico-tácticas implicadas.
- Estímulos relevantes del juego que condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, posición de los compañeros, etc.



- La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.

#### **4. Actividades en medio no estable: escalada**

- La escalada en instalaciones urbanas o en el entorno natural. Niveles de las vías y técnicas.
- Equipamiento básico para la realización de actividades de escalada. Elementos de seguridad.
- Posibilidades del entorno natural para la escalada. Análisis de los tipos de vías. Influencia de las actividades de escalada en la degradación del entorno natural cercano. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.

#### **5. Actividades artístico expresivas: composiciones coreográficas**

- Elementos musicales y su relación con el montaje coreográfico. Ritmo, desplazamientos, bloques.
- Diseño y realización de coreografías Agrupamientos y elementos coreográficos.

#### **6. Salud:**

- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas.
- Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.
- Actividades físico deportivas más apropiadas para conseguir los niveles saludables de condición física.
- Desequilibrios posturales en las actividades físicas y en las actividades cotidianas y ejercicios de compensación.
- Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo, el pulsómetro.

#### **7. Balance energético entre ingesta y gasto calórico**

- Valor nutricional y tipos de alimentos.
- El gasto calórico y su influencia en la condición física y la salud.

Los contenidos del segundo y tercer nivel de concreción curricular están desarrollados en el Anexo IV.

#### **- Secuenciación y organización de los contenidos**

Para detallar la temporalización y secuenciación de los contenidos tendremos en cuenta las horas asignadas a la asignatura de Educación física para el grupo de 4ºA dentro del calendario lectivo del Colegio Tres Olivos.

- Lunes de 9:45 a 10:35
- Jueves de 13:40 a 14:30

Hay un total de 70 sesiones de Educación Física contando con todas las festividades, por lo que las 10 unidades didácticas de 7 sesiones cada una serán distribuidas a continuación en las tablas del calendario lectivo. También hay que tener en cuenta que la última semana de junio suele utilizarse para las recuperaciones de las asignaturas por lo que, la última unidad didáctica conste de 5 sesiones en lugar de 7.

El comienzo de las clases será el día 6 de septiembre de 2021 y finalizan el 24 de junio de 2022. La distribución temporal de los 3 trimestres es la siguiente:

Tabla 1. Distribución temporal de los trimestres.

	<b>Comienzo de las clases</b>	<b>Finalización de las clases</b>
<b>1<sup>er</sup> Trimestre</b>	Lunes 6 de septiembre 2021	Miércoles 22 de diciembre 2021
<b>2<sup>o</sup> Trimestre</b>	Lunes 10 de enero 2022	Jueves 7 de abril 2022
<b>3<sup>er</sup> Trimestre</b>	Martes 19 de abril 2022	Viernes 24 de junio 2022

Elaboración propia.

En el Anexo II se detalla el calendario lectivo del curso.

## 5. Unidades didácticas

A continuación, se desarrollan las unidades didácticas que conforman esta programación.

### - U.D 1. Diversión sobre ruedas. El patinaje

Tabla 2. Unidad didáctica 1.

<b>U.D: Diversión sobre ruedas. El patinaje</b>	
<b>Nº SESIONES: 7</b>	<b>Ubicación temporal:</b> Desde: 6-septiembre-2021 Hasta: 27-septiembre-2021
<b>1. COMPETENCIAS CLAVE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Competencia digital</li> </ul>	
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	
<p><b>1<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>b)</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.</p> <p><b>c)</b> 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.</p> <p><b>g)</b> 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.</p> <p><b>k)</b> 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.</p>	
<p><b>2º Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>1.</b> Solventar situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos aprendidos en las actividades físico deportivas propuestas en función de forma correcta y precisa.</p> <p><b>6.</b> Reconocer y ajustar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad y el carácter de los esfuerzos.</p> <p><b>10.</b> Fomentar una actitud responsable a la hora de la práctica físico deportiva para que sea sana y segura, teniendo en cuenta todos los factores influyentes para ello y previendo las consecuencias que puedan tener las actuaciones inconscientes en la seguridad e integridad de los participantes.</p> <p><b>12.</b> Utilizar de forma adecuada y eficaz las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para apoyar y reforzar el proceso de aprendizaje, buscando y seleccionado la información relacionada con los contenidos del curso en base al criterio personal de cada alumno.</p>	
<p><b>3<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>A.</b> Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas individuales en patinaje sobre ruedas, deportes de raqueta, voleibol y escalada.</p> <p><b>F.</b> Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p><b>J.</b> Desarrollar el sentido de la responsabilidad en el patinaje y la escalada para prevenir posibles accidentes y promover unas condiciones de práctica seguras.</p>	
<b>3. CONTENIDOS</b>	
<p><b>1. Actividades individuales en medio estable: patinaje sobre ruedas</b></p> <p><b>I.</b> Desplazamientos sobre los patines. Aspectos técnicos y dinámica del movimiento.</p>	

II.	Los giros. Fases del giro y partes del cuerpo implicadas	
III.	Control de la estabilidad estática y dinámica sobre los patines. Situación del centro de gravedad parados y en movimiento.	
IV.	Acciones equilibradoras del cuerpo. El uso de los brazos.	
V.	Capacidades motrices implicadas: equilibrio, coordinación.	
VI.	Métodos de evaluación del nivel técnico del patinaje sobre ruedas.	
VII.	Seguridad en el patinaje sobre ruedas: elementos de protección, análisis del espacio en el que se desarrolla la actividad, las caídas y la adaptación de las actividades respecto a nuestro nivel individual.	
VIII.	La superación de retos personales como motivación.	
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b> Descubrimiento guiado Mando Directo Mando Directo Modificado Resolución de problemas Trabajo por grupos de nivel o interés		<b>4.2 Modelos Pedagógicos</b> - Modelo tradicional - Modelo participativo - Aprendizaje cooperativo - Modelo cognitivo
		<b>4.3. Organización</b> - Grupos reducidos - Individual
<b>5. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<b>5.1. Humanos</b> Profesor	<b>5.2. Espaciales</b> Patios exteriores	<b>5.3. Materiales</b> Conos, setas, cuerdas y picas
<b>6. EVALUACIÓN</b>		
<b>6.1. Criterios / Estándares de Aprendizaje</b> 1. → 1.1, 1.3 10. → 10.1, 10.2 y 10.3 11. → 11.2 12. → 12.3	<b>6.2. Tipos e instrumentos de evaluación</b> - Heteroevaluación → Examen práctico y lista de control - Coevaluación. → Hoja de observación entre los compañeros - Autoevaluación → Evaluación individual de un vídeo de técnica básica de patinaje mediante una lista de control.	
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
Las adaptaciones curriculares para los 3 alumnos con hipoacusia leve serán no significativas y son las siguientes: - El alumno deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones. - El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral. - El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones. - El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario. - El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo. - Se asignará una pareja a cada alumno con hipoacusia leve para que vayan acompañados en todo momento durante la realización de ejercicios de patinaje, para evitar colisiones con otros compañeros desde ángulos muertos o por detrás.		

Elaboración propia.

- **U.D 2. Deporte y salud**

Tabla 3. Unidad didáctica 2.

<b>U.D: Deporte y salud</b>	
<b>Nº SESIONES: 7</b>	<b>Ubicación temporal:</b> Desde: 30-septiembre-2021 Hasta: 25-octubre-2021
<b>1. COMPETENCIAS CLAVE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Competencia digital</li> <li>- Competencia lingüística</li> </ul>	
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	
<p><b>1<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>b)</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.</p> <p><b>e)</b> Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.</p> <p><b>f)</b> 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.</p> <p><b>g)</b> 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.</p> <p><b>h)</b> Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.</p> <p><b>k)</b> 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.</p> <p><b>2º Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>4.</b> Conocer e interiorizar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la salud y la condición física, aplicando los conocimientos científicos propuestos.</p> <p><b>5.</b> Mejorar o mantener los factores de la condición física practicando actividades físico deportivas de forma saludable de acuerdo a las posibilidades individuales de cada persona.</p> <p><b>6.</b> Reconocer y ajustar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad y el carácter de los esfuerzos.</p> <p><b>8.</b> Analizar de forma crítica el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, sociales, educativos y saludables de los negativos como la violencia, la discriminación o el exceso de competitividad.</p> <p><b>10.</b> Fomentar una actitud responsable a la hora de la práctica físico deportiva para que sea sana y segura, teniendo en cuenta todos los factores influyentes para ello y previendo las consecuencias que puedan tener las actuaciones inconscientes en la seguridad e integridad de los participantes.</p> <p><b>12.</b> Utilizar de forma adecuada y eficaz las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para apoyar y reforzar el proceso de aprendizaje, buscando y seleccionado la información relacionada con los contenidos del curso en base al criterio personal de cada alumno.</p> <p><b>3<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>D.</b> Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.</p> <p><b>F.</b> Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p><b>I.</b> Analizar el impacto social, económico y medioambiental que la práctica deportiva tiene en la sociedad y en los entornos naturales.</p> <p><b>L.</b> Utilizar eficazmente las nuevas tecnologías en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, empleando los medios más adecuados para</p>	

cada tipo de búsqueda.		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<b>3. Salud</b>		
XXV. Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas. Influencia de los hábitos cotidianos en la salud.		
XXVI. Prevención de lesiones en el deporte.		
XXVIII. Actividades físico deportivas orientadas a la consecución y/o mantenimiento de los niveles saludables de condición física.		
XIX. Desequilibrios posturales en las actividades físicas y en las actividades cotidianas y ejercicios de compensación.		
XXX. Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca y distintas formas de medirla, la escala de percepción de esfuerzo y la fatiga.		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b> Mando Directo Asignación de tareas	<b>4.2 Modelos Pedagógicos</b> - Modelo tradicional - Modelo cognitivo	
	<b>4.3. Organización</b> - Individual - Trabajo por grupos	
<b>5. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<b>5.1. Humanos</b> Profesor	<b>5.2. Espaciales</b> Aula y gimnasio/patios	<b>5.3. Materiales</b> Proyector, folios/cuaderno, bolígrafo y un ordenador u otro dispositivo inteligente por cada grupo de trabajo
<b>6. EVALUACIÓN</b>		
<b>6.1. Criterios / Estándares de Aprendizaje</b> 4. → 4.1, 4.2, 4.3, 4.4 5. → 5.1, 5.3, 5.4 6. → 6.1, 6.2 9. → 9.2 10. → 10.2 12. → 12.1, 12.2, 12.3	<b>6.2. Tipos e instrumentos de evaluación</b> - Heteroevaluación → Examen teórico y evaluación de los trabajos grupales escritos → rúbrica - Autoevaluación. Autoevaluación individual de cada alumno de su trabajo grupal → rúbrica	
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
Las adaptaciones curriculares serán no significativas ya que no modifican ningún elemento básico del currículo. Dado que la mayoría de las sesiones de esta U.D serán teóricas, las medidas de atención a la diversidad serán las siguientes:		
- Utilización de subtítulos en la proyección de vídeos.		
- Se proporcionarán con anterioridad los apuntes teóricos de las clases a estos alumnos para que puedan verlos previamente.		
- El alumno deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.		
- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.		
- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.		
- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.		
- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo.		

## 8. CONTENIDOS TRANSVERSALES

- Contenidos relacionados con la biología y el funcionamiento del cuerpo humano

Elaboración propia.

### - U.D 3. Descubriendo el pádel

Tabla 4. Unidad didáctica 3.

U.D: Descubriendo el pádel	
<b>Nº SESIONES: 7</b>	<b>Ubicación temporal:</b> Desde: 28-octubre-2021 Hasta: 22-noviembre-2021
1. COMPETENCIAS CLAVE	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor</li> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología</li> </ul>	
2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS	
<p><b>1<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>a)</b> 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.</p> <p><b>b)</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.</p> <p><b>c)</b> 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.</p> <p><b>d)</b> 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.</p> <p><b>g)</b> 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.</p> <p><b>k)</b> 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.</p> <p><b>2º Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>1.</b> Solventar situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos aprendidos en las actividades físico deportivas propuestas en función de forma correcta y precisa.</p> <p><b>3.</b> Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición siendo capaces de tomar la decisión adecuada en función del momento y del contexto específico del juego.</p> <p><b>4.</b> Conocer e interiorizar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la salud y la condición física, aplicando los conocimientos científicos propuestos.</p> <p><b>5.</b> Mejorar o mantener los factores de la condición física practicando actividades físico deportivas de forma saludable de acuerdo a las posibilidades individuales de cada persona.</p> <p><b>6.</b> Reconocer y ajustar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad y el carácter de los esfuerzos.</p> <p><b>7.</b> Colaborar y participar en la elaboración y planificación de actividades deportivas de carácter lúdico y</p>	



<p>competitivo, previendo a las mismas los recursos personales necesarios en organización y cooperación con el resto de los compañeros.</p> <p><b>8.</b> Analizar de forma crítica el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, sociales, educativos y saludables de los negativos como la violencia, la discriminación o el exceso de competitividad.</p> <p><b>10.</b> Fomentar una actitud responsable a la hora de la práctica físico deportiva para que sea sana y segura, teniendo en cuenta todos los factores influyentes para ello y previendo las consecuencias que puedan tener las actuaciones inconscientes en la seguridad e integridad de los participantes.</p> <p><b>11.</b> Desarrollar y demostrar actitudes personales de cooperación, cohesión y trabajo en equipo apoyando a los compañeros a resolver las situaciones emergentes de manera conjunta y coordinada.</p>		
<b>3<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b>		
<p><b>A.</b> Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas individuales en patinaje sobre ruedas, deportes de raqueta, voleibol y escalada.</p> <p><b>C.</b> Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en voleibol y en los deportes de raqueta desarrollando estrategias adecuadas para resolverlas.</p> <p><b>F.</b> Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p><b>G.</b> Participar de forma activa en la organización de eventos deportivos colaborando en todas las funciones necesarias que se requieran para su celebración y puesta en marcha.</p> <p><b>H.</b> Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<p>- <b>2. Actividades de adversario: palas</b></p> <p>X. Pádel: Golpeos y desplazamientos. Capacidades motrices y habilidades técnicas implicadas.</p> <p>XI. Táctica de los deportes de raqueta. Aspectos tácticos del pádel y del bádminton y colocación específica de los jugadores y los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario en cada uno de los deportes.</p> <p>XII. Los deportes de raqueta como actividad recreativa para el tiempo de ocio</p>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<p><b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b>  Mando Directo  Modificación del mando directo  Asignación de tareas  Trabajo por grupos de nivel o interés</p>		<p><b>4.2 Modelos Pedagógicos</b>  - Modelo tradicional  - Modelo individualizador</p>
		<p><b>4.3. Organización</b>  - Individual  - Trabajo por grupos reducidos</p>
<b>5. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<p><b>5.1. Humanos</b>  Profesor</p>	<p><b>5.2. Espaciales</b>  Alquiler de las instalaciones deportivas del Club de Pádel  Tres Olivos</p>	<p><b>5.3. Materiales</b>  Raquetas de pádel, pelotas de pádel, conos y setas</p>
<b>6. EVALUACIÓN</b>		
<p><b>6.1. Criterios / Estándares de Aprendizaje</b></p> <p><b>1.</b> → 1.1, 1.2, 1.3  <b>3.</b> → 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6  <b>4.</b> → 4.1, 4.4  <b>5.</b> → 5.1  <b>6.</b> → 6.1, 6.2, 6.3  <b>7.</b> → 7.1, 7.2  <b>8.</b> → 8.1, 8.3  <b>10.</b> → 10.1, 10.2, 10.3  <b>11.</b> → 11.1, 11.2</p>		<p><b>6.2. Tipos e instrumentos de evaluación</b></p> <p>- Heteroevaluación → Elaboración de un trabajo que consiste en la planificación, organización y desarrollo de un torneo de pádel entre todos los miembros de clase → lista de control y examen práctico.</p> <p>- Coevaluación. → En grupos reducidos, los alumnos se evaluarán las distintas técnicas de golpeo → escala de valoración</p>
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		



Las adaptaciones para los alumnos con hipoacusia leve serán no significativas y son las siguientes:

- Se establecerá para todos los alumnos de clase que durante los partidos y ejercicios en los que participen con estos 3 alumnos, deberán asegurarse de establecer contacto visual mientras levantan un brazo como señal de comienzo de la actividad o el saque para los partidos.
- El alumno deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.
- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.
- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.
- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.
- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo.

Elaboración propia.

#### - U.D 4. Moviendo el esqueleto

Tabla 5. Unidad didáctica 4.

U.D: Moviendo el esqueleto	
<b>Nº SESIONES: 7</b>	<b>Ubicación temporal:</b> Desde: 25-noviembre-2021 Hasta: 20-diciembre-2021
<b>1. COMPETENCIAS CLAVE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Competencia digital</li> <li>- Conciencia y expresiones culturales</li> </ul>	
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	
<b>1<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b>	
<p><b>b)</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.</p> <p><b>c)</b> 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.</p> <p><b>d)</b> 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.</p> <p><b>g)</b> 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.</p> <p><b>k)</b> 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.</p> <p><b>l)</b> Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.</p>	
<b>2º Nivel concreción curricular:</b>	
<b>1. Solventar situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos aprendidos en las actividades físico</b>	

<p>deportivas propuestas en función de forma correcta y precisa.</p> <p><b>2.</b> Componer y realizar montajes artísticos individuales o colectivos utilizando la expresión corporal de manera organizada y original.</p> <p><b>5.</b> Mejorar o mantener los factores de la condición física practicando actividades físico deportivas de forma saludable de acuerdo a las posibilidades individuales de cada persona.</p> <p><b>6.</b> Reconocer y ajustar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad y el carácter de los esfuerzos.</p> <p><b>8.</b> Analizar de forma crítica el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, sociales, educativos y saludables de los negativos como la violencia, la discriminación o el exceso de competitividad.</p> <p><b>10.</b> Fomentar una actitud responsable a la hora de la práctica físico deportiva para que sea sana y segura, teniendo en cuenta todos los factores influyentes para ello y previendo las consecuencias que puedan tener las actuaciones inconscientes en la seguridad e integridad de los participantes.</p> <p><b>12.</b> Utilizar de forma adecuada y eficaz las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para apoyar y reforzar el proceso de aprendizaje, buscando y seleccionando la información relacionada con los contenidos del curso en base al criterio personal de cada alumno.</p>		
<p><b>3<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>B.</b> Diseñar y representar montajes coreográficos individuales y colectivos con finalidad artístico-expresiva.</p> <p><b>D.</b> Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.</p> <p><b>F.</b> Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p><b>H.</b> Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.</p> <p><b>L.</b> Utilizar eficazmente las nuevas tecnologías en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, empleando los medios más adecuados para cada tipo de búsqueda.</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<p>- <b>5. Actividades artístico expresivas: composiciones coreográficas.</b></p> <p>XXI. Elementos musicales y su relación con el montaje coreográfico. Ritmo, desplazamientos, bloques.</p> <p>XXII. Iniciación a los distintos estilos de baile más comunes. Bailes latinos, baile moderno, ballet y bailes tradicionales.</p> <p>XXIII. Técnica básica de los bailes latinos.</p> <p>XXIV. Diseño y realización de coreografías Agrupamientos y elementos coreográficos.</p>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<p><b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b></p> <p>Mando Directo</p> <p>Modificación del mando directo</p> <p>Enseñanza programada</p>	<p><b>4.2 Modelos Pedagógicos</b></p> <p>- Modelo tradicional</p> <p>- Modelo individualizador</p>	
	<p><b>4.3. Organización</b></p> <p>- Individual</p>	
<b>5. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<p><b>5.1. Humanos</b></p> <p>Profesor</p>	<p><b>5.2. Espaciales</b></p> <p>Gimnasio</p>	<p><b>5.3. Materiales</b></p> <p>Altavoces y dispositivos electrónicos de reproducción de música</p>
<b>6. EVALUACIÓN</b>		

<p><b>6.1. Criterios / Estándares de Aprendizaje</b></p> <p>1. → 1.1, 1.3  2. → 2.1, 2.2, 2.3  4. → 4.1  5. → 5.1, 5.3  6. → 6.1, 6.2, 6.3  8. → 8.1, 8.2, 8.3  10. → 10.1  12. → 12.2</p>	<p><b>6.2. Tipos e instrumentos de evaluación</b></p> <p>- Heteroevaluación → Elección y ejecución de una coreografía individual acorde al nivel técnico del alumno basada en la elección de una coreografía ya existente con una aportación personal coreográfica creada por ellos mismos de entre 30 segundos y 1 minuto de duración. Pueden escoger el estilo de baile que quieran → examen práctico y rúbrica</p> <p>- Autoevaluación. → Elaboración de un vídeo en el que se graben la ejecución de su propia coreografía adjuntando al final del mismo una autoevaluación del mismo según los criterios establecidos → rúbrica</p>
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>	
<p>Las adaptaciones para los alumnos con hipoacusia leve serán no significativas y son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los alumnos con discapacidad auditiva se dispondrán en primera fila en todas las clases para tener mejor visión del profesor y poder escuchar mejor la música.</li> <li>- El profesor apoyará los patrones rítmicos con palmas o chasquidos para ayudar a estos alumnos a identificar los ritmos.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.</li> <li>- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.</li> <li>- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo.</li> </ul>	

Elaboración propia.

