

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA: 2ºESO.

TFM: TRABAJO FIN DE MÁSTER

(MÁSTER UNIV. EN FORM. PROF. ESO, BACH,
FP Y ENSEÑ. IDIOM. ESP. EN EDU. FÍSICA)



Universidad
de Alcalá

(2021-2022)

Realizado por: Alejandro Embid Ruiz de Conejo.

Dirigido por: José Francisco Pouso Vinagre.

Contenido

1. INTRODUCCIÓN	3
2. CONTEXTUALIZACIÓN.	5
2.1 Descripción del grupo clase.....	5
2.2 Análisis geográfico, social e histórico.....	5
2.3 Análisis sociológico del alumnado.....	7
2.4 Ámbito cognitivo.	7
2.5 Ámbito físico-motriz.....	8
2.6 Ámbito afectivo y social.	8
2.7 Trayectoria del centro educativo	9
3. COMPETENCIAS CLAVE.....	10
4. OBJETIVOS	13
5. CONTENIDOS ED. FÍSICA 2º ESO.....	13
6. TEMPORALIZACIÓN	13
6.1 Relación competencias clave con contenidos, objetivos y criterios.	18
7. UNIDADES DIDÁCTICAS	19
7.1 Feed Back feedback y el feedforward	19
7.2 Unidades didácticas.....	20
8. METODOLOGÍA.....	37
9. RECURSOS DIDÁCTICOS.....	37
10. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE DEL ALUMANDO	39
10.1 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables 1er ciclo ESO.....	39
10.2 Definiciones.....	39
10.3 Descriptores e indicadores en función de las competencias clave.....	40
10.4 Criterios de calificación e instrumentos de evaluación.....	42
10.5 Recuperación de la materia	44
10.6 Evaluación de la programación y de la práctica docente.....	44
11. ATENCION A LA DIVERSIDAD	45
11.1 Adaptaciones curriculares no significativas	48
12. ELEMENTOS TRANSVERSALES	49
13. INTERDISCIPLINARIEDAD.....	51
14. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS.....	53
15. CONCLUSIONES	55
16. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	56

17. ANEXOS	58
Anexo I: UD Acrosport 2.0.....	58
Anexo II: Objetivos: 1er, 2º y 3er nivel de concreción curricular.....	84
OBJETIVOS DE ETAPA DE LA ESO.....	84
OBJETIVOS GENERALES DEL DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA.....	86
OBJETIVOS GENERALES PARA 2º ESO.....	87
Anexo III: Contenidos.	88
Concreción contenidos 2ºESO (2º nivel de concreción curricular).....	89
Anexo IV- Metodología	90
Anexo V: Criterios de calificación y estándares de aprendizaje evaluables.....	99
Anexo VI: Actividades complementarias.....	103

1. INTRODUCCIÓN

En el presente trabajo de Fin de Máster se pretende realizar y desarrollar una programación didáctica de departamento de la asignatura de educación física para el alumnado de 2º de la ESO en el año 2021-2022. Esta programación tendrá como función aumentar el desarrollo de la actividad física en los jóvenes, así como aumentar su adherencia a la actividad física y los hábitos saludables.

Si bien puede considerarse que los estudiantes necesitan comprender aspectos básicos de la salud y el deporte y la importancia que estos contienen, este trabajo tratará de transmitir estos conocimientos y valores para generar un estilo de vida más activo en el alumnado, buscando generar una adherencia a la actividad física y con ellos que promuevan los aspectos positivos que el deporte contiene.

El presente trabajo pretende conseguir determinados objetivos que se buscan a día de hoy con los contenidos de educación física y sus metodologías, saliendo de las trabas que puede llevar las sesiones tradicionales. Considerando que el aprendizaje cooperativo puede ser una manera eficaz de trabajar con grupos de alumnos, también consideramos que el aprendizaje cooperativo constituye un elemento necesario y esencial en las nuevas técnicas de enseñanza que se tratan de poner en práctica en los últimos años, aunque no se ha conseguido incluir de manera plena en las programaciones didácticas de la educación física. (Carlos Velázquez Callado de la universidad de Valladolid Dirigida por: Dr. D. Antonio Fraile Aranda Dr. D. Víctor Manuel López Pastor).

Con la presente programación didáctica, como educadores, se pretende abarcar un amplio abanico de contenidos además de los contenidos a trabajar de manera habitual en las unidades didácticas de la educación física, con el fin de generar personas plenas enfocándonos en su momento de desarrollo evolutivo. Hay diferentes aspectos a trabajar con estos alumnos que no son comprendidos en las sesiones habituales, como las propuestas de trabajo en equipo, resolución de problemas, desarrollo de los roles dentro de un mismo grupo de trabajo, mejorar la comunicación o la capacidad de ser asertivo con el fin de trabajar en grupo de una manera más agradable y en la misma dirección tratando de mejorar intereses comunes que nos lleven a la solución óptima.