- **U.D 5. Afianzo mi voleibol**

Tabla 6. Unidad didáctica 5.

<b>U.D: Afianzo mi voleibol</b>	
<b>Nº SESIONES: 7</b>	<b>Ubicación temporal:</b> Desde: 10-enero-2022 Hasta: 31-enero-2022
<b>1. COMPETENCIAS CLAVE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Competencia digital</li> </ul>	
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	
<p><b>1<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>a)</b> 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.</p> <p><b>b)</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.</p> <p><b>c)</b> 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.</p> <p><b>d)</b> Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los</p>	

demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

**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.

**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.

### **2º Nivel concreción curricular:**

**1.** Solventar situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos aprendidos en las actividades físico deportivas propuestas en función de forma correcta y precisa.

**3.** Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición siendo capaces de tomar la decisión adecuada en función del momento y del contexto específico del juego.

**5.** Mejorar o mantener los factores de la condición física practicando actividades físico deportivas de forma saludable de acuerdo a las posibilidades individuales de cada persona.

**6.** Reconocer y ajustar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad y el carácter de los esfuerzos.

**8.** Analizar de forma crítica el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, sociales, educativos y saludables de los negativos como la violencia, la discriminación o el exceso de competitividad.

**10.** Fomentar una actitud responsable a la hora de la práctica físico deportiva para que sea sana y segura, teniendo en cuenta todos los factores influyentes para ello y previendo las consecuencias que puedan tener las actuaciones inconscientes en la seguridad e integridad de los participantes.

**11.** Desarrollar y demostrar actitudes personales de cooperación, cohesión y trabajo en equipo apoyando a los compañeros a resolver las situaciones emergentes de manera conjunta y coordinada.

### **3º Nivel concreción curricular:**

**A.** Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas individuales en patinaje sobre ruedas, deportes de raqueta, voleibol y escalada.

**C.** Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en voleibol y en los deportes de raqueta desarrollando estrategias adecuadas para resolverlas.

**D.** Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.

**F.** Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.

**H.** Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.

**K.** Demostrar una actitud colaborativa y de trabajo en equipo en la práctica de voleibol, apoyando a los compañeros, desarrollando la tolerancia a la frustración y cooperando con ellos en la resolución de problemas.

## **3. CONTENIDOS**

### **- 3. Actividades de colaboración-oposición: voleibol**

XIII. Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpes y desplazamientos.

XIV. Dinámica interna, posicionamiento y funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades técnico-tácticas implicadas.

XV. Estímulos relevantes del juego que condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, posición de los compañeros, etc.

XVI. La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.

XVII. Caídas y elementos de seguridad del voleibol

## **4. METODOLOGÍA**

### **4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)**

Mando Directo

Modificación del mando directo

### **4.2 Modelos Pedagógicos**

- Modelo tradicional

- Modelo participativo

- Aprendizaje cooperativo

Asignación de tareas Enseñanza recíproca Descubrimiento guiado		- Modelo cognitivo
		<b>4.3. Organización</b> - Individual - Por grupos de distintos tamaños
<b>5. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<b>5.1. Humanos</b> Profesor	<b>5.2. Espaciales</b> Gimnasio y patios exteriores	<b>5.3. Materiales</b> Red, pelotas de voleibol, conos y setas
<b>6. EVALUACIÓN</b>		
<b>6.1. Criterios / Estándares de Aprendizaje</b> <b>1.</b> → 1.1, 1.2, 1.3 <b>3.</b> → 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6 <b>4.</b> → 4.1, 4.4 <b>5.</b> → 5.1, 5.3 <b>6.</b> → 6.1, 6.2, 6.3 <b>8.</b> → 8.1, 8.3 <b>10.</b> → 10.1, 10.2 <b>11.</b> → 11.1, 11.2 <b>12.</b>	<b>6.2. Tipos e instrumentos de evaluación</b> - Heteroevaluación → Examen práctico de técnica individual y examen práctico grupal de técnica y táctica → hoja de observación. - Coevaluación. → Evaluación de las habilidades técnicas por grupos de 6 → hoja de observación de elaboración propia También se realizará una escala de valoración para que los alumnos puedan evaluar las vueltas a la calma que deben ir dirigiendo para finalizar cada sesión en grupos de tres alumnos.	
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
Las adaptaciones para los alumnos con hipoacusia leve serán no significativas y son las siguientes: - El alumno deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones. - El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral. - El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones. - El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario. - El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo.		

Elaboración propia.

- **U.D 6. Escalando a la cima**

Tabla 7. Unidad didáctica 6.

<b>U.D: Escalando a la cima</b>	
<b>Nº SESIONES: 7</b>	<b>Ubicación temporal:</b> Desde: 3-febrero-2022 Hasta: 24-febrero-2022
<b>1. COMPETENCIAS CLAVE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología</li> </ul>	
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	
<p><b>1<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>b)</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.</p> <p><b>c)</b> 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.</p> <p><b>g)</b> 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.</p> <p><b>k)</b> 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.</p>	
<p><b>2º Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>1.</b> Solventar situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos aprendidos en las actividades físico deportivas propuestas en función de forma correcta y precisa.</p> <p><b>5.</b> Mejorar o mantener los factores de la condición física practicando actividades físico deportivas de forma saludable de acuerdo a las posibilidades individuales de cada persona.</p> <p><b>6.</b> Reconocer y ajustar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad y el carácter de los esfuerzos.</p> <p><b>8.</b> Analizar de forma crítica el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, sociales, educativos y saludables de los negativos como la violencia, la discriminación o el exceso de competitividad.</p> <p><b>9.</b> Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades deportivas analizando su impacto en la sociedad y el entorno.</p> <p><b>10.</b> Fomentar una actitud responsable a la hora de la práctica físico deportiva para que sea sana y segura, teniendo en cuenta todos los factores influyentes para ello y previendo las consecuencias que puedan tener las actuaciones inconscientes en la seguridad e integridad de los participantes.</p> <p><b>11.</b> Desarrollar y demostrar actitudes personales de cooperación, cohesión y trabajo en equipo apoyando a los compañeros a resolver las situaciones emergentes de manera conjunta y coordinada.</p>	
<p><b>3<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>A.</b> Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas individuales en patinaje sobre ruedas, deportes de raqueta, voleibol y escalada.</p> <p><b>D.</b> Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.</p> <p><b>E.</b> Mantener y/o desarrollar las capacidades físicas, identificando los niveles en las vías de escalada adecuados de acuerdo con las posibilidades personales de cada individuo para fomentar su práctica saludable.</p> <p><b>F.</b> Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p>	



<p><b>H.</b> Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.</p> <p><b>I.</b> Analizar el impacto social, económico y medioambiental que la práctica deportiva tiene en la sociedad y en los entornos naturales.</p> <p><b>J.</b> Desarrollar el sentido de la responsabilidad en el patinaje y la escalada para prevenir posibles accidentes y promover unas condiciones de práctica seguras.</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<p>- <b>4. Actividades en medio no estable: escalada</b></p> <p>XVIII. Tipos de escalada según modalidad y entorno. Niveles de las vías y técnicas.</p> <p>XIX. Equipamiento básico para la realización de actividades de escalada. Elementos de seguridad.</p> <p>XX. Posibilidades del entorno natural para la escalada. Análisis de los tipos de vías. Influencia de las actividades de escalada en la degradación del entorno natural cercano. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.</p>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<p><b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b></p> <p>Mando Directo</p> <p>Modificación del mando directo</p> <p>Descubrimiento guiado</p>	<p><b>4.2 Modelos Pedagógicos</b></p> <p>- Modelo tradicional</p> <p>- Modelo cognitivo</p>	
	<p><b>4.3. Organización</b></p> <p>- Individual</p> <p>- Por grupos</p>	
<b>5. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<p><b>5.1. Humanos</b></p> <p>Profesor</p>	<p><b>5.2. Espaciales</b></p> <p>Utilización del rocódromo del patio exterior, excursión a Patones de Arriba y excursión al rocódromo Sputnik de Alcobendas</p>	<p><b>5.3. Materiales</b></p> <p>Colchonetas y presas del rocódromo del patio exterior. Para las salidas se alquilará el resto de material necesario en casa una de ellas (pies de gato, cascos, arneses y cuerdas)</p>
<b>6. EVALUACIÓN</b>		
<p><b>6.1. Criterios / Estándares de Aprendizaje</b></p> <p>1. → 1.1, 1.3</p> <p>4. → 4.1, 4.2, 4.4</p> <p>5. → 5.1, 5.3, 5.4</p> <p>6. → 6.1, 6.2, 6.3</p> <p>8. → 8.1, 8.2</p> <p>9. → 9.1, 9.2, 9.3</p> <p>10. → 10.1, 10.2, 10.3</p>	<p><b>6.2. Tipos e instrumentos de evaluación</b></p> <p>- Heteroevaluación → Examen teórico general y examen práctico adaptado a las posibilidades de cada alumno → lista de control y diario del profesor</p>	
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
<p>Las adaptaciones para los alumnos con hipoacusia leve serán no significativas y son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El alumno deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.</li> <li>- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.</li> <li>- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo.</li> <li>- Se asignará una pareja a cada compañero con discapacidad auditiva para reforzar la seguridad y evitar posibles caídas, choques o accidentes con el resto de alumnos.</li> </ul>		
<b>8. CONTENIDOS TRANSVERSALES</b>		

- Contenidos relacionados con la geografía y la ubicación de los distintos espacios naturales en los que se puede escalar
- Contenidos relacionados con las ciencias de la naturaleza y la preservación del medio ambiente
- Contenidos relacionados con la geología y los distintos tipos de rocas escalables

Elaboración propia.

### - U.D 7. Analizando mi cuerpo

Tabla 8. Unidad didáctica 7.

U.D: Analizando mi cuerpo	
<b>Nº SESIONES: 7</b>	<b>Ubicación temporal:</b> Desde: 3-marzo-2022 Hasta: 24-marzo-2022
1. COMPETENCIAS CLAVE	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Competencia digital</li> <li>- Competencia lingüística</li> </ul>	
2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS	
<p><b>1<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>b)</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.</p> <p><b>e)</b> Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.</p> <p><b>f)</b> 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.</p> <p><b>g)</b> 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.</p> <p><b>h)</b> Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.</p> <p><b>k)</b> 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.</p>	
<p><b>2º Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>4.</b> Conocer e interiorizar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la salud y la condición física, aplicando los conocimientos científicos propuestos.</p> <p><b>5.</b> Mejorar o mantener los factores de la condición física practicando actividades físico deportivas de forma saludable de acuerdo a las posibilidades individuales de cada persona.</p> <p><b>6.</b> Reconocer y ajustar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad y el carácter de los esfuerzos.</p> <p><b>8.</b> Analizar de forma crítica el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, sociales, educativos y saludables de los negativos como la violencia, la discriminación o el exceso de competitividad.</p> <p><b>10.</b> Fomentar una actitud responsable a la hora de la práctica físico deportiva para que sea sana y segura, teniendo en cuenta todos los factores influyentes para ello y previendo las consecuencias que puedan tener</p>	



las actuaciones inconscientes en la seguridad e integridad de los participantes.		
<b>3<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b>		
<p><b>D.</b> Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.</p> <p><b>F.</b> Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p><b>I.</b> Analizar el impacto social, económico y medioambiental que la práctica deportiva tiene en la sociedad y en los entornos naturales.</p> <p><b>L.</b> Utilizar eficazmente las nuevas tecnologías en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, empleando los medios más adecuados para cada tipo de búsqueda.</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<p>- <b>6. Salud:</b></p> <p>XXV. Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas. Influencia de los hábitos cotidianos en la salud.</p> <p>XXVI. Prevención de lesiones en el deporte.</p> <p>XXVIII. Actividades físico deportivas orientadas a la consecución y/o mantenimiento de los niveles saludables de condición física.</p> <p>XXX. Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardíaca y distintas formas de medirla, la escala de percepción de esfuerzo y la fatiga.</p>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<p><b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b></p> <p>Mando Directo</p> <p>Modificación del mando directo</p> <p>Resolución de problemas</p>	<p><b>4.2 Modelos Pedagógicos</b></p> <p>- Modelo tradicional</p> <p>- Modelo cognitivo</p>	
	<p><b>4.3. Organización</b></p> <p>- Individual</p>	
<b>5. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<p><b>5.1. Humanos</b></p> <p>Profesor</p>	<p><b>5.2. Espaciales</b></p> <p>Aula y gimnasio/patios exteriores</p>	<p><b>5.3. Materiales</b></p> <p>Proyector, folios/cuaderno, bolígrafo y un ordenador u otro dispositivo inteligente por cada alumno</p>
<b>6. EVALUACIÓN</b>		
<p><b>6.1. Criterios / Estándares de Aprendizaje</b></p> <p><b>4.</b> → 4.1, 4.2, 4.3, 4.4</p> <p><b>5.</b> → 5.1, 5.3, 5.4</p> <p><b>6.</b> → 6.1, 6.2</p> <p><b>9.</b> → 9.2</p> <p><b>10.</b> → 10.2</p> <p><b>12.</b> → 12.1, 12.2, 12.3</p>	<p><b>6.2. Tipos e instrumentos de evaluación</b></p> <p>- Heteroevaluación → Examen teórico</p> <p>Elaboración de un trabajo teórico basado en la medición de la Frecuencia Cardíaca (FC) de una actividad física de mínimo 10 minutos de duración realizada por cada alumno, diferenciando FC máxima FC basal y FC media → rúbrica</p> <p>- Autoevaluación del trabajo teórico → elaboración propia de un instrumento de evaluación para su trabajo</p>	
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
<p>Las adaptaciones curriculares serán no significativas ya que no modifican ningún elemento básico del currículo. Dado que la mayoría de las sesiones de esta U.D serán teóricas, las medidas de atención a la diversidad serán las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilización de subtítulos en la proyección de vídeos.</li> <li>- Se proporcionarán con anterioridad los apuntes teóricos de las clases a estos alumnos para que puedan verlos previamente.</li> <li>- El alumno deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.</li> </ul>		

- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.
- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.
- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo.

### 8. CONTENIDOS TRANSVERSALES

- Contenidos relacionados con la biología y el funcionamiento del cuerpo humano

Elaboración propia.

### - U.D 8. Bailo en compañía

Tabla 9. Unidad didáctica 8.

U.D: Moviendo el esqueleto	
Nº SESIONES: 7	Ubicación temporal: Desde: 28-marzo-2022 Hasta: 28-abril-2022
1. COMPETENCIAS CLAVE	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Competencia digital</li> <li>- Conciencia y expresiones culturales</li> </ul>	
2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS	
<p><b>1<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>b)</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.</p> <p><b>c)</b> 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.</p> <p><b>d)</b> 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.</p> <p><b>g)</b> 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.</p> <p><b>k)</b> 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.</p> <p><b>l)</b> Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.</p>	
<p><b>2º Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>1.</b> Solventar situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos aprendidos en las actividades físico deportivas propuestas en función de forma correcta y precisa.</p> <p><b>2.</b> Componer y realizar montajes artísticos individuales o colectivos utilizando la expresión corporal de manera organizada y original.</p> <p><b>5.</b> Mejorar o mantener los factores de la condición física practicando actividades físico deportivas de forma saludable de acuerdo a las posibilidades individuales de cada persona.</p>	

<p><b>6.</b> Reconocer y ajustar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad y el carácter de los esfuerzos.</p> <p><b>8.</b> Analizar de forma crítica el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, sociales, educativos y saludables de los negativos como la violencia, la discriminación o el exceso de competitividad.</p> <p><b>10.</b> Fomentar una actitud responsable a la hora de la práctica físico deportiva para que sea sana y segura, teniendo en cuenta todos los factores influyentes para ello y previendo las consecuencias que puedan tener las actuaciones inconscientes en la seguridad e integridad de los participantes.</p> <p><b>12.</b> Utilizar de forma adecuada y eficaz las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para apoyar y reforzar el proceso de aprendizaje, buscando y seleccionando la información relacionada con los contenidos del curso en base al criterio personal de cada alumno.</p>		
<p><b>3<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>B.</b> Diseñar y representar montajes coreográficos individuales y colectivos con finalidad artístico-expresiva.</p> <p><b>D.</b> Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.</p> <p><b>F.</b> Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p><b>H.</b> Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.</p> <p><b>L.</b> Utilizar eficazmente las nuevas tecnologías en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, empleando los medios más adecuados para cada tipo de búsqueda.</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<p>- <b>5. Actividades artístico expresivas: composiciones coreográficas.</b></p> <p>XXI. Elementos musicales y su relación con el montaje coreográfico. Ritmo, desplazamientos, bloques.</p> <p>XXII. Iniciación a los distintos estilos de baile más comunes. Bailes latinos, baile moderno, ballet y bailes tradicionales.</p> <p>XXIII. Técnica básica de los bailes latinos.</p> <p>XXIV. Diseño y realización de coreografías Agrupamientos y elementos coreográficos.</p>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<p><b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b> Mando Directo Modificación del mando directo Trabajo por grupos</p>	<p><b>4.2 Modelos Pedagógicos</b> - Modelo tradicional - Modelo participativo</p>	
	<p><b>4.3. Organización</b> - Individual - Trabajo por grupos</p>	
<b>5. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<p><b>5.1. Humanos</b> Profesor</p>	<p><b>5.2. Espaciales</b> Gimnasio</p>	<p><b>5.3. Materiales</b> Altavoces y dispositivos electrónicos de reproducción de música</p>
<b>6. EVALUACIÓN</b>		
<p><b>6.1. Criterios / Estándares de Aprendizaje</b></p> <p><b>1.</b> → 1.1, 1.3 <b>2.</b> → 2.1, 2.2, 2.3 <b>4.</b> → 4.1 <b>5.</b> → 5.1, 5.3 <b>6.</b> → 6.1, 6.2, 6.3 <b>8.</b> → 8.1, 8.2, 8.3 <b>10.</b> → 10.1 <b>12.</b> → 12.2</p>	<p><b>6.2. Tipos e instrumentos de evaluación</b></p> <p>- Heteroevaluación → Por grupos de 5-6 miembros deberán crear una coreografía del estilo musical que prefieran de 1 minuto de duración → Examen práctico, rúbrica Elaboración de un trabajo teórico sobre un baile tradicional folclórico nacional o de otro país → rúbrica - Coevaluación → Evaluación de las coreografías del resto de grupos → lista de control</p>	
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		

Las adaptaciones para los alumnos con hipoacusia leve serán no significativas y son las siguientes:

- Los alumnos con discapacidad auditiva se dispondrán en primera fila en todas las clases para tener mejor visión del profesor y poder escuchar mejor la música.
- El profesor apoyará los patrones rítmicos con palmas o chasquidos para ayudar a estos alumnos a identificar los ritmos.
- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.
- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.
- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.
- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo.

### 8. CONTENIDOS TRANSVERSALES

- Contenidos relacionados con la geografía y la ubicación de los distintos bailes folclóricos
- Contenidos relacionados con la historia de las distintas culturas donde nacen dichos bailes

Elaboración propia.

### - U.D 9. Jugamos al bádminton

Tabla 10. Unidad didáctica 9.

U.D: Jugamos al bádminton	
Nº SESIONES: 7	Ubicación temporal: Desde: 5-mayo-2022 Hasta: 30-mayo-2022
1. COMPETENCIAS CLAVE	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Competencia lingüística</li> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología</li> </ul>	
2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS	
<p><b>1<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>a)</b> 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.</p> <p><b>b)</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.</p> <p><b>c)</b> 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.</p> <p><b>d)</b> 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.</p> <p><b>i)</b> Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.</p> <p><b>k)</b> 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.</p>	

<p><b>2º Nivel concreción curricular:</b></p> <p>1. Solventar situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos aprendidos en las actividades físico deportivas propuestas en función de forma correcta y precisa.</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición siendo capaces de tomar la decisión adecuada en función del momento y del contexto específico del juego.</p> <p>4. Conocer e interiorizar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la salud y la condición física, aplicando los conocimientos científicos propuestos.</p> <p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física practicando actividades físico deportivas de forma saludable de acuerdo a las posibilidades individuales de cada persona.</p> <p>6. Reconocer y ajustar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad y el carácter de los esfuerzos.</p> <p>8. Analizar de forma crítica el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, sociales, educativos y saludables de los negativos como la violencia, la discriminación o el exceso de competitividad.</p> <p>10. Fomentar una actitud responsable a la hora de la práctica físico deportiva para que sea sana y segura, teniendo en cuenta todos los factores influyentes para ello y previendo las consecuencias que puedan tener las actuaciones inconscientes en la seguridad e integridad de los participantes.</p> <p>11. Desarrollar y demostrar actitudes personales de cooperación, cohesión y trabajo en equipo apoyando a los compañeros a resolver las situaciones emergentes de manera conjunta y coordinada.</p> <p>12. Utilizar de forma adecuada y eficaz las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para apoyar y reforzar el proceso de aprendizaje, buscando y seleccionado la información relacionada con los contenidos del curso en base al criterio personal de cada alumno.</p>		
<p><b>3er Nivel concreción curricular:</b></p> <p>A. Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas individuales en patinaje sobre ruedas, deportes de raqueta, voleibol y escalada.</p> <p>C. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en voleibol y en los deportes de raqueta desarrollando estrategias adecuadas para resolverlas.</p> <p>F. Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p>H. Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.</p> <p>L. Utilizar eficazmente las nuevas tecnologías en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, empleando los medios más adecuados para cada tipo de búsqueda.</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<p>- <b>2. Actividades de adversario: palas</b></p> <p>IX. Bádminton: Golpeos y desplazamientos. Capacidades motrices y habilidades técnicas implicadas.</p> <p>XI. Táctica de los deportes de raqueta. Aspectos tácticos del pádel y del bádminton y colocación específica de los jugadores y los golpes en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario en cada uno de los deportes.</p> <p>XII. Los deportes de raqueta como actividad recreativa para el tiempo de ocio.</p>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<p><b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b></p> <p>Mando Directo</p> <p>Modificación del mando directo</p> <p>Trabajo por grupos</p> <p>Microenseñanza</p>	<p><b>4.2 Modelos Pedagógicos</b></p> <p>- Modelo tradicional</p> <p>- Modelo participativo</p>	
	<p><b>4.3. Organización</b></p> <p>- Individual</p> <p>- Trabajo por grupos reducidos</p>	
<b>5. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<p><b>5.1. Humanos</b></p> <p>Profesor</p>	<p><b>5.2. Espaciales</b></p> <p>Gimnasio y patios exteriores</p>	<p><b>5.3. Materiales</b></p> <p>Raquetas de bádminton, volantes, red, conos y setas</p>
<b>6. EVALUACIÓN</b>		

<p><b>6.1. Criterios / Estándares de Aprendizaje</b></p> <p>1. → 1.1, 1.2, 1.3  3. → 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6  4. → 4.1, 4.4  5. → 5.1  6. → 6.1, 6.2, 6.3  8. → 8.1, 8.3  10. → 10.1, 10.2, 10.3  11. → 11.1, 11.2  12. → 12.1, 12.2, 12.3</p>	<p><b>6.2. Tipos e instrumentos de evaluación</b></p> <p>- Heteroevaluación → Examen práctico → rúbrica  Elaboración de un trabajo grupal en inglés en el que expliquen los tipos de golpes existentes en bádminton y su función → hoja de observación  - Autoevaluación. → Los alumnos de autoevaluarán su trabajo teórico → lista de control</p>
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>	
<p>Las adaptaciones para los alumnos con hipoacusia leve serán no significativas y son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se establecerá para todos los alumnos de clase que durante los partidos y ejercicios en los que participen con estos 3 alumnos, deberán asegurarse de establecer contacto visual mientras levantan un brazo como señal de comienzo de la actividad o el saque para los partidos.</li> <li>- El alumno deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.</li> <li>- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.</li> <li>- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo.</li> </ul>	
<b>8. CONTENIDOS TRANSVERSALES</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contenidos transversales relacionados con la lengua inglesa</li> </ul>	

Elaboración propia.

- **U.D 10. Sé lo que como**

Tabla 11. Unidad didáctica 10.

<b>U.D: Sé lo que como</b>	
<b>Nº SESIONES: 7</b>	<b>Ubicación temporal:</b> Desde: 2-junio-2022 Hasta: 23-junio-2022
<b>1. COMPETENCIAS CLAVE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Competencia lingüística</li> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología</li> <li>- Competencia digital</li> </ul>	
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	
<p><b>1<sup>er</sup> Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>b)</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.</p> <p><b>e)</b> Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.</p> <p><b>f)</b> 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</p>	



<p>y de la experiencia.</p> <p><b>g)</b> 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.</p> <p><b>h)</b> Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.</p> <p><b>k)</b> 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.</p>		
<p><b>2º Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>4.</b> Conocer e interiorizar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la salud y la condición física, aplicando los conocimientos científicos propuestos.</p> <p><b>11.</b> Desarrollar y demostrar actitudes personales de cooperación, cohesión y trabajo en equipo apoyando a los compañeros a resolver las situaciones emergentes de manera conjunta y coordinada.</p> <p><b>12.</b> Utilizar de forma adecuada y eficaz las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para apoyar y reforzar el proceso de aprendizaje, buscando y seleccionando la información relacionada con los contenidos del curso en base al criterio personal de cada alumno.</p>		
<p><b>3º Nivel concreción curricular:</b></p> <p><b>D.</b> Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.</p> <p><b>F.</b> Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p><b>I.</b> Analizar el impacto social, económico y medioambiental que la práctica deportiva tiene en la sociedad y en los entornos naturales.</p> <p><b>L.</b> Utilizar eficazmente las nuevas tecnologías en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, empleando los medios más adecuados para cada tipo de búsqueda.</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<p>- <b>7. Balance energético entre ingesta y gasto calórico</b></p> <p>XXXI. El impacto de la dieta en la salud y la condición física.</p> <p>XXXII. Control y gasto calórico.</p> <p>XXXIII. Principales tipos de alimentos.</p>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<p><b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b></p> <p>Mando Directo</p> <p>Modificación del mando directo</p> <p>Descubrimiento guiado</p>	<p><b>4.2 Modelos Pedagógicos</b></p> <p>- Modelo tradicional</p> <p>- Modelo cognitivo</p>	<p><b>4.3. Organización</b></p> <p>- Individual</p> <p>- Trabajo por grupos</p>
<b>5. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<p><b>5.1. Humanos</b></p> <p>Profesor</p>	<p><b>5.2. Espaciales</b></p> <p>Aula</p>	<p><b>5.3. Materiales</b></p> <p>Pizarra, proyector, boli/lápiz y papel</p>
<b>6. EVALUACIÓN</b>		
<p><b>6.1. Criterios / Estándares de Aprendizaje</b></p> <p><b>4.</b> → 4.1, 4.3, 4.4</p> <p><b>11.</b> → 11.1, 11.2</p> <p><b>12.</b> → 12.1, 12.2, 12.3</p>	<p><b>6.2. Tipos e instrumentos de evaluación</b></p> <p>- Heteroevaluación → Un día de clase habrá una práctica que consistirá en que cada alumno traiga algún envase o alimento de casa con su información nutricional y entre grupos de 5-6 tendrán que elaborar una dieta para 1 día calculando las calorías. → hoja de observación</p>	

	Trabajo teórico individual sobre el impacto de la dieta en la salud → rúbrica
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>	
<p>Las adaptaciones para los alumnos con hipoacusia leve serán no significativas y son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilización de subtítulos en la proyección de vídeos.</li> <li>- Se proporcionarán con anterioridad los apuntes teóricos de las clases a estos alumnos para que puedan verlos previamente.</li> <li>- El alumno deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.</li> <li>- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.</li> <li>- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo.</li> </ul>	
<b>8. CONTENIDOS TRANSVERSALES</b>	
- Contenidos transversales relacionados con la biología y el funcionamiento del cuerpo humano	

Elaboración propia.

## 6. Metodología

Para esta programación didáctica se pretende emplear las metodologías educativas más efectivas para la consecución de los objetivos propuestos mientras se aprenden y trabajan los contenidos. Para ello consideramos que no es productivo ni correcto emplear la misma metodología en cada unidad didáctica, sino que la forma en la que el docente actúa debe variar y adaptarse al tipo de contenido que se dispone a inculcar y enseñar al alumnado.

“El docente debe elegir aquellas alternativas metodológicas con las que se encuentre ética y moralmente comprometido, pero también debe dar una respuesta a las demandas formativas que impone la sociedad del momento, las cuáles se orientan actualmente hacia el trabajo cooperativo, la adquisición de conocimiento práctico, el desarrollo competencial y la utilización de las nuevas tecnologías.”

(Guillamón et al., 2021, p.54).

La actuación docente debe ser acorde a las necesidades del alumnado y debe cumplir con las consignas e indicaciones establecidas en las leyes de educación. Con esta asignatura queremos que los alumnos sean más competentes, comprometidos y autónomos, aprovechando los nuevos recursos tecnológicos que van asentándose en la sociedad. En



base a ello, no debemos olvidar que el alumnado es el objetivo y protagonista principal del proceso de enseñanza-aprendizaje ya que las metodologías empleadas deben diseñarse y modificarse en torno a sus necesidades.

“El alumno debe ser un elemento fundamental del proceso de enseñanza y aprendizaje, permitiendo que adquiera autonomía, responsabilidad y que entienda la práctica de actividad física como un elemento fundamental a lo largo de la vida.” (Fernández-Río et al., 2016, p.69). Conseguir que el alumnado se implique es indispensable para la realización de actividad física, por lo que motivar al grupo debe ser una de nuestras prioridades como docentes.

A continuación, basándonos en los estilos de enseñanza descritos por Viciano Ramírez y Delgado Noguera (1999), proponemos la siguiente clasificación de los mismos

**Estilos de enseñanza tradicionales** → Modelo de enseñanza instructivo

- Mando directo
- Modificación de mando directo
- Asignación de tareas

Los estilos de enseñanza tradicionales priorizan la instrucción directa como modelo de enseñanza.

**Estilos de enseñanza individualizadores** → Modelo de enseñanza instructivo

- Trabajo por grupos de nivel
- Enseñanza programada
- Programas individuales

Los estilos de enseñanza individualizadores también utilizan la instrucción directa como herramienta pedagógica principal, con la característica de que se intenta adaptar individualmente a las necesidades específicas de cada alumno.

**Estilos de enseñanza participativos** → Modelo de enseñanza social

- Enseñanza recíproca
- Grupos reducidos
- Microenseñanza
- Trabajo en grupos

Los estilos de enseñanza participativos buscan fomentar la socialización y el aprendizaje cooperativo del alumnado.

**Estilos de enseñanza cognitivos** → Modelo de enseñanza cognitivo y personal

- Descubrimiento guiado
- Resolución de problemas

Por último, los estilos de enseñanza cognitivos buscan el aprendizaje basado en la adquisición de conocimientos.

En función de cada contenido específico de cada unidad didáctica que se vaya trabajando durante el curso se irán utilizando distintos estilos de manera alternativa con la intención de que se adapten lo mejor posible a las características y necesidades que requieran cada uno de ellos, siempre con la intención de favorecer y enriquecer el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En la tabla 12 se muestra la relación de cada estilo de enseñanza que se utilizará en cada unidad didáctica.

Tabla 12. Relación de los estilos de enseñanza con las unidades didácticas.

ESTILOS DE ENSEÑANZA	UNIDADES DIDÁCTICAS									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Estilo de enseñanza tradicional	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Estilo de enseñanza individualizador			X	X						
Estilo de enseñanza participativo	X				X			X	X	
Estilo de enseñanza cognitivo	X	X				X	X			X

Elaboración propia.

## 7. Recursos didácticos

Vamos a clasificar los recursos didácticos que utilizaremos durante todo el curso en recursos personales, espaciales, materiales y digitales.

- Recursos personales

Evidentemente un pilar fundamental para el desarrollo de la asignatura será el profesor de educación física, pero no será el único ya que también se requiere la intervención de personas ajenas a la asignatura, como jefatura de estudios para la gestión y organización de los horarios lectivos y salidas extraescolares y el personal de limpieza y mantenimiento porque gracias a ellos se conservan los recursos materiales y espaciales de la manera más higiénica posible.

- Recursos espaciales

El Colegio Tres Olivos cuenta con dos patios exteriores y un tercer patio exterior cubierto, el gimnasio y aulas para el desarrollo de las sesiones teóricas.

En la tabla 13 se muestra en qué espacios se desarrollará cada bloque de contenidos y cada unidad o unidades didácticas correspondientes a ellos.

Tabla 13. Relación de los bloques de contenidos con los espacios del centro.

BLOQUES DE CONTENIDOS	ESPACIOS			
	GIMNASIO	PATIOS EXTERIORES	PATIO EXTERIOR CUBIERTO	AULAS
<b>1. Actividades individuales en medio estable: patinaje sobre ruedas. (U.D 1)</b>		X	X	
<b>2. Actividades de adversario: palas (U.D 3 y 9)</b>	X	X	X	
<b>3. Actividades de colaboración-oposición: voleibol (UD 5.)</b>	X	X	X	
<b>4. Actividades en medio no estable:</b>			X	X

<b>escalada (U.D 6)</b>				
<b>5. Actividades artístico expresivas: composiciones coreográficas. (U.D 4 y 8)</b>	<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>	
<b>6. Salud (U.D 2 y 7)</b>	<b>X</b>			<b>X</b>
<b>7. Balance energético entre ingesta y gasto calórico (U.D 10)</b>	<b>X</b>			<b>X</b>

Elaboración propia.

- Recursos materiales

El Gimnasio cuenta con 8 bancos suecos cuyas funciones son muy variadas, como para la formación de los campos de balón prisionero o distintos usos en las representaciones de expresión corporal. También dispone de 8 espalderas, las cuales se utilizan para la realización de ejercicios para la condición física como abdominales, o de forma más lúdica en juegos como “el suelo es lava”.

Por otro lado, cuentan con 12 colchonetas finas y dos colchonetas grandes y gruesas. Hay una gran cortina que divide el gimnasio en dos para que puedan llevarse a cabo dos clases simultáneamente. En el gimnasio hay balones de fútbol, baloncesto y voleibol, así como otros balones más pequeños o de materiales más blandos y varios frisbees / discos con los que practican lanzamientos y recepciones. Disponen de materiales alternativos como picas y aros de distintos tamaños o ladrillos de plástico, aunque estos últimos son más empleados por los cursos de educación primaria. También tienen porterías de hockey y sus respectivos sticks.

Tienen una red específica de bádminton, raquetas y volantes. También cuentan con una red específica de voleibol. Hay ocasiones que dos grupos requieren una red a la vez, y en estos casos cuentan con dos grandes gomas elásticas que atan a dos enganches que hay

en los laterales de los gimnasios o a las canastas para simular una red. Por otra parte, disponen de una veintena de malabares, combas y cuerdas de distintos tamaños. El patio exterior cubierto dispone de un pequeño rocódromo.

Disponen de setas y conos de distintos tamaños para la realización de todo tipo de ejercicios o la creación de mini-circuitos y de petos para la formación y diferenciación de los equipos. Hay 1 trx para realizar ejercicios de fuerza.

Tienen una escalera colgada del techo en disposición horizontal para poder practicar ejercicios de fuerza como el pasamanos o las dominadas. El gimnasio cuenta con un equipo de música con dos grandes altavoces. También tienen 4 canastas portátiles.

Por último, también cuentan con material inclusivo como antifaces específicos para la práctica deportiva simulando la ceguera completa, ya que no puedes ver ni siquiera por debajo de ellos, o balones con cascabeles dentro para practicar fútbol para ciegos.

Para el desarrollo de las unidades de escalada, pádel y patinaje el material se alquila a empresas especializadas.

#### - Recursos digitales

También se emplearán varios recursos digitales gracias a las grandes aportaciones que nos proporcionan herramientas como Internet o las aplicaciones móviles.

Se utilizarán buscadores web para la búsqueda de información relacionada con los contenidos y aplicaciones como Tik-tok, Kahoot, Plickers o aplicaciones de edición de vídeo para diversificar y fomentar el componente lúdico de las actividades propuestas a lo largo del curso.

## **8. Evaluación**

### **8.1 Evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje del alumnado**

#### 8.1.1 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables

Los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables están descritos en el Real Decreto 1105/2014. Concretamente los establecidos para el curso de 4º de la ESO son los descritos en el Anexo III.

#### 8.1.2 Procedimientos e instrumentos de evaluación

Como se indica en el apartado 2 del Artículo 20 del Real Decreto 1105/2014 (p.183), “La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria será continua, formativa e integradora.”

Siguiendo estas indicaciones, se utilizarán la heteroevaluación, la autoevaluación y la coevaluación compatibilizándose con la evaluación formativa para optimizar los beneficios de todas ellas.

En cuanto al concepto de que la evaluación sea formativa, se tiene el principal objetivo de que el aprendizaje sea funcional y útil para que tanto el alumnado, el propio profesorado y el proceso de enseñanza aprendizaje se nutran de ella y mejoren. Es por ello que debe ser una evaluación continua del día a día en el que se analicen los factores que influyen en el desarrollo de las actividades y ejercicios para modificar o reforzar tanto las acciones de los alumnos como las metodologías que empleamos los profesores, destacando la importancia del feedback. En cuanto a los alumnos creemos que es un tipo de evaluación que se basa completamente en la individualización, ya que cada alumno tiene un rendimiento y unas capacidades distintas y es el docente quien debe realizar a cada niño/a un feedback concreto e individual adaptado a él/ella. Otra de las características que nos gustaría destacar es que también se busca fomentar la integración del alumnado porque para que este tipo de evaluación sea exitosa es fundamental que el alumno se implique y se sienta parte del proceso, por ello el enfoque didáctico de esta programación tiene muy en cuenta motivar al alumnado. (López Pastor et al., 2020).