Considerando que la mayoría de los adolescentes de hoy en día en todo el mundo (en torno al 80%) según la OMS, no realizan la suficiente actividad física, cabe la posibilidad de darle mayor importancia a las sesiones de educación física de la que tiene hoy en día.

Es más, la OMS asegura que, la inactividad física es uno de los principales factores de mortalidad en el mundo (en torno al 6%). Por estas razones se considera que se debe implementar la actividad física, la vida activa y el consumo energético de la población. Con esto, se pretende aumentar a 3h semanales la asignatura de educación física en los próximos cursos. Siendo propuesto por la OMS entre 60 minutos y no más de dos horas diarias de actividad física moderada o vigorosa, trabajando la resistencia aeróbica, el fortalecimiento muscular, y tratando de reducir el sedentarismo al menor tiempo posible. Por lo que debemos de darle la importancia que requiere a las sesiones de educación física, ya no solamente a la cantidad de horas proporcionadas sino a la calidad de estas horas impartidas. Esto tiene como objetivo generar mayor adherencia a la actividad física y reducir las horas d sedentarismo de la sociedad futura. Cada vez se utiliza más el tiempo de ocio y recreación en invertirlo en actividades sedentarias y no en emplearlas en movimiento actividad física, invertir esta situación debería ser de los principales objetivos de los nuevos proyectos de la educación física.

En esta programación se pretende incluir el aprendizaje cooperativo de manera plena en ciertas unidades didácticas para promover ciertos aspectos positivos que estas propuestas contienen promoviendo ciertos beneficios mencionados anteriormente y verificados por fuentes fundamentales en el mundo del aprendizaje cooperativo como David W. Johnson y Roger T. Johnson, Pedreira y González (2014), Gavilan y Alario (2012) , Kagan 1994, Pujolás, Fernández 2013, Omeñaca y Ruiz 1999.

Con esto se pretende mejorar y promover la vida deportiva tanto dentro como fuera de las sesiones de educación física, ya que se considera un complemento esencial a la hora de propiciar un desarrollo pleno en los estudiantes, definiendo el desarrollo pleno como el desarrollo en varios ámbitos: físico, cognitivo o intelectual, social e incluso psicológico de las personas que formarán la sociedad en unos años. Siendo la actividad física un elemento demostrado en la mejora del rendimiento de la vida académica. (Tárrega, Alguacil y Parra, 2018). (Alfonso-Rosa, 2016; González y Portolés, 2014).

La presente programación didáctica, se llevará a cabo en el IES Isabel La Católica, situado en la Comunidad de Madrid, cerca de la estación de Atocha y se realizara en el curso escolar 2º ESO. Sobre este Instituto hablaremos en el siguiente apartado.

Como explicaremos posteriormente, las líneas metodológicas a seguir en el siguiente trabajo, estarán basadas en procesos de enseñanza aprendizaje centrados en el alumnado,

ya que uno de los objetivos principales del mismo, es hacer formar parte a los alumnos de la mayor parte posible del proceso, y así, aumentar su motivación. Esto nos llevará a mejorar el rendimiento académico del alumnado de manera directa.

2. CONTEXTUALIZACIÓN.

2.1 Descripción del grupo clase

En nuestra clase en la que estarán basadas las UD's y las sesiones es un aula compuesta por 30 alumnos/as. 16 chicos y 14 chicas. Todos ellos son de 2º ESO sin ningún año perdido, es decir no tenemos ningún repetidor. Hay alumnos extranjeros pero llevan viviendo mucho tiempo en España por lo que no tienen problemas de adaptación. Los alumnos no tienen ningún tipo de lesión o enfermedad que los exima de la práctica deportiva. Tampoco tenemos alumnos con alguna discapacidad o problemas físicos.

2.2 Análisis geográfico, social e histórico.

El presente trabajo que trata sobre una programación didáctica será realizado para el IES Isabel La Católica. Éste se trata de un instituto público ubicado en C. de Alfonso XII, 3-5, 28014 Madrid.