Para acceder a la evaluación continua de la asignatura se deben cumplir los siguientes requisitos:

- Asistir a más del 80% de las clases.
- Cumplir con las normas de conducta establecidas por el Colegio Tres Olivos y por el departamento de educación física durante todas las sesiones y actividades propuestas durante el curso.
- Realizar los exámenes teóricos y prácticos propuestos.

A continuación, en la Tabla 14 se muestra gráficamente qué instrumentos de evaluación se utilizarán en cada unidad didáctica del curso.

Tabla 14. Relación de los instrumentos de evaluación con las unidades didácticas.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	UNIDADES DIDÁCTICAS									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Examen práctico	X		X	X	X	X		X	X	
Examen teórico		X				X	X			
Rúbrica		X		X			X	X	X	X
Lista de control	X		X			X		X	X	
Hoja de observación	X				X				X	X
Escala de valoración			X							
Diario del profesor						X				

Elaboración propia.

### 8.1.3 Criterios de calificación

La nota final de la asignatura será la nota media resultante de las notas de cada uno de los trimestres y deberá ser superior a 5 puntos sobre 10. Para que cada trimestre se considere aprobado también se deberá superar dicha nota.

Cada unidad didáctica será evaluada por los instrumentos de evaluación correspondientes, reflejados en la Tabla 14.

Para la cuantificación de la nota, en cada unidad didáctica se asignarán porcentajes específicos a estas tres categorías:

- Nota participativa y actitudinal: En este apartado se evaluará la implicación y participación de cada alumno.
- Nota procedimental: En la nota procedimental se valorará la capacidad de desarrollo y ejecución de habilidades y acciones motrices específicamente.
- Nota cognitiva: En este apartado se evaluarán los conocimientos relacionados con los contenidos adquiridos por el alumnado.

Cada una de estas categorías será cuantificada del 1 al 10 y entre las tres notas resultantes se deberá completar el 100% de la nota, asignando un porcentaje distinto a cada apartado en cada U.D en función de sus características.

Todos los trabajos y actividades propuestas también se calificarán con notas del 1 al 10.

En la Tabla 15 se muestran los porcentajes de calificación específicos de cada unidad didáctica.

Tabla 15. Criterios de calificación de cada unidad didáctica.

UNIDADES DIDÁCTICAS	CRITERIOS DE CALIFICACIÓN		
	ACTITUDINALES	PROCEDIMENTALES	COGNITIVOS
<b>U.D 1.</b> Diversión sobre ruedas	<b>25%</b>	<b>75%</b>	-
<b>U.D 2.</b> Deporte y salud	<b>25%</b>	<b>25%</b>	<b>50%</b>
<b>U.D 3.</b> Descubriendo el pádel	<b>30%</b>	<b>70%</b>	-
<b>U.D 4.</b> Moviendo el esqueleto	<b>50%</b>	<b>50%</b>	-
<b>U.D 5.</b> Afianzo mi voley	<b>25%</b>	<b>50%</b>	<b>25%</b>
<b>U.D 6.</b> Escalando la cima	<b>20%</b>	<b>40%</b>	<b>40%</b>
<b>U.D 7.</b> Analizando mi cuerpo	<b>15%</b>	<b>25%</b>	<b>60%</b>
<b>U.D 8.</b> Bailo en compañía	<b>20%</b>	<b>40%</b>	<b>40%</b>
<b>U.D 9.</b> Jugamos al bádminton	<b>15%</b>	<b>70%</b>	<b>15%</b>
<b>U.D 10.</b> Sé lo que como	<b>10%</b>	<b>40%</b>	<b>50%</b>

Elaboración propia.



La nota del primer trimestre será la media de las notas de las unidades didácticas 1, 2, 3 y 4.

La nota del segundo trimestre será la media de las notas de las unidades didácticas 5, 6 y 7.

La nota del tercer trimestre será la media de las notas de las unidades didácticas 8, 9 y 10.

La nota final del curso será la media de las notas de cada uno de los trimestres.

#### 8.1.4 Recuperación de la materia

Para la recuperación de la materia de Educación Física a lo largo del curso el alumnado dispondrá de las siguientes opciones para recuperar la parte suspensa:

##### - **Recuperaciones trimestrales:**

Una vez finalizados los trimestres se llevarán a cabo las recuperaciones de las unidades didácticas suspensas que tienen lugar en de cada uno de ellos, y en caso de que no sean más de una, ya que si el alumno suspende dos o más unidades didácticas tendrá que asistir al examen de recuperación con todos los contenidos vistos en ese trimestre.

- El examen de recuperación de una sola unidad didáctica será específicamente solo de la parte teórica y/o práctica suspensa, con su instrumento de evaluación correspondiente (Tabla 14), aplicando dicho instrumento con pequeñas modificaciones para que no sea el mismo que durante la evaluación continua.
- El examen de recuperación trimestral se dividirá en un examen teórico y en un examen práctico, teniendo que realizar los dos con una calificación igual o superior a 5 sobre 10 puntos en cada uno de ellos para recuperar la materia

Todas las pruebas descritas anteriormente tendrán lugar la primera semana lectiva posterior a las vacaciones de Navidad en el primer trimestre y de Semana Santa en el segundo. En el tercer trimestre se realizarán la última semana lectiva del curso. Para que la materia se considere recuperada el alumno deberá obtener una calificación igual o superior a 5 puntos sobre 10 en dichas pruebas. En caso de volver a obtener una calificación insuficiente el alumno tendrá que asistir a la recuperación final de junio.

##### - **Recuperación final de junio:**

El examen de recuperación final será específico de un solo trimestre en caso de que se hayan aprobado los otros dos y consistirá en un examen teórico y en un examen práctico de los contenidos vistos en todas las unidades didácticas del trimestre.

Para los alumnos con dos o los tres trimestres suspensos se llevarán a cabo un examen teórico y un examen práctico global de todos los contenidos vistos en el curso.

Para que la materia se considere recuperada el alumno deberá obtener una calificación igual o superior a 5 puntos sobre 10 en dichas pruebas.

- **Recuperación extraordinaria:**

La recuperación extraordinaria consistirá en un examen teórico y un examen práctico global de todos los contenidos vistos en el curso. Tendrá lugar la primera semana de septiembre. Para que la materia se considere recuperada el alumno deberá obtener una calificación igual o superior a 5 puntos sobre 10 en dichas pruebas.

## **8.2 Evaluación de la programación y de la práctica docente**

- Evaluación de la programación

Para la finalización y evaluación del año lectivo el Colegio Tres Olivos tiene desarrollado un programa de evaluación docente que consiste en que cada profesor de cada una de las asignaturas impartidas durante el mismo realice un informe final en el que incluya una comparación entre los objetivos propuestos en la programación y los objetivos realmente conseguidos, adjuntando una reflexión personal en la que se da total libertad para elaborar propuestas de mejora de cara a los siguientes años.

- Evaluación de la práctica docente.

Para la evaluación de la práctica docente cada profesor deberá realizar una reflexión final escrita sobre los aspectos que intentaría mejorar de cara a otros años y qué puntos fuertes y logros ha conseguido con su intervención docente dicho curso.

También se valorará el feedback de los alumnos por lo que a final de cada curso se enviará un cuestionario virtual anónimo a todos los alumnos del colegio de Educación Secundaria y Bachillerato mediante la plataforma Google Forms o cualquier otra plataforma digital acordada por el centro para que evalúen la actuación docente de cada uno de sus profesores de forma constructiva, otorgando una nota del 1 al 10 a su intervención docente y adjuntando una reflexión sobre la asignatura en la que analicen los puntos negativos y positivos de la misma de forma general o específica, dando libertad de expresión a cada alumno/a.

## **9. Medidas de atención a la diversidad**

Es nuestra obligación como docentes cumplir con que todo el alumnado tenga las mismas oportunidades y derechos para acceder a una educación de calidad que dé cobertura a sus necesidades, independientemente de las características sociales y personales de cada individuo.

En el Real Decreto 1105/2014 (pp. 175-176), se ubica el Artículo 9 se titula “Alumnado con necesidad específica de apoyo educativo”. Destacamos los siguientes puntos:

1. Será de aplicación lo indicado en el capítulo I del título II de la Ley 2/2006, de 3 de mayo, en los artículos 71 a 79 bis, al alumnado que requiera una atención educativa diferente a la ordinaria, por presentar necesidades educativas especiales, por dificultades específicas de aprendizaje, Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), por sus altas capacidades intelectuales, por haberse incorporado tarde al sistema educativo, o por condiciones personales o de historia escolar, para que pueda alcanzar el máximo desarrollo posible de sus capacidades personales y, en todo caso, los objetivos establecidos con carácter general para todo el alumnado.
2. Las Administraciones educativas fomentarán la calidad, equidad e inclusión educativa de las personas con discapacidad, la igualdad de oportunidades y no discriminación por razón de discapacidad, medidas de flexibilización y alternativas metodológicas, adaptaciones curriculares, accesibilidad universal, diseño universal, atención a la diversidad y todas aquellas medidas que sean necesarias para conseguir que el alumnado con discapacidad pueda acceder a una educación de calidad en igualdad de oportunidades.
3. Corresponde a las Administraciones educativas adoptar las medidas necesarias para identificar al alumnado con dificultades específicas de aprendizaje y valorar de forma temprana sus necesidades. La escolarización del alumnado que presenta dificultades específicas de aprendizaje se regirá por los principios de normalización e inclusión y asegurará su no discriminación y la igualdad efectiva en el acceso y permanencia en el sistema educativo. La identificación, valoración e intervención de las necesidades educativas de este alumnado se realizará de la forma más temprana posible, en los términos que determinen las Administraciones educativas.
4. Las Administraciones educativas establecerán las condiciones de accesibilidad y diseño universal y los recursos de apoyo humanos y materiales que favorezcan el acceso al currículo del alumnado con necesidades educativas especiales y adaptarán los instrumentos, y en su caso, los tiempos y apoyos que aseguren una correcta evaluación de este alumnado. Las Administraciones educativas, con el fin de facilitar la accesibilidad al currículo, establecerán los procedimientos oportunos cuando sea necesario realizar adaptaciones significativas de los

elementos del currículo, a fin de atender al alumnado con necesidades educativas especiales que las precise.

Todas estas medidas propuestas por la administración educativa permiten al profesorado realizar las adaptaciones pertinentes de los elementos básicos del currículo, como en el caso de las adaptaciones curriculares significativas o de otros aspectos relacionados con la enseñanza (materiales, espacios, tiempos, metodologías), en forma de adaptaciones curriculares no significativas, siendo las de este último tipo las propuestas para esta programación didáctica para solventar los siguientes cuatro casos:

- **Caso 1. Alumno/a que no trae ropa deportiva**

En este caso las adaptaciones tendrían lugar en las clases prácticas ya que la vestimenta no afecta en ningún aspecto la realización de las clases teóricas. El principal problema de realizar actividad física sin la vestimenta adecuada es que se incrementa el riesgo de sufrir lesiones o daños por no llevar ropa específica para la práctica deportiva, como por ejemplo ropa más elástica o zapatillas deportivas que son antideslizantes.

Por ello las adaptaciones propuestas para el caso 1 son:

- Desempeñar el rol de árbitro en partidos, torneos o cualquier otro tipo de actividad o juego competitivo.
- Proporcionar feedbacks técnicos y tácticos específicos al resto de compañeros durante la realización de las actividades y posteriormente.
- Ayudar a la colocación del material y a su recogida antes y después de la realización de los ejercicios.

Con estas adaptaciones se busca aprovechar el potencial de los estilos de enseñanza alternativos que fomentan la participación del alumnado que no pueda realizar la práctica físico- deportiva con todas las garantías de seguridad.

- **Caso 2. Alumno/a que no puede realizar la clase práctica por lesión y/o indisposición**

En este caso las adaptaciones tendrían lugar en las clases prácticas. Las adaptaciones para el caso 2 son:

- Desempeñar el rol de árbitro en partidos, torneos o cualquier otro tipo de actividad o juego competitivo, siempre que pueda realizarse de manera estática, como por ejemplo en deportes como el voleibol o el bádminton.
- Proporcionar feedbacks técnicos y tácticos específicos al resto de compañeros durante la realización de las actividades y posteriormente.
- Elaboración de un informe teórico en el que se recojan los ejercicios realizados en

la sesión y los contenidos trabajados. Todos estos informes realizados por los alumnos lesionados serán almacenados y organizados por fecha para que a final del curso se cree un portfolio de la asignatura que pueda ser utilizado por toda la clase.

- Diseño y organización de ejercicios y actividades relacionados con los contenidos para su puesta en práctica por el resto de la clase.

- **Caso 3. Alumno/a que no asiste a las clases durante un periodo prolongado de tiempo**

- Realizar un diagnóstico para comprobar qué conocimientos tiene y cuáles le pueden faltar con motivo de su ausencia para poder incidir en ellos y equilibrar su aprendizaje
- Realizar actividades de refuerzo para evitar lagunas en su proceso de enseñanza-aprendizaje en función de lo detectado en el diagnóstico explicado anteriormente.
- Estar en contacto con el alumno para seguir su progreso, ya sea mediante el aula virtual, o cualquier otro medio tecnológico que permita comprobar su aprendizaje y proporcionar vía online los contenidos de forma alternativa, así como diferentes propuestas de realización de trabajos y/o actividades teóricas o prácticas.

- **Caso 4. Alumnos/as con hipoacusia leve**

En este caso las adaptaciones serán llevadas a cabo tanto en las clases teóricas como en las prácticas.

- El alumno deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.
- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.
- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.
- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.
- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo.

- Se asignará una pareja a cada alumno con hipoacusia leve para que vayan acompañados en todo momento durante la realización de ejercicios que impliquen un posible riesgo para evitar colisiones con otros compañeros desde ángulos muertos o por detrás.
- Utilización de subtítulos en la proyección de vídeos.
- Se proporcionarán con anterioridad los apuntes teóricos de las clases a estos alumnos para que puedan verlos previamente.
- Cuando el profesor lo considere necesario, en función del contexto específico de cada actividad, se propondrá que para comenzar el ejercicio o cualquier acción en la que esté implicada alguno de estos alumnos, se tenga que levantar uno de los brazos en señal de preparación, para que todos los miembros implicados en el mismo confirmen que están dispuestos a comenzar y así se evite la dispersión de los alumnos con discapacidad auditiva.

Todas estas medidas podrán ser aplicadas en conjunto o de manera aislada, en función de lo que sea más beneficioso en cada caso concreto.

Como indican Pérez y Soto (2014), los pilares fundamentales para la inclusión del alumnado con discapacidad auditiva en las clases de Educación Física son anticipar la información sobre lo que se va a hacer, comenzar cada nuevo aprendizaje retomando los conocimientos previos que posee el alumno/a relacionando ambos y utilizando de apoyos visuales que faciliten la conceptualización y comprensión de lo que se esté viendo en cada momento.

### **10. Enseñanzas transversales**

Las enseñanzas transversales se darán de forma inherente a los contenidos, como se muestra en la Tabla 16, y también en los proyectos interdisciplinarios propuestos por el centro, siempre que en ellos exista algún aspecto relacionado con la actividad física y/o el deporte.

Tabla 16. Enseñanzas transversales en relación con las unidades didácticas del curso.

UNIDADES DIDÁCTICAS	ENSEÑANZAS TRANSVERSALES
U.D 6. Escalando a la cima.	Esta U.D contiene enseñanzas transversales relacionadas con la geografía y la geología
U.D 9. Juguemos al bádminton	Esta U.D contiene enseñanzas transversales relacionadas con la asignatura de inglés.
U. D 2. Deporte y salud	Estas U.D contienen enseñanzas transversales relacionadas con las ciencias de la salud, específicamente con la biología, la fisiología y la nutrición.
U.D 7. Analizando mi cuerpo	
U.D 10. Sé lo que como	

Elaboración propia.

### 11. Actividades complementarias y extraescolares.

Todas las salidas y/o excursiones fuera del centro propuestas durante este curso en la asignatura de educación física son de carácter obligatorio, a excepción del viaje de esquí, el cual es voluntario.

En cuanto a las actividades complementarias y extraescolares el Colegio Tres Olivos ofrece las siguientes opciones deportivas fuera del horario lectivo:

- Voleibol. El club de voleibol del colegio entrena los lunes y los miércoles y en él pueden inscribirse alumnos de cualquier curso de ESO. Los niños de Educación Primaria también pueden apuntarse y juegan al voleibol adaptado, en el que les permiten que la bola bote antes de golpearla.
- Fútbol sala. El equipo de fútbol sala del colegio entrena martes y jueves y en él pueden inscribirse alumnos de cualquier curso de ESO. Actualmente hay dos equipos, uno de 1º y 2º de ESO y otro de 3º y 4º.  
También disponen de un equipo de Educación Primaria.
- Judo. La escuela de judo del colegio entrena los miércoles y viernes y en ella pueden inscribirse alumnos del colegio independientemente de su edad.
- Baloncesto. El Colegio Tres Olivos cuenta con cinco equipos de baloncesto. El primero para los cursos desde 1º hasta 3º de Educación Primaria, el segundo desde 4º hasta 6º, el tercero desde 1º hasta 2º de ESO, el cuarto desde 3º hasta 4º de ESO y el quinto para Bachillerato. El equipo de 3º y 4º de ESO entrena los martes y

jueves.

- Tchoukball. La opción extraescolar más novedosa es sin duda el equipo de tchoukball. Hay uno para Educación Primaria y otro para educación secundaria y ambos equipos entrenan los lunes y los viernes.

Tabla 17. Horarios de las actividades extraescolares.

<b>ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES</b>		
<b>DEPORTE</b>	<b>ESPACIO</b>	<b>HORARIO</b>
Voleibol	Gimnasio - Patio exterior	Lunes y miércoles 17:00-18:30
Fútbol sala	Patios exteriores	Martes y jueves 17:00-18:30
Judo	Gimnasio	Miércoles y viernes 17:00-18:00
Baloncesto	Gimnasio – Patios exteriores	Martes y jueves 17:00-18:30
Tchoukball	Patios exteriores	Lunes 17:30-19:00 Viernes 17:00-18:30

Elaboración propia.



## 12. Bibliografía

Buscà Donet, F., Lleixà Arribas, T., Coral Mateu, J., & Gallardo Ramírez, S. (2016). La Programación por Competencias en Educación Física: Retos y Problemas para su Implantación en la Escuela. *Multidisciplinary Journal of Educational Research*, 6(3), <http://doi.org/10.17583/remie.2016.2172>

Decreto 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. *Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid*, (118). Madrid, 20 de mayo de 2015. [https://www.bocm.es/boletin/CM\\_Orden\\_BOCM/2015/05/20/BOCM-20150520-1.PDF](https://www.bocm.es/boletin/CM_Orden_BOCM/2015/05/20/BOCM-20150520-1.PDF)

Fernández-Río, J., Calderón, A., Alcalá, D. H., Pérez-Pueyo, A., & Cebamanos, M. A. (2016). Modelos pedagógicos en educación física: consideraciones teórico-prácticas para docentes. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (413), 55-75.

González, M. D., & Campos, A. (2014). *Intervención docente en educación física en Secundaria y en el deporte escolar*. Síntesis.

Gómez, P. (2010). Unidad didáctica de voleibol: 'Perfeccionando mi voley'. *Efdeportes. Revista digital*, (142). <https://www.efdeportes.com/efd142/unidad-didactica-de-voleibol.htm>

Jiménez García, M. L. (2021). *Programación integrada para Secundaria: unidades didácticas para Educación Física*. INDE Editorial.

López, I. M., & Valenzuela, G. E. (2015). Niños y adolescentes con necesidades educativas especiales. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 42-51. <http://doi.org/doi:10.1016/j.rmclc.2015.02.004>

López Pastor, V. M., Molina, M., Manrique Arribas, J. C., & Pascual Arias, C. (2020). La importancia de utilizar la Evaluación Formativa y Compartida en la Formación Inicial del Profesorado de Educación Física: los Proyectos de Aprendizaje Tutorado como ejemplo de buena práctica. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (37), 620-627. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.74193>

Mazón Cobo, V. (2021). *Programación de la educación física basada en competencias*. INDE.

Medina, A. M., Velásquez, G. I., Vargas, L. G., Henao, L. M., & Vásquez, E. M. (2013). Sordera ocupacional: una revisión de su etiología y estrategias de prevención. *Revista CES Salud Pública*, 4(2), 116-124. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/sordera-ocupacional-una-revisión-de-su-etilogía/docview/1734292983/se-2?accountid=14712>

Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. (2015). 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. *Boletín Oficial del Estado*, (25), 6986-7003. [https://www.boe.es/diario\\_boe/txt.php?id=BOE-A-2015-738](https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2015-738)

Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. *Boletín Oficial del Estado*, (3), 169- 546. <https://www.boe.es/boe/dias/2015/01/03/pdfs/BOE-A-2015- 37.pdf>

Rosa Guillamón, A., García Cantó, E., Carrillo López, P. J., Moral García, J. E., & Gil Madrona, P. (2021). Revisión bibliográfica de los métodos enseñanza en educación física. *Acciónmotriz*, (27), 46-56.

Santos del Campo, J. A. (1996). In Viciano Ramírez J., Delgado Noguera M. A. (Eds.), *Voleibol*. Ministerio de Educación y Ciencia, Consejo Superior de Deportes.

Soto-Rey, J., & Pérez-Tejero, J. (2014). Estrategias para la inclusión de personas con discapacidad auditiva en educación física. *Revista Española De Educación Física Y Deportes*, (406), Pag. 93–101. <https://doi.org/10.55166/reefd.v0i406.30>

Viciano Ramírez, J., & Delgado Noguera, M. A. (1999) The programation and didactic intervention in school sport (II). Contributions of the different styles of teaching. *Apunts, Educación Física y Deportes*, (5) 6, 17-24.

### **13. Anexos**

Objetivos de la U.D específicos de voleibol (procedimentales, actitudinales y conceptuales). No son los mismos que los del punto 3

#### **Anexo I. Desarrollo de una unidad didáctica**

##### **1. Introducción**

La unidad didáctica que desarrollaremos en esta programación didáctica será la U.D número 5 “Afianzo mi vóley”.

El voleibol es un deporte colectivo con un enorme potencial didáctico. Si a este factor le sumamos que el desarrollo psicomotor del alumnado en 4º de ESO ya es muy avanzado, el resultado es una práctica deportiva con un gran compromiso motor apoyado por un enorme componente lúdico inherente a este deporte.

Como indica Santos del Campo (1996) en su libro “La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos. Voleibol.”, “El deporte en general, y el voleibol en particular, es un medio indudable para la educación integral del individuo”.

Esta práctica deportiva consta de varios elementos como su potencial psicológico, su preparación física general independiente del deporte, su preparación física concreta, su técnica y su táctica. Y tampoco debemos olvidar que es una herramienta ideal para trabajar y reforzar los valores éticos a través del deporte como la cooperación, el respeto, el autocontrol, el esfuerzo y la tolerancia a la frustración. Este trabajo en valores responde directamente a la competencia social y cívica establecida en el currículo.

##### **2. Temporalización**

Como se ha detallado anteriormente en la programación, esta U.D es la 5ª del curso y corresponde a la primera unidad didáctica del segundo trimestre, concretamente a lo largo de 7 sesiones, desde el día 10 de enero hasta el día 31 de enero de 2022.

En cuanto a los espacios de desarrollo de esta U.D, serán los patios exteriores y el gimnasio del colegio donde tendrá lugar, priorizando el uso del gimnasio y/o del patio exterior cubierto para su práctica en los días de lluvia característicos de esas fechas.

##### **3. Competencias clave**

Procedemos a detallar todas las competencias clave que se van a trabajar a lo largo de esta U.D, las cuales están recogidas en la Tabla 17 y son las siguientes:

- **Aprender a aprender (AA)**

El voleibol es un deporte cuyo aprendizaje se basa en la integración progresiva de los elementos técnicos y tácticos básicos de este deporte, por lo que el proceso de aprendizaje se puede secuenciar de manera analítica facilitando enormemente su práctica para el

alumnado. Como se indica en la Orden ECD/65/2015 “Esta competencia se caracteriza por la habilidad para iniciar, organizar y persistir en el aprendizaje”. Mediante el voleibol podremos fomentar que el alumnado aprenda a gestionar su aprendizaje, incidiendo en los aspectos que más necesiten reforzar y sabiendo detectarlos mediante las técnicas de autoevaluación y coevaluación que se propondrán a lo largo de las sesiones, junto con el feedback docente que nosotros aportemos como profesores de forma específica a cada uno de nuestros alumnos.

- **Competencia digital (CD)**

La competencia digital busca fomentar el desarrollo de un uso adecuado de las nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). La utilización de nuevas metodologías didácticas alternativas consistentes en la utilización de los recursos digitales ayudará al alumnado a desarrollar un uso de las tecnologías sea correcto.

Específicamente, se propondrá a los alumnos de 4ºA que se graben vídeos realizando las técnicas específicas de voleibol (toque de dedos, saque bajo, toque de antebrazos y remate) para que posteriormente se autoevalúen sus habilidades técnicas y se coevalúen entre ellos.

- **Competencias sociales y cívicas (CSC)**

Los deportes de equipo y el voleibol de forma específica son una potente herramienta para el trabajo y la adquisición de valores a través de la actividad física. Una gran cantidad de ejercicios que se irán proponiendo a lo largo de la unidad didáctica serán en grupos de distintos tamaños y se buscará fomentar la colaboración y el compañerismo entre sus miembros, la competición sana, el respeto, la inclusión y la tolerancia.

#### **4. Objetivos**

##### **1º Nivel de concreción curricular**

Los objetivos del primer nivel de concreción curricular establecidos para esta unidad didáctica son los siguientes:

- 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.

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.

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.

## **2º Nivel de concreción curricular**

Los objetivos establecidos por el departamento de educación física para esta unidad didáctica son los siguientes:

1. Solventar situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos aprendidos en las actividades físico deportivas propuestas en función de forma correcta y precisa.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición siendo capaces de tomar la decisión adecuada en función del momento y del contexto específico del juego.
5. Mejorar o mantener los factores de la condición física practicando actividades físico deportivas de forma saludable de acuerdo a las posibilidades individuales de cada persona.
6. Reconocer y ajustar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad y el carácter de los esfuerzos.
8. Analizar de forma crítica el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, sociales, educativos y saludables de los negativos como la violencia, la discriminación o el exceso de competitividad.

10. Fomentar una actitud responsable a la hora de la práctica físico deportiva para que sea sana y segura, teniendo en cuenta todos los factores influyentes para ello y previendo las consecuencias que puedan tener las actuaciones inconscientes en la seguridad e integridad de los participantes.

11. Desarrollar y demostrar actitudes personales de cooperación, cohesión y trabajo en equipo apoyando a los compañeros a resolver las situaciones emergentes de manera conjunta y coordinada.

12. Utilizar de forma adecuada y eficaz las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para apoyar y reforzar el proceso de aprendizaje, buscando y seleccionado la información relacionada con los contenidos del curso en base al criterio personal de cada alumno.

### **3<sup>er</sup> Nivel de concreción curricular**

Los objetivos específicos establecidos para la unidad didáctica de voleibol para la clase de 4<sup>a</sup>A de ESO son los siguientes:

A. Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas individuales en patinaje sobre ruedas, deportes de raqueta, voleibol y escalada.

C. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en voleibol y en los deportes de raqueta desarrollando estrategias adecuadas para resolverlas.

D. Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.

F. Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.

H. Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.

K. Demostrar una actitud colaborativa y de trabajo en equipo en la práctica de voleibol, apoyando a los compañeros, desarrollando la tolerancia a la frustración y cooperando con ellos en la resolución de problemas.

En la Tabla 18 se muestra la clasificación de todos estos objetivos en función de su nivel de concreción curricular y en base a estas tres categorías:

- Objetivos conceptuales. Estos objetivos hacen referencia a la asimilación de conocimientos que se pretende lograr con esta unidad didáctica.
- Objetivos procedimentales. Los objetivos procedimentales son aquellos relacionados con la realización de acciones físicas y/o mentales, como las

habilidades técnicas específicas del voleibol, los desplazamientos, o la toma de decisiones.

- Objetivos actitudinales. Por último, estos objetivos son los referentes a todos los valores que se quieren trabajar mediante la práctica deportiva del voleibol, que son la cohesión, el compañerismo, el respeto, la autosuperación, la inclusión y el valor del esfuerzo.

Tabla 18. Clasificación de los objetivos de la unidad didáctica 5.

OBJETIVOS	ACTITUDINALES	PROCEDIMENTALES	CONCEPTUALES
1 <sup>er</sup> Nivel de concreción curricular.	a, c, d, g	b	k
2 <sup>o</sup> Nivel de concreción curricular.	6, 8, 10, 11	1, 3, 5, 12	6, 8
3 <sup>er</sup> Nivel de concreción curricular.	H, K	A, C, F	D

Elaboración propia.

## 5. Contenidos

Los contenidos de esta unidad didáctica se encuentran en el bloque 3 “Actividades de colaboración-oposición: voleibol” dentro los contenidos establecidos en el currículo para 4<sup>o</sup> de ESO en el Decreto 48 2015 en la Comunidad de Madrid. En base a ellos hemos desarrollado específicamente los siguientes contenidos para la unidad didáctica 5 de 4<sup>o</sup>A de ESO:

- Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpes y desplazamientos.
- Dinámica interna, posicionamiento y funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades técnico-tácticas implicadas.
- Estímulos relevantes del juego que condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, posición de los compañeros, etc.

- La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.
- Caídas y elementos de seguridad del voleibol

## 6. Desarrollo de las sesiones.

Tabla 19. Sesión 1.

<b>SESIÓN 1.</b>	
<b>Lunes 10 de enero 2022</b>	
<b>1. COMPETENCIAS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> </ul>	
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	
<p>A. Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas del voleibol.</p> <p>C. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en voleibol y en los deportes de raqueta desarrollando estrategias adecuadas para resolverlas.</p> <p>D. Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.</p> <p>F. Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p>K. Demostrar una actitud colaborativa y de trabajo en equipo en la práctica de voleibol, apoyando a los compañeros, desarrollando la tolerancia a la frustración y cooperando con ellos en la resolución de problemas.</p>	
<b>3. CONTENIDOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpes y desplazamientos. Toque de dedos, toque de antebrazos y saque bajo.</li> <li>- Dinámica interna, posicionamiento y funciones de los jugadores y principios estratégicos adaptadas para el 2 vs 2 y el 3 vs 3. Capacidades técnico-tácticas implicadas.</li> <li>- Estímulos relevantes del juego que condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, posición de los compañeros, etc.</li> </ul>	





<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar 10 toques al balón procurando que sean lo más estáticos posibles y ejecutando la técnica correctamente.</li> <li>- Proponer como reto personal intentar realizar el mayor número de toques posibles, sin hacer especial hincapié en la técnica realizada, para que los propios alumnos descubran individualmente qué manera es la mejor para controlar el balón. Después se dará un feedback final y una puesta en común para ver qué conclusiones se han sacado.</li> </ul>	<b>10 min</b>
<p><u>Ejercicio 2</u></p> <p>El ejercicio será por parejas y consistirá en que los miembros de las parejas se pasen la bola realizando la técnica de toque de dedos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Variante: Misma dinámica, pero realizando los pases en movimiento.</li> </ul> <p>Haremos un ejercicio colaborativo, en el cual intentaremos que el balón no caiga al suelo comenzaremos sólo utilizando toque de dedos.</p> <p>Variante 2: Misma dinámica, pero tendrán que realizar 2 toques consecutivos cada uno. El primer toque para controlar la bola a modo de autopase y el segundo el pase al compañero.</p>	<b>10 min</b>
<p><u>Ejercicio 3</u></p> <p>Exactamente el mismo ejercicio que el anterior, pero utilizando el toque de antebrazos, explicando previamente su técnica correspondiente.</p>	<b>10min</b>
<p><u>Ejercicio 4</u></p> <p>En grupos de 3, se colocarán 3vs3 ubicándose cada equipo a un lado de la red. Ambos grupos deben realizar 3 toques antes de pasar el balón al otro lado. El primero toque de antebrazos, el segundo toque de dedos y el tercero toque de dedos pasando la red, pero con intención de continuar el juego. El objetivo es recibir correctamente el saque y después que la bola pase la red el mayor número de veces sin caer al suelo.</p> <p>En este ejercicio se introduce el saque bajo por lo que también habrá una explicación previa relativa a su ejecución técnica.</p>	<b>10 min</b>

<b>VUELTA A LA CALMA</b>		<b>5 min</b>
<p>Durante esta unidad didáctica se propondrá a los alumnos que formen tríos para que dirijan la parte de la vuelta a la calma de las sesiones.</p> <p>Podrán ser estiramientos o cualquier otro tipo de técnicas de relajación.</p> <p>La primera sesión de la U.D 6, la siguiente, será la última en la que un trío llevará a cabo su actividad de vuelta a la calma.</p> <p>Después los alumnos se coevaluarán entre ellos mediante una escala de valoración.</p>		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<b>6.1. Humanos</b> Profesor.	<b>6.2. Espaciales</b> Gimnasio	<b>6.3. Materiales</b> Red, balones, y 10 aros pequeños, 10 aros medianos y 10 aros grandes.
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
<p>Las siguientes adaptaciones son específicas para los tres alumnos con hipoacusia leve.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El alumno/a deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.</li> <li>- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.</li> <li>- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo. Es importante aportar feedback periódicamente a este alumno para que no se disperse y siga lo más concentrado posible en las tareas que asume.</li> </ul> <p>Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando se acaba un ejercicio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando el profesor se quiera dirigir a él.</li> </ul>		

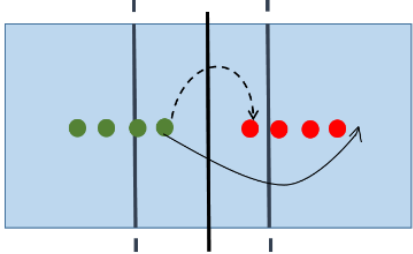
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los compañeros interactúan con dicho alumno y no lo excluyen a la hora de formar grupos.</li> <li>- Los compañeros se comunican de forma adecuada con este alumno (hablan despacio y vocalizando para facilitar la lectura labial, apoyan lo que dicen con gestos y lenguaje no verbal, no dan la espalda a su compañero ni se dirigen a él desde un lateral, etc.)</li> <li>- Los compañeros colaboran para que el alumno en cuestión no se disperse y tratan de que se vuelva a sumergir e involucrar en la actividad en caso de que desvíe su atención y se desconcentre.</li> </ul>
<b>8. EVALUACIÓN</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación Formativa: El profesor proporcionará feedback individualizado a cada alumno/a para detectar y corregir errores.</li> <li>- Heteroevaluación: El profesor anotará los sucesos relevantes en su diario del profesor.</li> <li>- Coevaluación: Los alumnos utilizarán la escala de valoración (Tabla 31) para coevaluar la vuelta a la calma propuesta por sus compañeros.</li> </ul>

Elaboración propia.

Tabla 20. Sesión 2.

<b>SESIÓN 2.</b>
<b>Jueves 13 de enero 2022</b>
<b>1. COMPETENCIAS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> </ul>
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>
<p>A. Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas del voleibol.</p> <p>C. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en voleibol y en los deportes de raqueta desarrollando estrategias adecuadas para resolverlas.</p> <p>D. Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.</p>

<p>F. Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p>K. Demostrar una actitud colaborativa y de trabajo en equipo en la práctica de voleibol, apoyando a los compañeros, desarrollando la tolerancia a la frustración y cooperando con ellos en la resolución de problemas.</p>	
<b>3. CONTENIDOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpes y desplazamientos. Toque de dedos, toque de antebrazos, saque bajo y remate.</li> <li>- Dinámica interna, posicionamiento y funciones de los jugadores y principios estratégicos adaptadas para el 3 vs 3. Capacidades técnico-tácticas implicadas.</li> <li>- Estímulos relevantes del juego que condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, posición de los compañeros, etc.</li> <li>- La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.</li> </ul>	
<b>4. METODOLOGÍA – MODELOS PEDAGÓGICOS</b>	
<p><b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b></p> <p>Mando Directo</p> <p>Mando Directo Modificado</p> <p>Enseñanza recíproca</p> <p>Asignación de tareas</p>	<p><b>4.2 Modelos Pedagógicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Modelo tradicional</li> <li>- Modelo participativo</li> </ul> <p><b>4.3. Organización</b></p> <p>Por grupos de distintos tamaños</p>
<b>5. ACTIVIDADES</b>	
<b>PARTE INICIAL</b>	<b>TIEMPO</b>
<p><b>Calentamiento</b></p> <p>El calentamiento será por parejas y consistirá en que cada pareja vaya moviéndose por todo el espacio disponible pasándose la pelota realizando toque de dedos y toque de antebrazos</p>	<b>5 min</b>
<b>PARTE PRINCIPAL</b>	
<p><u>Ejercicio 1</u></p> <p>Los alumnos se dividirán en dos filas de cuatro personas enfrentadas a cada lado de la red por lo que se realizará tres veces de forma simultánea.</p>	

<p>Deberán pasar el balón por encima de la red y correr a la fila contraria realizando toque de dedos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Variantes: Deberán controlar la recepción del balón con antebrazos y golpear con toque de dedos para pasar la red</li> </ul>	<b>10 min</b>
	<b>10 min</b>
<p><u>Ejercicio 2</u></p> <p>Misma dinámica que en el ejercicio anterior pero esta vez se deberá controlar la recepción del balón con antebrazos y golpear con toque de dedos para pasar la red.</p>	<b>10 min</b>
<p><u>Ejercicio 3</u></p> <p>En grupos de 3, se colocarán 3vs3 ubicándose cada equipo a un lado de la red. Ambos grupos deben realizar 3 toques antes de pasar el balón al otro lado. El primero toque de antebrazos, el segundo toque de dedos y para el tercer golpe en este ejercicio se introducirá el remate, habiendo explicado previamente la ejecución técnica correcta del mismo.</p> <p>Se enfatizará que el objetivo de este ejercicio no es competitivo, por lo que los alumnos deberán focalizarse en realizar correctamente el remate y no en buscar potencia en el golpeo. La intención será pasar la red el mayor número de veces realizando la recepción con toque de antebrazos, la colocación con toque de dedos y la finalización con el remate sin que la pelota caiga al suelo.</p>	<b>10 min</b>
<p><u>Ejercicio 4</u></p> <p>Este ejercicio será por parejas y los alumnos se irán distribuyendo a lo largo de la red situándose en frente de su pareja correspondiente. Se irán turnando para realizar 5 remates seguidos, golpeando la pelota que su compañero le pasa ejecutando el saque bajo. Después se irán turnando</p>	<b>10 min</b>

<p>para sacar y realizar el remate.</p> <p>Al finalizar cada turno cada pareja debe darse feedback recíproco sobre los errores técnicos que han realizado a la hora de ejecutar el saque y/o el remate.</p> <p style="text-align: center;"><b>VUELTA A LA CALMA</b></p> <p>El trío correspondiente realizará una vuelta a la calma para sus compañeros, dirigiendo los estiramientos y/o la técnica de relajación.</p>		<b>5 min</b>
<b>6. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<p><b>6.1. Humanos</b></p> <p>Profesor.</p>	<p><b>6.2. Espaciales</b></p> <p>Patio exterior cubierto</p>	<p><b>6.3. Materiales</b></p> <p>Red, balones, y conos o setas</p>
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
<p>Las siguientes adaptaciones son específicas para los tres alumnos con hipoacusia leve.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El alumno/a deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.</li> <li>- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.</li> <li>- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo. Es importante aportar feedback periódicamente a este alumno para que no se disperse y siga lo más concentrado posible en las tareas que asume.</li> </ul> <p>Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando se acaba un ejercicio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando el profesor se quiera dirigir a él.</li> <li>- Los compañeros interactúan con dicho alumno y no lo excluyen a la hora de</li> </ul>		

<p>formar grupos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los compañeros se comunican de forma adecuada con este alumno (hablan despacio y vocalizando para facilitar la lectura labial, apoyan lo que dicen con gestos y lenguaje no verbal, no dan la espalda a su compañero ni se dirigen a él desde un lateral, etc.)</li> <li>- Los compañeros colaboran para que el alumno en cuestión no se disperse y tratan de que se vuelva a sumergir e involucrar en la actividad en caso de que desvíe su atención y se desconcentre.</li> </ul>
<b>8. EVALUACIÓN</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación Formativa: El profesor proporcionará feedback individualizado a cada alumno/a para detectar y corregir errores.</li> <li>- Heteroevaluación: El profesor anotará los sucesos relevantes en su diario del profesor.</li> <li>- Coevaluación: Los alumnos utilizarán la escala de valoración (Tabla 31) para coevaluar la vuelta a la calma propuesta por sus compañeros.</li> </ul>

Elaboración propia.