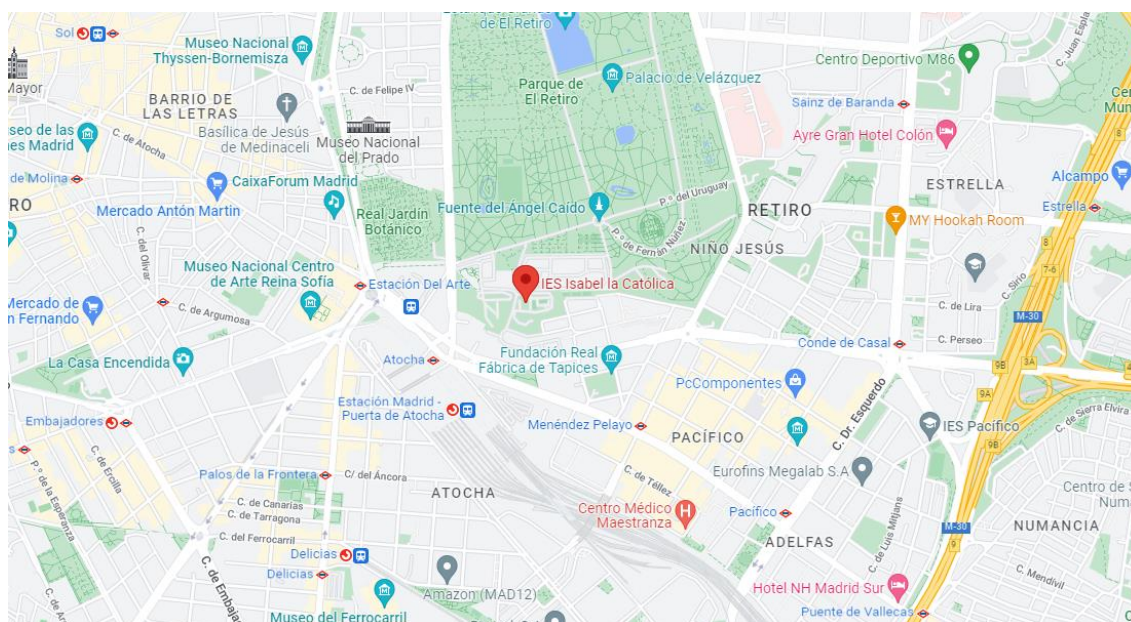


Imagen 1: Ubicación del centro educativo.

<https://www.google.es/maps/@40.4643106,-3.6959728,15z?hl=es>

Es un Instituto situado en Madrid con gran beneficio en sus comunicaciones por transporte público. Es accesible, o fácil de llegar desde partes muy diferentes de la comunidad. Las maneras más rápidas de llegar a este centro mediante transporte público serían:

-Metro: Atocha, situado en la línea 1

-Cercanías: todas las líneas de cercanías pasan por la parada de Atocha.

-Autobús: Muchas líneas de autobús pasan cerca de este centro, pero las que más cerca te dejan son: 19, 27, 32, C1, C2 y E1.

Como se puede observar en la imagen de la ubicación, este centro está situado cerca del Parque del Retiro de Madrid, lugar emblemático y muy conocido, el cual se podrá aprovechar para realizar ciertas actividades que se deseen al aire libre como ejemplos: unidades didácticas de diferentes tipos de condición física, unidades de bicicleta, o incluso de orientación, pudiendo ser útil para multitud de actividades más.

El centro educativo fue fundado en 1928 conserva en la biblioteca y los laboratorios algunas piezas de gran valor artístico y pedagógico.

El Instituto Isabel la Católica se creó en el contexto regeneracionista de principios del siglo XX y adoptó, desde sus inicios, los modelos de la Institución Libre de Enseñanza de apertura a la realidad exterior. Rodeado de museos e instituciones científicas: Museo de Antropología, Centro de Arte Reina Sofía, Museo Nacional del Prado, Real Observatorio de Madrid, Real Jardín Botánico etc.; comparte además espacio con el mayor y más emblemático parque de Madrid: Parque del Retiro de Madrid. Este enclave privilegiado le permite hacer un aprovechamiento didáctico de la zona. (Revista Digital EducaMadrid).

El presente centro educativo está situado en el distrito Retiro, situado en el sudeste del área central de Madrid. Este distrito tiene una población de 126.058 habitantes, aunque no todos sus alumnos son de allí, ya que la mayoría son de otros distritos dada la facilidad que tiene el instituto de llegar mediante cualquier tipo de transporte público. En este distrito podemos encontrar hay 18 Escuelas Infantiles (1 pública y 17 privadas), 6 colegios públicos de educación infantil y primaria, 4 institutos de educación secundaria y 13 colegios privados (con y sin concierto). Nuestro centro educativo es un Instituto con educación secundaria y bachillerato con varias modalidades de estudio y oportunidad de

hacerlo en bilingüe. Además, apartándose de nuestro objeto de estudio este instituto también tiene la modalidad en 1º y 2º de Bachillerato en la modalidad de artes con turno vespertino y modalidad de estudio de Bachillerato para adultos.