Tabla 21. Sesión 3.

<b>SESIÓN 3.</b>
<b>Lunes 17 de enero 2022</b>
<b>1. COMPETENCIAS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Competencia digital</li> </ul>
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>
<p>A. Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas del voleibol.</p> <p>C. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en voleibol y en los deportes de raqueta desarrollando estrategias adecuadas para resolverlas.</p> <p>D. Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.</p>



- F. Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.
- H. Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.
- K. Demostrar una actitud colaborativa y de trabajo en equipo en la práctica de voleibol, apoyando a los compañeros, desarrollando la tolerancia a la frustración y cooperando con ellos en la resolución de problemas.

### 3. CONTENIDOS

- Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpes y desplazamientos. Toque de dedos, toque de antebrazos, saque bajo y remate.
- Dinámica interna, posicionamiento y funciones de los jugadores y principios estratégicos adaptadas para el 3 vs 3. Capacidades técnico-tácticas implicadas.
- Estímulos relevantes del juego que condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, posición de los compañeros, etc.
- La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.
- Caídas y elementos de seguridad del voleibol

### 4. METODOLOGÍA – MODELOS PEDAGÓGICOS

<b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b> Mando Directo Mando Directo Modificado Asignación de tareas Trabajo por grupos Resolución de problemas	<b>4.2 Modelos Pedagógicos</b> - Modelo tradicional - Modelo participativo - Modelo cognitivo
	<b>4.3. Organización</b> Por grupos de distintos tamaños

### 5. ACTIVIDADES

<b>PARTE INICIAL</b>	<b>TIEMPO</b>
<p><b>Calentamiento</b></p> <p>El calentamiento se dividirá en 3 partes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calentamiento articular</li> <li>- Estiramientos dinámicos</li> <li>- Balón prisionero</li> </ul>	<b>10 min</b>
<p style="text-align: center;"><b>PARTE PRINCIPAL</b></p> <p><u>Ejercicio 1</u></p> <p>Todos los alumnos se colocarán por parejas a un lado de la red. El ejercicio consiste en que cada pareja deberá ir desplazándose al otro lado de la red mientras va pasándose el balón con su compañero por encima de la misma.</p> <p>Los 5 primeros minutos será realizando toque de dedos, otros 5 realizando el control del balón y un autopase con el toque de antebrazos y pasando la red con el toque de dedos y los 5 últimos tan solo utilizando el toque de antebrazos, pasando el balón al primer toque o controlándolo y pasando la red al siguiente toque.</p> <div data-bbox="406 1137 967 1379" style="text-align: center;"> </div> <p><u>Ejercicio 2</u></p> <p>Se proporcionará tiempo de clase para la realización del trabajo práctico propuesto consistente en la grabación de un vídeo individual de la ejecución de la técnica de toque de dedos, al cual se debe añadir un análisis posterior de los principales errores cometidos.</p> <p>El trabajo será en grupos de 6 y todos los miembros deben evaluar el vídeo de un compañero y realizar el análisis de errores de dicho vídeo ya que no pueden autoevaluarse.</p>	<b>15 min</b>
<p><u>Ejercicio 3</u></p> <p>Se realizarán partidos de 3 vs 3 a 10 puntos, valiendo el doble los puntos</p>	<b>10 min</b>

en los que se hayan realizado tres toques antes de pasar la red. Cuando un partido acabe comenzará otro nuevo entre otros equipos que también hayan terminado-		<b>10 min</b>
<b>VUELTA A LA CALMA</b>		
El trío correspondiente realizará una vuelta a la calma para sus compañeros, dirigiendo los estiramientos y/o la técnica de relajación.		<b>5 min</b>
<b>6. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<b>6.1. Humanos</b> Profesor	<b>6.2. Espaciales</b> Patio exterior cubierto	<b>6.3. Materiales</b> Red, balones, un teléfono móvil por cada dos alumnos y conos o setas
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
<p>Las siguientes adaptaciones son específicas para los tres alumnos con hipoacusia leve.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El alumno/a deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.</li> <li>- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.</li> <li>- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo. Es importante aportar feedback periódicamente a este alumno para que no se disperse y siga lo más concentrado posible en las tareas que asume.</li> </ul> <p>Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando se acaba un ejercicio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando el profesor se quiera dirigir a él.</li> <li>- Los compañeros interactúan con dicho alumno y no lo excluyen a la hora de</li> </ul>		

formar grupos.

- Los compañeros se comunican de forma adecuada con este alumno (hablan despacio y vocalizando para facilitar la lectura labial, apoyan lo que dicen con gestos y lenguaje no verbal, no dan la espalda a su compañero ni se dirigen a él desde un lateral, etc.)
- Los compañeros colaboran para que el alumno en cuestión no se disperse y tratan de que se vuelva a sumergir e involucrar en la actividad en caso de que desvíe su atención y se desconcentre.

### **8. EVALUACIÓN**

- Evaluación Formativa: El profesor proporcionará feedback individualizado a cada alumno/a para detectar y corregir errores.
- Heteroevaluación: El profesor anotará los sucesos relevantes en su diario del profesor.
- Coevaluación: Los alumnos utilizarán la escala de valoración (Tabla 31) para coevaluar la vuelta a la calma propuesta por sus compañeros.
- Autoevaluación: Utilizarán la hoja de observación creada por cada grupo de 6 para autoevaluar individualmente los vídeos de técnica.

Elaboración propia

Tabla 22. Sesión 4.

<b>SESIÓN 4.</b>
<b>Jueves 20 de enero 2022</b>
<b>1. COMPETENCIAS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> </ul>
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>

- A. Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas del voleibol.
- C. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en voleibol y en los deportes de raqueta desarrollando estrategias adecuadas para resolverlas.
- D. Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.
- F. Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.
- H. Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.
- K. Demostrar una actitud colaborativa y de trabajo en equipo en la práctica de voleibol, apoyando a los compañeros, desarrollando la tolerancia a la frustración y cooperando con ellos en la resolución de problemas.

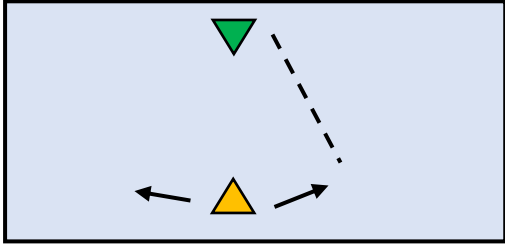
### 3. CONTENIDOS

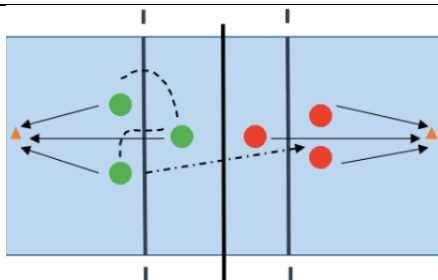
- Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpes y desplazamientos. Toque de dedos, toque de antebrazos, saque bajo y remate.
- Dinámica interna, posicionamiento y funciones de los jugadores y principios estratégicos adaptadas para el 2 vs 2, 3 vs 3 y 4 vs 4. Capacidades técnico-tácticas implicadas.
- Estímulos relevantes del juego que condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, posición de los compañeros, etc.
- La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.
- Caídas y elementos de seguridad del voleibol

### 4. METODOLOGÍA – MODELOS PEDAGÓGICOS

<b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b> Mando Directo Mando Directo Modificado Asignación de tareas Trabajo por grupos	<b>4.2 Modelos Pedagógicos</b> - Modelo tradicional - Modelo participativo
	<b>4.3. Organización</b> Por grupos de distintos tamaños

### 5. ACTIVIDADES

<b>PARTE INICIAL</b>	<b>TIEMPO</b>
<p><b>Calentamiento</b></p> <p>El ejercicio de calentamiento será por parejas, situándose sus miembros en frente, y consistirá en que un miembro de la pareja deberá lanzar a su izquierda o a su derecha la pelota y su compañero deberá devolverle la pelota realizando el toque de dedos o el toque de antebrazos de forma dinámica acompañando el desplazamiento. Después cambiarán los roles.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Variante: Misma dinámica, pero realizando el primer toque como autopase y en el segundo devolver la pelota.</li> </ul> 	<p><b>10 min</b></p>
<p><b>PARTE PRINCIPAL</b></p> <p><u>Ejercicio 1</u></p> <p>El ejercicio consistirá en disputar partidos de 2 vs 2 a 10 puntos, valiendo doble el punto realizado tras dar los tres toques. El campo para su desarrollo será reducido, marcado por conos o setas.</p> <p><u>Ejercicio 2</u></p> <p>En grupos de 3, jugarán 2 partidos 3vs3 en campos reducidos en los que deben realizar 3 toques antes de pasar el balón al otro lado. El primero toque de antebrazos, el segundo toque de dedos y el tercero remate, pero con intención de continuar el juego. El objetivo es recibir correctamente el saque y después que la bola pase la red el mayor número de veces sin caer al suelo.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-1: Si cae al suelo o se falla el golpeo, ambos grupos deben correr hasta tocar un cono en el fondo de su campo y volver. Se reinicia el juego.</li> </ul>	<p><b>10 min</b></p> <p><b>15 min</b></p>



### Ejercicio 3

Se realizará un ejercicio de 4 vs 4 en el que se introducirá el sistema de rotación del voleibol y se hará hincapié en el posicionamiento de los jugadores, colocándose dos miembros del equipo en la red y los otros dos restantes atrás en defensa.

No será de carácter competitivo ya que se busca afianzar las distintas estrategias tácticas de ataque y de defensa, por lo que los remates no se harán a máxima potencia, sino solo para pasar la red y facilitar su recepción con la intención de que la pelota pase la red el mayor número de veces posible sin tocar el suelo.

**10 min**

### **VUELTA A LA CALMA**

El trío correspondiente realizará una vuelta a la calma para sus compañeros, dirigiendo los estiramientos y/o la técnica de relajación.

**5 min**

## **6. RECURSOS DIDÁCTICOS**

### **6.1. Humanos**

Profesor

### **6.2. Espaciales**

Gimnasio

### **6.3. Materiales**

Red, balones, y conos o setas

## **7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

Las siguientes adaptaciones son específicas para los tres alumnos con hipoacusia leve.

- El alumno/a deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.
- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.
- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.
- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como

dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.

- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo. Es importante aportar feedback periódicamente a este alumno para que no se disperse y siga lo más concentrado posible en las tareas que asume.

Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando se acaba un ejercicio.

- Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando el profesor se quiera dirigir a él.

- Los compañeros interactúan con dicho alumno y no lo excluyen a la hora de formar grupos.

- Los compañeros se comunican de forma adecuada con este alumno (hablan despacio y vocalizando para facilitar la lectura labial, apoyan lo que dicen con gestos y lenguaje no verbal, no dan la espalda a su compañero ni se dirigen a él desde un lateral, etc.)

- Los compañeros colaboran para que el alumno en cuestión no se disperse y tratan de que se vuelva a sumergir e involucrar en la actividad en caso de que desvíe su atención y se desconcentre.

## 8. EVALUACIÓN

- Evaluación Formativa: El profesor proporcionará feedback individualizado a cada alumno/a para detectar y corregir errores.
- Heteroevaluación: El profesor anotará los sucesos relevantes en su diario del profesor.
- Coevaluación: Los alumnos utilizarán la escala de valoración (Tabla 31) para coevaluar la vuelta a la calma propuesta por sus compañeros.

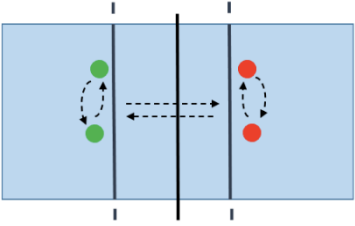
Elaboración propia.



Tabla 23. Sesión 5.

<b>SESIÓN 5.</b>	
<b>Lunes 24 de enero 2022</b>	
<b>1. COMPETENCIAS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Competencia digital</li> </ul>	
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	
<p>A. Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas del voleibol.</p> <p>C. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en voleibol y en los deportes de raqueta desarrollando estrategias adecuadas para resolverlas.</p> <p>D. Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.</p> <p>F. Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p>H. Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.</p> <p>K. Demostrar una actitud colaborativa y de trabajo en equipo en la práctica de voleibol, apoyando a los compañeros, desarrollando la tolerancia a la frustración y cooperando con ellos en la resolución de problemas.</p>	
<b>3. CONTENIDOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpes y desplazamientos. Toque de dedos, toque de antebrazos, saque bajo, saque alto y remate.</li> <li>- Dinámica interna, posicionamiento y funciones de los jugadores y principios estratégicos adaptadas para el 2 vs 2. Capacidades técnico-tácticas implicadas.</li> <li>- Estímulos relevantes del juego que condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, posición de los compañeros, etc.</li> <li>- La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de</li> </ul>	

<p>equipo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Caídas y elementos de seguridad del voleibol</li> </ul>	
<b>4. METODOLOGÍA – MODELOS PEDAGÓGICOS</b>	
<p><b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b></p> <p>Mando Directo</p> <p>Mando Directo Modificado</p> <p>Asignación de tareas</p> <p>Trabajo por grupos</p> <p>Microenseñanza</p>	<p><b>4.2 Modelos Pedagógicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Modelo tradicional</li> <li>- Modelo participativo</li> </ul>
	<p><b>4.3. Organización</b></p> <p>Por grupos de distintos tamaños</p>
<b>5. ACTIVIDADES</b>	
<b>PARTE INICIAL</b>	<b>TIEMPO</b>
<p><b>Calentamiento</b></p> <p>El calentamiento se dividirá en 3 partes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calentamiento articular</li> <li>- Estiramientos dinámicos</li> <li>- Tulipán</li> </ul>	<b>10 min</b>
<b>PARTE PRINCIPAL</b>	
<p><u>Ejercicio 1</u></p> <p>Toque de dedos por parejas. 1 toque de dedos para controlar el balón + 1 toque de dedos de pase al compañero.</p> <p>Variante: Mismo ejercicio, pero realizando toque de antebrazos para el autopase (recepción) del balón.</p>	<b>10 min</b>
<p><u>Ejercicio 2</u></p> <p>Haremos un ejercicio colaborativo de 2 vs 2, en el cual intentaremos que el balón no caiga al suelo comenzaremos sólo utilizando toque de dedos.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Variante 1. Después tendrá que existir mínimo un pase entre la pareja, iremos incluyendo el toque de antebrazos obligatorio cada vez que una pareja pase el balón.</li> <li>- Variante 2. Luego iremos obligando a que el toque de antebrazos sea en una posición obligatoria, primero en el 2º golpeo, luego en</li> </ul>	<b>15 min</b>

<p>el 3º y para acabar en el 1º.</p> 		
<p><u>Ejercicio 3</u></p> <p>Se proporcionará tiempo de clase para continuar la realización del trabajo práctico propuesto consistente en la grabación de un vídeo individual de la ejecución de las distintas técnicas. La última sesión fue del toque de dedos y esta vez tendrán que hacer lo mismo, pero con el toque de antebrazos, añadiendo un análisis posterior de los principales errores cometidos.</p> <p>El trabajo será en grupos de 6 y todos los miembros deben evaluar el vídeo de un compañero y realizar el análisis de errores de dicho vídeo ya que no pueden autoevaluarse.</p> <p style="text-align: center;"><b>VUELTA A LA CALMA</b></p> <p>El trío correspondiente realizará una vuelta a la calma para sus compañeros, dirigiendo los estiramientos y/o la técnica de relajación.</p>		<p><b>10 min</b></p> <p><b>5 min</b></p>
<b>6. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<p><b>6.1. Humanos</b></p> <p>Profesor</p>	<p><b>6.2. Espaciales</b></p> <p>Gimnasio</p>	<p><b>6.3. Materiales</b></p> <p>Red, balones, un teléfono móvil por cada dos o tres alumnos y conos o setas</p>
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
<p>Las siguientes adaptaciones son específicas para los tres alumnos con hipoacusia leve.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El alumno/a deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.</li> <li>- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de</li> </ul>		

signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.

- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.

- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo. Es importante aportar feedback periódicamente a este alumno para que no se disperse y siga lo más concentrado posible en las tareas que asume.

Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando se acaba un ejercicio.

- Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando el profesor se quiera dirigir a él.

- Los compañeros interactúan con dicho alumno y no lo excluyen a la hora de formar grupos.

- Los compañeros se comunican de forma adecuada con este alumno (hablan despacio y vocalizando para facilitar la lectura labial, apoyan lo que dicen con gestos y lenguaje no verbal, no dan la espalda a su compañero ni se dirigen a él desde un lateral, etc.)

- Los compañeros colaboran para que el alumno en cuestión no se disperse y tratan de que se vuelva a sumergir e involucrar en la actividad en caso de que desvíe su atención y se desconcentre.

## 8. EVALUACIÓN

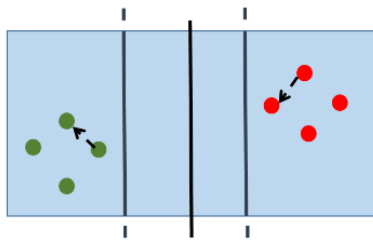
- Evaluación Formativa: El profesor proporcionará feedback individualizado a cada alumno/a para detectar y corregir errores.
- Heteroevaluación: El profesor anotará los sucesos relevantes en su diario del profesor.
- Coevaluación: Los alumnos utilizarán la escala de valoración (Tabla 31) para coevaluar la vuelta a la calma propuesta por sus compañeros.
- Autoevaluación: Utilizarán la hoja de observación creada por cada grupo de 6 para autoevaluar individualmente los vídeos de técnica.

Elaboración propia.

Tabla 24. Sesión 6.

<b>SESIÓN 6.</b>
<b>Jueves 27 de enero 2022</b>
<b>1. COMPETENCIAS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> </ul>
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>
<p>A. Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas del voleibol.</p> <p>C. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en voleibol y en los deportes de raqueta desarrollando estrategias adecuadas para resolverlas.</p> <p>D. Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.</p> <p>F. Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p>H. Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.</p> <p>K. Demostrar una actitud colaborativa y de trabajo en equipo en la práctica de voleibol, apoyando a los compañeros, desarrollando la tolerancia a la frustración y cooperando con ellos en la resolución de problemas.</p>
<b>3. CONTENIDOS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpes y desplazamientos. Toque de dedos, toque de antebrazos, saque bajo, saque alto y remate.</li> <li>- Dinámica interna, posicionamiento y funciones de los jugadores y principios estratégicos adaptadas para el 2 vs 2, 3 vs 3, y 6 vs 6 (competición real). Capacidades técnico-tácticas implicadas.</li> <li>- Estímulos relevantes del juego que condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, posición de los compañeros, etc.</li> <li>- La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.</li> <li>- Caídas y elementos de seguridad del voleibol</li> </ul>

<b>4. METODOLOGÍA – MODELOS PEDAGÓGICOS</b>	
<b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b> Mando Directo Mando Directo Modificado Asignación de tareas Trabajo por grupos Descubrimiento guiado	<b>4.2 Modelos Pedagógicos</b> - Modelo tradicional - Modelo participativo - Modelo cognitivo <hr/> <b>4.3. Organización</b> Por grupos de distintos tamaños
<b>5. ACTIVIDADES</b>	
<b>PARTE INICIAL</b>	<b>TIEMPO</b>
<b>Calentamiento</b> En esta sesión para calentar se volverá a proponer el reto personal de intentar realizar el mayor número de toques posibles para que los alumnos puedan observar si han mejorado su récord y el progreso que han tenido durante la unidad didáctica.	<b>5 min</b>
<b>PARTE PRINCIPAL</b>	
<u>Ejercicio 1</u> Este ejercicio será de 2 vs 2 en pequeños campos reduciendo el espacio y en él se introducirá el saque alto, explicando su técnica correspondiente previamente. Se tratará de pasar la pelota por encima de la red el mayor número de veces posible sin que caiga al suelo, realizando los 3 toques y recepcionando correctamente el saque alto	<b>10 min</b>
<u>Ejercicio 2</u> El ejercicio consistirá en disputar partidos de 3 vs 3 a 10 puntos, valiendo doble el punto realizado tras dar los tres toques. El campo para su desarrollo será reducido, marcado por conos o setas. En este ejercicio se introducirá el bloqueo de los remates, explicando previamente su técnica.	<b>10 min</b>

<p>- Variante: Cada bloqueo que se realice adecuadamente sumará un punto, independientemente de si se gana o se pierde dicho punto.</p>		
<p><u>Ejercicio 3</u></p> <p>La clase se dividirá en 4 equipos de 6 y se echarán dos partidos de voleibol de 5 minutos cada uno, rotando los equipos. En este partido se intentará acercarse lo máximo posible a la competición real del voleibol, realizando las rotaciones, el posicionamiento adecuado y la utilización de las habilidades técnicas y estrategias tácticas convenientes en función de cada situación de juego.</p>		
<b>10 min</b>		
<p><u>Ejercicio 4</u></p> <p>Los alumnos se dividen en grupos de 4. Se colocan en círculo con brazos extendidos para crear una distancia adecuada. El ejercicio consiste en pasar el balón al ritmo de la música. Cuando la música pare, el que tenga el balón deberá sentarse en el suelo. Cuando la música comience de nuevo, volverán a pasarse el balón, pero el jugador que tenga un compañero sentado al lado del sentido en el que vaya el balón deberá saltar al compañero y luego realizar un pase al otro compañero que continúa jugando.</p>		
<b>10 min</b>		
		
<b>VUELTA A LA CALMA</b>		
<p>El trío correspondiente realizará una vuelta a la calma para sus compañeros, dirigiendo los estiramientos y/o la técnica de relajación.</p>		
<b>5 min</b>		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<p><b>6.1. Humanos</b></p> <p>Profesor</p>	<p><b>6.2. Espaciales</b></p> <p>Gimnasio</p>	<p><b>6.3. Materiales</b></p> <p>Red, balones, altavoces, un reproductor de música y</p>

		conos o setas
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
<p>Las siguientes adaptaciones son específicas para los tres alumnos con hipoacusia leve.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El alumno/a deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.</li> <li>- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.</li> <li>- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo. Es importante aportar feedback periódicamente a este alumno para que no se disperse y siga lo más concentrado posible en las tareas que asume.</li> </ul> <p>Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando se acaba un ejercicio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando el profesor se quiera dirigir a él.</li> <li>- Los compañeros interactúan con dicho alumno y no lo excluyen a la hora de formar grupos.</li> <li>- Los compañeros se comunican de forma adecuada con este alumno (hablan despacio y vocalizando para facilitar la lectura labial, apoyan lo que dicen con gestos y lenguaje no verbal, no dan la espalda a su compañero ni se dirigen a él desde un lateral, etc.)</li> <li>- Los compañeros colaboran para que el alumno en cuestión no se disperse y tratan de que se vuelva a sumergir e involucrar en la actividad en caso de que desvíe su atención y se desconcentre.</li> </ul>		
<b>8. EVALUACIÓN</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación Formativa: El profesor proporcionará feedback individualizado a cada alumno/a para detectar y corregir errores.</li> </ul>		



- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Heteroevaluación: El profesor anotará los sucesos relevantes en su diario del profesor.</li> <li>- Coevaluación: Los alumnos utilizarán la escala de valoración (Tabla 31) para coevaluar la vuelta a la calma propuesta por sus compañeros.</li> </ul> |
|--|

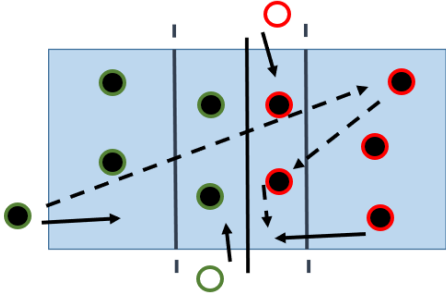
Elaboración propia.

Tabla 25. Sesión 7.

<b>SESIÓN 7.</b>
<b>Lunes 31 de enero 2022</b>
<b>1. COMPETENCIAS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Competencia digital</li> </ul>
<b>2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>
<p>A. Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas del voleibol.</p> <p>C. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en voleibol y en los deportes de raqueta desarrollando estrategias adecuadas para resolverlas.</p> <p>D. Relacionar los hábitos de vida con la condición física y la salud aplicando los conocimientos nutricionales, posturales y de práctica de actividad física.</p> <p>F. Diseñar y realizar las fases de calentamiento y vuelta a la calma en la práctica de actividad física adecuando la intensidad del esfuerzo en cada una de ellas.</p> <p>H. Fomentar el pensamiento crítico y el rechazo hacia las actitudes racistas, violentas o de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva en busca de la igualdad, el respeto y la competitividad sana.</p> <p>K. Demostrar una actitud colaborativa y de trabajo en equipo en la práctica de voleibol, apoyando a los compañeros, desarrollando la tolerancia a la frustración y cooperando con ellos en la resolución de problemas.</p>
<b>3. CONTENIDOS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpeos y desplazamientos. Toque de dedos, toque de antebrazos, saque bajo, saque alto</li> </ul>

<p>y remate.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dinámica interna, posicionamiento y funciones de los jugadores y principios estratégicos adaptadas para el 5 vs 5 y 6 vs 6. Capacidades técnico-tácticas implicadas.</li> <li>- Estímulos relevantes del juego que condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, posición de los compañeros, etc.</li> <li>- La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.</li> <li>- Caídas y elementos de seguridad del voleibol</li> </ul>	
<b>4. METODOLOGÍA – MODELOS PEDAGÓGICOS</b>	
<p><b>4.1. Estilos de enseñanza (poner iniciales en punto 5)</b></p> <p>Mando Directo</p> <p>Mando Directo Modificado</p> <p>Asignación de tareas</p> <p>Trabajo por grupos</p> <p>Resolución de problemas</p> <p>Enseñanza recíproca</p>	<p><b>4.2 Modelos Pedagógicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Modelo tradicional</li> <li>- Modelo participativo</li> <li>- Modelo cognitivo</li> </ul> <p><b>4.3. Organización</b></p> <p>Por grupos de distintos tamaños</p>
<b>5. ACTIVIDADES</b>	
<b>PARTE INICIAL</b>	<b>TIEMPO</b>
<p><b>Calentamiento</b></p> <p>El calentamiento se dividirá en 3 partes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calentamiento articular</li> <li>- Estiramientos dinámicos</li> <li>- Se harán 4 equipos de 6 y se jugarán 6 vs 6 simultáneamente. El ejercicio consiste en que cada equipo debe mantener lo máximo posible la posesión del balón y solo podrá pasarse la bola realizando toque de dedos o toque de antebrazos, evitando que el rival robe la pelota. Si la pierden o se lo roban el equipo contrario deberá hacer lo mismo y el equipo perdedor pasará a defender</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>PARTE PRINCIPAL</b></p>	<b>5 min</b>

<p><u>Ejercicio 1</u></p> <p>Se dedicará tiempo de clase a terminar con el trabajo de grabación de las técnicas específicas de voleibol, esta vez realizando la técnica del remate.</p> <p>Deberán añadir un análisis posterior de los principales errores cometidos.</p> <p>El trabajo será en grupos de 6 y todos los miembros deben evaluar el vídeo de un compañero y realizar el análisis de errores de dicho vídeo ya que no pueden autoevaluarse.</p> <p>Durante este ejercicio también se irá llamando a cada alumno/a individualmente para realizar el examen de técnica.</p>	<b>20 min</b>
<p><u>Ejercicio 2</u></p> <p>Ejercicio de 5 vs 5. Se hará hincapié en la rotación de las distintas posiciones de juego, tan solo clasificándolas en posiciones de fondo y posiciones de red, puntuando 1 punto al equipo que consiga realizar un bloqueo y salvar 1 punto del equipo contrario. Partidos a 7 puntos, valiendo 1 punto cada juego ganado y un punto cada bloqueo.</p> <p style="padding-left: 40px;">- Variante 1</p> <p>Variante en la cual valen doble los puntos en los que el equipo consiga realizar los 3 toques, finalizando con un remate.</p> <p style="padding-left: 40px;">- Variante 2</p> <p>En esta variante si el equipo que pasa el balón al otro campo da los tres toques, se adhiere un jugador y pasarían a ser 6vs 5.</p> <p>Esto se mantiene hasta que el equipo en superioridad ofensiva realice solo 2 de los 3 toques en una jugada, en cuyo caso ese jugador extra deberá salir del campo. El jugador que salga del campo irá cambiando cada vez que esto suceda. En este ejercicio se generarán las siguientes situaciones de juego: 5vs5, 5vs6, 6vs5 o 6vs6.</p>	<b>10 min</b>

			
<p><b>Ejercicio 3</b></p> <p>Para finalizar la unidad didáctica se realizarán partidos simulando la práctica competitiva real del voleibol. La clase se dividirá en 4 equipos de 6 y se echarán dos partidos de voleibol de 5 minutos cada uno, rotando los equipos.</p>			<b>10 min</b>
<p><b>VUELTA A LA CALMA</b></p> <p>El trío correspondiente realizará una vuelta a la calma para sus compañeros, dirigiendo los estiramientos y/o la técnica de relajación. Posteriormente se realizará un pequeño feedback de toda la unidad didáctica en una puesta en común con los alumnos.</p>			<b>5 min</b>
<b>6. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>			
<p><b>6.1. Humanos</b></p> <p>Profesor</p>	<p><b>6.2. Espaciales</b></p> <p>Gimnasio</p>	<p><b>6.3. Materiales</b></p> <p>Red, balones, un dispositivo móvil por cada dos o tres alumnos y conos o setas</p>	
<b>7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>			
<p>Las siguientes adaptaciones son específicas para los tres alumnos con hipoacusia leve.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El alumno deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.</li> <li>- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.</li> <li>- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.</li> </ul>			



- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.
  - El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo. Es importante aportar feedback periódicamente a este alumno para que no se disperse y siga lo más concentrado posible en las tareas que asume.
- Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando se acaba un ejercicio.
- Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando el profesor se quiera dirigir a él.
  - Los compañeros interactúan con dicho alumno y no lo excluyen a la hora de formar grupos.
  - Los compañeros se comunican de forma adecuada con este alumno (hablan despacio y vocalizando para facilitar la lectura labial, apoyan lo que dicen con gestos y lenguaje no verbal, no dan la espalda a su compañero ni se dirigen a él desde un lateral, etc.)
  - Los compañeros colaboran para que el alumno en cuestión no se disperse y tratan de que se vuelva a sumergir e involucrar en la actividad en caso de que desvíe su atención y se desconcentre.

## 8. EVALUACIÓN

- Evaluación Formativa: El profesor proporcionará feedback individualizado a cada alumno/a para detectar y corregir errores.
- Heteroevaluación: El profesor anotará los sucesos relevantes en su diario del profesor.  
El profesor utilizará la Hoja de observación A (Tabla 27) para evaluar el examen de técnica durante el tiempo dedicado para el ejercicio 1 y la Hoja de observación B (Tabla 29) para evaluar el examen técnico-táctico, correspondiente a los ejercicios 2 y 3.
- Coevaluación: Los alumnos utilizarán la escala de valoración (Tabla 31) para coevaluar la vuelta a la calma propuesta por sus compañeros.
- Autoevaluación: Utilizarán la hoja de observación creada por cada grupo de 6 para autoevaluar individualmente los vídeos de técnica.

Elaboración propia.

Leyenda de las tablas:

- Las líneas continuas simbolizan los desplazamientos de los jugadores. 
- Las líneas discontinúan simbolizan los movimientos del balón. 

## 7. Metodología

Para llevar a cabo esta unidad didáctica y basándonos en los modelos de enseñanza propuestos por Vicianá Ramírez y Delgado Noguera (1999) se utilizarán los siguientes estilos de enseñanza y modelos pedagógicos:

### **Estilos de enseñanza tradicionales**

La instrucción directa es fundamental para la iniciación en cualquier tipo de deporte por lo que el mando directo, el mando directo modificado y la asignación de tareas son herramientas pedagógicas eficaces, especialmente para las primeras sesiones de la unidad didáctica.

### **Estilos de enseñanza participativos**

El voleibol es un deporte colectivo e interactivo por lo que los estilos de enseñanza que fomentan la participación y las interacciones sociales entre sus participantes facilitaran el desarrollo colectivo del proceso de enseñanza-aprendizaje. Para ello, las estrategias pedagógicas como la enseñanza recíproca, la microenseñanza y el trabajo por grupos son dinámicas adecuadas para la realización de los ejercicios y las actividades. → Modelo de enseñanza social

### **Estilos de enseñanza cognitivos**

Los estilos de enseñanza cognitivos fomentan la adquisición de los conceptos deportivos inherentes a la técnica y a la táctica de cualquier deporte y por tanto también del voleibol. La combinación de la instrucción directa con técnicas alternativas como el descubrimiento guiado o la resolución de problemas fomentaran a que el alumnado se implique más en su propio proceso de aprendizaje y desarrolle el pensamiento crítico en base al ensayo y al error y al planteamiento de las mejores soluciones posibles ante los problemas y actividades propuestas en las sesiones.

En función de cada contenido específico dentro de esta unidad didáctica que se vaya se van a utilizar alternativamente dichos estilos de enseñanza con la intención de intención de mejorar y colaborar en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En la tabla 26 se muestra la relación de cada estilo de enseñanza que se utilizará en cada sesión de la unidad didáctica.

Tabla 26. Estilos de enseñanza empleados en cada sesión de la unidad didáctica.

ESTILOS DE ENSEÑANZA	SESIONES						
	1	2	3	4	5	6	7
Estilo de enseñanza tradicional	X	X	X	X	X	X	X
Estilo de enseñanza participativo	X	X	X	X	X	X	X
Estilo de enseñanza cognitivo	X		X			X	X

Elaboración propia.

## 8. Evaluación

### 8.1 Metodologías e instrumentos de evaluación utilizados

Las metodologías que se utilizarán serán la heteroevaluación, la coevaluación y la autoevaluación. Los contenidos de esta unidad didáctica serán evaluados mediante los siguientes instrumentos de evaluación:

- Exámenes prácticos.
- Hojas de observación.
- Escala de valoración.

#### Examen práctico 1. Técnicas y habilidades específicas del voleibol

La evaluación de los contenidos relacionados con las habilidades técnicas específicas del voleibol se llevará a cabo con la realización de un examen práctico basado en la ejecución individual aislada de cada una de las técnicas (saque bajo, toque de dedos, toque de antebrazos y remante) y en su utilización adecuada durante 3 minutos de juego libre en grupos de 3 contra 3.

Este examen será evaluado por el profesor con una hoja de observación, la cual facilita la

ponderación y calificación de la actuación de cada uno de los 24 alumnos.

La Tabla 27 constituye la Hoja de observación A.

Tabla 27. Hoja de observación A.

<b>Hoja de observación A. Técnicas y habilidades específicas del voleibol.</b>					
<b>OBJETIVO</b>	Desarrollar y ejecutar adecuadamente las distintas técnicas de golpeo de voleibol.				
<b>CONTENIDOS</b>	Toque de dedos, toque de antebrazos, saque bajo y remate.				
<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza adecuadamente las distintas técnicas anticipándose a la trayectoria del balón para posicionarse y ejecutarlas de forma cómoda sin llegar forzado/a.</li> <li>- Ejecuta correctamente las distintas técnicas de golpeo y sabe diferenciar las situaciones del juego en las que cada una de ellas es más efectiva.</li> </ul>				
<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	<p><b>1</b> Ejecuta el toque de dedos formando un triángulo con los dedos pulgar, índice y corazón por encima de la cabeza metiéndose debajo de la pelota.</p>	<p><b>2</b> Ejecuta el toque de antebrazos entre los huesos escafoides y las muñecas con las manos en supinación apoyada una encima de la otra flexionado las rodillas para amortiguar.</p>	<p><b>3</b> Realiza el saque bajo en el plano sagital acompañando el movimiento de golpeo con el brazo con el resto del cuerpo y golpeando con la mano formando ligeramente una forma cóncava.</p>	<p><b>4</b> Realiza el remate armando el brazo correctamente por detrás de la cabeza y golpeando la pelota en el momento más alto de su trayectoria.</p>	<p><b>5</b> Realiza el toque de dedos para colocar la pelota y el toque de antebrazos para las recepciones.</p>

Elaboración propia.

Tabla 28. Ficha de puntuación adjunta a la Hoja de observación A.



Alumno/a	CALIFICACIÓN.					Nota final
	1	2	3	4	5	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						

Elaboración propia.

**Examen práctico 2. Aspectos técnico-tácticos del juego colectivo en voleibol**

La evaluación de los contenidos relacionados específicamente con los aspectos tácticos del voleibol se llevará a cabo con la realización de un examen práctico basado en la evaluación de los últimos dos ejercicios propuestos en la Sesión 7 (Tabla 36) para finalizar con la unidad didáctica.

Este examen será evaluado por el profesor con una hoja de observación, la cual facilita la ponderación y calificación de la actuación de cada uno de los 24 alumnos.

La Hoja de observación B se detalla en la Tabla 29.

Tabla 29. Hoja de observación B.

<b>Hoja de observación B. Aspectos técnico-tácticos del juego colectivo en voleibol.</b>						
<b>OBJETIVO</b>	Comprender y llevar a cabo estrategias tácticas específicas de ataque y defensa en la práctica deportiva del voleibol, empleando las habilidades técnicas más convenientes en función de cada contexto y situación de juego concreta.					
<b>CONTENIDOS</b>	Estrategias ofensivas, estrategias defensivas, colocación y distribución de los jugadores en el espacio de juego, rotación de jugadores y coberturas.					
<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoce y aplica estrategias tácticas de ataque y de defensa en beneficio de su equipo durante la práctica deportiva del voleibol.</li> <li>- Ejecuta adecuadamente las distintas técnicas de golpeo y sabe diferenciar las situaciones del juego en las que cada una de ellas es más efectiva.</li> </ul>					
<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	<b>1</b> Los equipos ejecutan los tres toques antes de pasar la red con el balón	<b>2</b> Los alumnos se comunican entre ellos de forma eficaz y eficiente para posicionarse adecuadamente	<b>3</b> Los alumnos emplean estrategias tácticas ofensivas ejecutando el remate adecuadamente	<b>4</b> Los alumnos adaptan y emplean eficazmente cada habilidad técnica en función del contexto y el momento del juego	<b>5</b> Los alumnos consiguen reproducir la práctica competitiva real de voleibol en función de sus posibilidades	

Elaboración propia.

Tabla 30. Ficha de puntuación adjunta a la Hoja de observación B.

Alumno/a	CALIFICACIÓN.					Nota final
	1	2	3	4	5	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						

Elaboración propia.

Cada nota de cada criterio de calificación puede ser 0, 1 o 2 puntos. La nota final de la hoja de observación será la suma de las 5 puntuaciones., pudiendo optar a un máximo de 10 puntos si se obtuviera la máxima puntuación posible en cada uno.

Para poder rellenar y llevar a cabo adecuadamente la evaluación de los exámenes el profesor deberá tomar las anotaciones pertinentes de cada alumno para que le ayuden a calificar individual y colectivamente de forma objetiva y correcta.

### **Hoja de observación para la coevaluación de los vídeos de las habilidades técnicas**

Para la coevaluación del trabajo consistente en la grabación y análisis de los principales errores de los vídeos de las ejecuciones técnicas del voleibol se propondrá a la clase que realicen su propia hoja de observación elaborada por ellos mismos grupalmente en cada grupo de 6 integrantes, mostrándoles ejemplos de instrumentos de evaluación similares si fuera conveniente.

### **Escala de valoración para la coevaluación de las vueltas a la calma**

Rodea con un círculo la nota correspondiente a cada uno de los siguientes ítems relativos a la vuelta a la calma realizada por tus compañeros.

Cada ítem será evaluado del 1 al 10 y la nota final será la suma de todas las puntuaciones, con una puntuación máxima de 100 puntos.

Tabla 31. Escala de valoración para la coevaluación de las vueltas a la calma.

ITEMS	PUNTUACIÓN									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Gestión del grupo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Gestión del tiempo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Organización interna del equipo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Originalidad	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Utilización de material	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Distribución de funciones	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Colocación y gestión del espacio	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Utilización de recursos auditivos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Atención a la diversidad	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ejercicios adecuados a la vuelta a la calma	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Elaboración propia.

Cada trío rellenará conjuntamente una escala de valoración para coevaluar a cada uno del resto de tríos de la clase.

### 8.2 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

Los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje que utilizaremos para evaluar esta unidad didáctica específicamente serán los mostrados en la Tabla 32, en la que también están clasificados en función de si son actitudinales, procedimentales o conceptuales:

Tabla 32. Clasificación de los criterios de evaluación y de los estándares de aprendizaje.

CRITERIOS Y ESTÁNDARES	ACTITUDINALES	PROCEDIMENTALES	CONCEPTUALES
	8 → 8.1, 8.3	1 → 1.1, 1.2, 1.3	3.5, 3.6
	10	3 → 3.1, 3.2, 3.3, 3.4,	4. → 4.1, 4.4
	11 → 11.1, 11.2	3.6	6.1
		4	10.2
		5 → 5.1, 5.3	
		6 → 6.1, 6.2, 6.3	
		8	
		10.1	
		12	

Elaboración propia

Por otro lado, en la Tabla 33 se muestra la relación del resto de elementos del currículo con los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje.

Tabla 33. Relación de los criterios de evaluación y de los estándares de aprendizaje de la U.D 5 con el resto de elementos del currículo.

ESTÁNDARES	CRITERIOS	CONTENIDOS (3 <sup>er</sup> nivel)	OGE (1 <sup>er</sup> nivel)	COMPETENCIAS
1.1, 1.2, 1.3, 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 4.1, 4.4, 5.1, 5.3, 6.1, 6.2, 6.3, 8.1, 10.1, 10.2, 11.1	1, 3, 4, 5, 6, 8, 10, 11	XIII, XIV, XV, XVI, XVII	b, g, k	Aprender a aprender
8.1, 8.3, 11.1, 11.2	8, 11	XVI	a, c, d, k	Competencia social y cívica
-	12	XIII	-	Competencia digital

Elaboración propia.

### 8.3 Calificación de la unidad didáctica

Como se indica en la Tabla 26, la unidad didáctica 5 tiene un 25% de nota actitudinal, un 50% de nota práctica y un 25% de nota conceptual.

- El 25% correspondiente a la nota conceptual corresponde directamente a la nota del examen práctico de táctica, en el que se aplican todos los conocimientos técnico-tácticos adquiridos durante la U.D. Si se obtuviese un 10 en este examen se obtendrían 2,5 puntos de la nota final.
- El 50% correspondiente a la nota procedimental se divide de la siguiente forma.

El 30% de la nota de este apartado será la nota del examen práctico de técnica. Es decir,

un 10 en el examen de técnica podrían ser hasta 3 puntos de la nota final.

El otro 20 % corresponderá a la nota del trabajo de grabación de los vídeos de técnica y análisis de errores. La nota de este trabajo será la nota media de las coevaluaciones realizadas por los compañeros, siempre que no sea distinta a la que considera adecuada al profesor por una diferencia mayor de 2 puntos, en cuyo caso solo contará la nota otorgada por el docente. Con este trabajo se pueden conseguir hasta 2 puntos de la nota final.

- El 25% correspondiente a la nota actitudinal se divide de la siguiente forma:

El 15% de la nota final corresponderá a la nota media de las escalas de valoración realizadas por los compañeros de clase en relación al diseño y puesta en práctica de la vuelta a la calma siempre que no sea distinta a la que considera adecuada al profesor por una diferencia mayor de 2 puntos, en cuyo caso solo contará la nota otorgada por el docente.

El otro 10% restante está relacionado con la actitud individual de cada alumno. Si es positiva puede llegar a constituir hasta un punto de la nota final de la unidad didáctica.

## **9. Atención a la diversidad**

Para garantizar que los contenidos de esta unidad didáctica se adaptan de la mejor manera posible a las necesidades de cada alumno y el contexto general de la clase de 4ªA, nos disponemos a detallar las medidas específicas que utilizaremos en ella, basándonos en las medidas adaptativas propuestas por González y Campos (2014) y clasificándolas en los cuatro casos que hemos explicado en el punto 9.

### **- Caso 1. Alumno/a que no trae ropa deportiva**

Los alumnos que no traigan ropa deportiva en las sesiones prácticas de educación física, su actividad en la clase se verá adaptada, y llevaremos a cabo las siguientes adaptaciones curriculares. Por ello, las adaptaciones propuestas para el caso 1 son:

- Desempeñar el rol de árbitro en los partidos y ejercicios competitivos.
- Proporcionar feedbacks técnicos y tácticos específicos del voleibol al resto de compañeros durante la realización de las actividades y posteriormente.
- Ayudar a la colocación del material y a su recogida antes y después de la realización de los ejercicios.

Estas adaptaciones se basan en el desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorece la participación de los alumnos. (González y Campos, 2014).



- **Caso 2. Alumno/a que no puede realizar la clase práctica por lesión y/o indisposición**

En este caso las adaptaciones tendrían lugar en las clases prácticas. Las adaptaciones para el caso 2 son:

- Desempeñar el rol de árbitro en los partidos y ejercicios competitivos.
- Proporcionar feedbacks técnicos y tácticos específicos al resto de compañeros durante la realización de las actividades y posteriormente.
- Elaboración de un informe teórico en el que se recojan los ejercicios realizados en la sesión y los contenidos trabajados. Todos estos informes realizados por los alumnos lesionados serán almacenados y organizados por fecha para que a final del curso se cree un portfolio de la asignatura que pueda ser utilizado por toda la clase. También se podrá otorgar tiempo de clase a estos alumnos para que puedan avanzar en los trabajos de los vídeos o en la planificación de la vuelta a la calma.
- Diseño y organización de ejercicios y actividades relacionados con los contenidos para su puesta en práctica por el resto de la clase. En caso de que el profesor considere que un ejercicio propuesto por alguno de los alumnos lesionados, podrá sustituirse a la siguiente sesión por otro similar en el que se trabajaran los mismos contenidos.

Estas medidas también se basan en la adaptación propuesta por González y Campos (2014) consistente en el desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorece la participación de los alumnos

- **Caso 3. Alumno/a que no asiste a las clases durante un periodo prolongado de tiempo**

Basándonos en las indicaciones de González y Campos (2014), cuando se dé el caso de que un alumno/a no asiste a las clases de educación física durante un periodo prolongado de tiempo consideramos que deberemos realizar las siguientes adaptaciones.

- Evaluar y diagnosticar al alumno/a en cuestión para conocer sus posibilidades físicas y qué conocimientos tiene en relación al voleibol.

Cuando un alumno no haya podido asistir a varias clases y aprender algunos de los contenidos del currículo correspondientes a esos días, se le realizará un diagnóstico que nos permite saber qué posibles carencias pueda presentar respecto a sus compañeros en relación al aprendizaje técnico y táctico esperado de esas sesiones.

- Planificación y desarrollo de las actividades de e-a: de refuerzo, de profundización etc.

Mediante la realización de un diagnóstico (1ª adaptación) que nos permita saber en qué situación se reincorpora dicho alumno/a en cuestión, podremos tomar las medidas pertinentes para ayudar a que recupere las clases perdidas, repasando dichos contenidos con ejercicios específicos que permitan a este alumno/a reincorporarse a la asignatura de la manera más progresiva posible y realizando actividades de refuerzo que le ayuden a afianzar los conocimientos necesarios para cumplir con nuestros objetivos didácticos.

- Utilización de diferentes canales de comunicación.

Gracias a las nuevas tecnologías, en este caso específico es muy recomendable establecer contacto con el alumno/a mediante vía informática para poder mandarle actividades, trabajos y la teoría de los contenidos que se estén viendo en las clases a las que no está pudiendo asistir. De esta manera podrá seguir el desarrollo de la asignatura procurando que sus faltas de asistencia le perjudiquen lo menos posible. Hay una gran variedad de recursos digitales que podremos utilizar, incluso podemos elaborar y grabar nosotros mismos vídeos explicativos para mandárselos posteriormente.

#### - **Caso 4. Alumnos/as con hipoacusia leve**

Para este último caso nos basaremos en la siguiente medida propuesta por González y Campos (2014).

- Adaptación de espacios y tiempos, recursos didácticos, agrupación de alumnos, y elección del nivel de ayuda necesario para cada alumno en función de sus características y posibilidades.

En este caso las adaptaciones serán llevadas a cabo tanto en las explicaciones teóricas como en los ejercicios prácticos y serán las siguientes:

- El alumno deberá estar en primera fila a una distancia lo más corta posible del profesor en las explicaciones.
- El profesor deberá asegurarse de generar contacto visual previamente a la hora de comunicarse con este alumno, hablar despacio, vocalizando y con la boca siempre visible. Nunca deberá darle la espalda o hablarle desde un lateral.
- El profesor deberá ser lo más expresivo posible, realizando gesticulaciones y lenguaje de signos que ayuden a que este alumno comprenda mejor las explicaciones e intervenciones.
- El profesor deberá apoyarse de sistemas de comunicación complementarios como

dibujos o ilustraciones de cualquier tipo cuando lo considere necesario.

- El profesor deberá asegurarse de que el alumno comprende y entiende sus explicaciones y le preguntará periódicamente para comprobarlo.
- Se asignará una pareja a cada alumno con hipoacusia leve para que vayan acompañados en todo momento durante la realización de ejercicios que impliquen un posible riesgo para evitar colisiones con otros compañeros desde ángulos muertos o por detrás.
- Utilización de subtítulos en la proyección de vídeos.
- Se proporcionarán con anterioridad los apuntes teóricos de las clases a estos alumnos para que puedan verlos previamente.
- Cuando el profesor lo considere necesario en función del contexto específico de cada actividad, se propondrá que para comenzar el ejercicio o cualquier acción en la que esté implicada alguno de estos alumnos, se tenga que levantar uno de los brazos en señal de preparación, para que todos los miembros implicados en el mismo confirmen que están dispuestos a comenzar y así se evite la dispersión de los alumnos con discapacidad auditiva.
- Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando se acaba un ejercicio.
- Los compañeros avisan al alumno con discapacidad auditiva cuando el profesor se quiera dirigir a él.
- Los compañeros interactúan con dicho alumno y no lo excluyen a la hora de formar grupos.
- Los compañeros se comunican de forma adecuada con este alumno (hablan despacio y vocalizando para facilitar la lectura labial, apoyan lo que dicen con gestos y lenguaje no verbal, no dan la espalda a su compañero ni se dirigen a él desde un lateral, etc.)
- Los compañeros colaboran para que el alumno en cuestión no se disperse y tratan de que se vuelva a sumergir e involucrar en la actividad en caso de que desvíe su atención y se desconcentre.

Todas estas medidas podrán ser aplicadas en conjunto o de manera aislada, en función de lo que sea más beneficioso en cada caso concreto de cada alumno.

**Anexo II. Calendario lectivo del curso**

Tabla 34. Calendario lectivo septiembre 2021.

SEPTIEMBRE 2021						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Elaboración propia.

Tabla 35. Calendario lectivo octubre 2021.

OCTUBRE 2021						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	28	30	31

Elaboración propia.

Tabla 36. Calendario lectivo noviembre 2021.

NOVIEMBRE 2021						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Elaboración propia.

Tabla 37. Calendario lectivo diciembre 2021

DICIEMBRE 2021						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Elaboración propia.

Tabla 38. Calendario lectivo enero 2022

ENERO 2022						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Elaboración propia.

Tabla 39. Calendario lectivo febrero 2022.

FEBRERO 2022						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

Elaboración propia.

Tabla 40. Calendario lectivo marzo 2022

MARZO 2022						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Elaboración propia.

Tabla 41. Calendario lectivo abril 2022.

ABRIL 2022						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Elaboración propia.

Tabla 42. Calendario lectivo mayo 2022.

MAYO 2022						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Elaboración propia.

Tabla 43. Calendario lectivo junio 2022.

JUNIO 2022						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Elaboración propia.

#### Leyenda de las tablas:

- Días festivos/vacacionales:
- Festivos autonómicos/locales:
- Comienzo/finalización de las clases:

#### Leyenda de Unidades Didácticas (UD):

- U.D 1. Números color rojo → **1**



- U.D 2. Números color verde → 2
- U.D 3. Números color azul → 3
- U.D 4. Números color marrón → 4
- U. D 5. Números color rosa → 5
- U.D 6. Números color negro → 6
- U.D 7. Números color naranja → 7
- U.D 8. Números color gris → 8
- U.D 9. Números azul oscuro → 9
- U.D 10. Números verde oscuro → 10

### **Anexo III Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje para 4º de la ESO**

#### **1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.**

1.1 Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.

1.2 Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.

1.3 Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.

#### **2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.**

2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.

2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.

2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.

#### **3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.**

3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.

3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.

3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.

3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.

3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

3.6 Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.

#### **4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.**

4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.

4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.

4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.

4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.

#### **5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.**

5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en

un nivel adecuado a sus posibilidades.

5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud

## **6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.**

6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.

6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.

6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

## **7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.**

7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.

7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.

7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.

## **8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.**

8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.

8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.

## **9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.**

9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.

9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.

9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.

**10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.**

10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.

10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.

10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.

**11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.**

11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.

11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.

**12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.**

12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.

12.2. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.

12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

#### **Anexo IV. Contenidos del segundo y tercer nivel de concreción curricular**

A continuación, vamos a detallar los contenidos específicos correspondientes al segundo y al tercer nivel de concreción curricular que se han desarrollado por el departamento de educación física para impartirlos en las 10 unidades didácticas que componen todo el temario de la asignatura para 4º de la ESO.

##### **- 1. Actividades individuales en medio estable: patinaje sobre ruedas**

- I. Desplazamientos sobre los patines. Aspectos técnicos y dinámica del movimiento.
- II. Los giros. Fases del giro y partes del cuerpo implicadas
- III. Control de la estabilidad estática y dinámica sobre los patines. Situación del centro de gravedad parados y en movimiento.
- IV. Acciones equilibradoras del cuerpo. El uso de los brazos.
- V. Capacidades motrices implicadas: equilibrio, coordinación.
- VI. Métodos de evaluación del nivel técnico del patinaje sobre ruedas.
- VII. Seguridad en el patinaje sobre ruedas: elementos de protección, análisis del espacio en el que se desarrolla la actividad, las caídas y la adaptación de las actividades respecto a nuestro nivel individual.
- VIII. La superación de retos personales como motivación.

##### **- 2. Actividades de adversario: palas**

- IX. Bádminton: Golpeos y desplazamientos. Capacidades motrices y habilidades técnicas implicadas.
- X. Pádel: Golpeos y desplazamientos. Capacidades motrices y habilidades técnicas implicadas.
- XI. Táctica de los deportes de raqueta. Aspectos tácticos del pádel y del bádminton y colocación específica de los jugadores y los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario en cada uno de los deportes.
- XII. Los deportes de raqueta como actividad recreativa para el tiempo de ocio.

##### **- 3. Actividades de colaboración-oposición: voleibol**

- XIII. Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpeos y desplazamientos.

- XIV. Dinámica interna, posicionamiento y funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades técnico-tácticas implicadas.
- XV. Estímulos relevantes del juego que condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, posición de los compañeros, etc.
- XVI. La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.
- XVII. Caídas y elementos de seguridad del voleibol
- **4. Actividades en medio no estable: escalada**
- XVIII. Tipos de escalada según modalidad y entorno. Niveles de las vías y técnicas.
- XIX. Equipamiento básico para la realización de actividades de escalada. Elementos de seguridad.
- XX. Posibilidades del entorno natural para la escalada. Análisis de los tipos de vías. Influencia de las actividades de escalada en la degradación del entorno natural cercano. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.
- **5. Actividades artístico expresivas: composiciones coreográficas**
- XXI. Elementos musicales y su relación con el montaje coreográfico. Ritmo, desplazamientos, bloques.
- XXII. Iniciación a los distintos estilos de baile más comunes. Bailes latinos, baile moderno, ballet y bailes tradicionales.
- XXIII. Técnica básica de los bailes latinos.
- XXIV. Diseño y realización de coreografías Agrupamientos y elementos coreográficos.
- **6. Salud.**
- XXV. Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas. Influencia de los hábitos cotidianos en la salud.
- XXVI. Prevención de lesiones en el deporte.
- XXVII. Gestión y organización de eventos deportivos. Eventos lúdicos y eventos de competición. Planificación y desarrollo de sistemas de competición: torneos, ligas.
- XXVIII. Actividades físico deportivas orientadas a la consecución y/o mantenimiento de los niveles saludables de condición física.
- XXIX. Desequilibrios posturales en las actividades físicas y en las actividades cotidianas y ejercicios de compensación.
- XXX. Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardíaca y distintas

formas de medirla, la escala de percepción de esfuerzo y la fatiga.

- **7. Balance energético entre ingesta y gasto calórico**

XXXI. El impacto de la dieta en la salud y la condición física.

XXXII. Control y gasto calórico.

XXXIII. Principales tipos de alimentos.