2.3 Análisis sociológico del alumnado.

Esta etapa evolutiva es denominada como adolescencia. Difícil de definir la etapa de desarrollo de los alumnos de 2º ESO, ya que aparte de tener edades diferentes, son edades de mucho cambio y varían mucho los cambios que se producen en estas etapas de adolescencia pero deberían estar comprendidas las edades entre 13-14 años de forma general. Alrededor de estas edades, según Palacios (1999), las características psicológicas que podría tener nuestro alumnado son las siguientes:

- Notables cambios corporales.
- Autoafirmación de la personalidad.
- Deseo de intimidad.
- Descubrimiento del yo y del otro sexo.
- Aparición del espíritu crítico.
- Cambios intelectuales.
- Oposición a los padres.
- Notable emotividad.

2.4 Ámbito cognitivo.

El desarrollo cognitivo que va de mano con la adolescencia es uno de los más difíciles de observar externamente, ya que, los cambios a nivel intelectual en estas edades se producen de manera constante. Este tipo de cambios son los que posibilitan a los adolescentes avanzar hacia un pensamiento maduro en las relaciones humanas y participación social. Al final se están creando como personas de manera plena y en varios ámbitos. Más concretamente con el comienzo de la adolescencia (12-14 años) coincide con la consolidación de las operaciones lógico-concretas y el comienzo a un tipo de pensamiento proposicional (si...sucede algo--- entonces...sucederá otro algo). Este tipo de pensamiento significa que los estudiantes están desarrollando su capacidad de razonamiento, de formulación de hipótesis, comprobación de las mismas, argumentación,

reflexión, análisis y exploración de las variables que pueden intervenir en diferentes procesos, por ello consideramos que es de vital importancia que comiencen su desarrollo en el aprendizaje cooperativo y todos los valores y actitudes que se trabajan con el mismo.

Según Piaget en estudios posteriores, defiende que la capacidad de pensamiento abstracto y resolver problemas, no está relacionado únicamente con la edad sino que también está relacionado con los conocimientos previos y la estimulación social, por ello creemos que es buen momento para poner esto en práctica y que comiencen a desarrollar estas habilidades cuanto antes.

2.5 Ámbito físico-motriz

Es sabido por todo el mundo que con la llegada de esta edad se producen numerosas modificaciones a nivel fisiológico que inciden directamente en los cambios psicológicos que sufren la mayoría de adolescentes. Estos cambios son debidos al aumento de las secreciones hormonales, principalmente la progesterona en las mujeres y testosterona en los hombres.

Innumerables cambios acompañan a nuestros estudiantes en esta etapa, cambios tan importantes como la menarquía en las mujeres y la primera eyaculación en los hombres. 13-14 años respectivamente. Son cambios tan abismales que la mayoría de adolescentes se avergüenzan de su propio cuerpo. Como profesionales y docentes tenemos que saber que debemos tener especial cuidado en estas edades, ya que, viven situaciones muy delicadas tanto físicas como lo que repercute esto en lo psicológico. Debemos ayudarles a pasar su etapa de egocentrismo y de ideales humanos publicitarios demostrando que los únicos que se preocupan por su acné, tamaño de pechos o su propio peso son ellos mismos. Como digo deberemos hacerlo con especial cuidado, ya que, en este tipo de situaciones, se pueden vivir experiencias que cambien su vida afectiva futura o incluso su desarrollo en el ámbito social.

2.6 Ámbito afectivo y social.

En esta etapa se producen los cambios a nivel de integración social más fuertes en el grupo de iguales, comenzando a la misma vez, con la emancipación familiar. El adolescente comienza a crearse un estilo propio y opciones de vida, comenzando a tener ideas propias y actitudes personales (muy influidas también por su círculo social). El

adolescente construye una imagen de sí mismo y un auto concepto personal. En esta edad se adoptan muchos cambios y en verdad están todos algo relacionados:

- Los cambios físicos originan cambios en la propia imagen corporal.
- Los cambios intelectuales permiten tener una imagen o concepto de uno mismo más sofisticada y compleja abarcando posibilidades y realidades muy distintas.
- Generan cierta independencia emocional, teniendo que tomar importantes decisiones en cuanto a su comportamiento sexual, valores, trabajos, responsabilidades...

El desarrollo de la personalidad tiene mucha influencia dependiendo de las relaciones sociales que viva cada individuo, ya que, está vinculado a numerosos procesos evolutivos también. Esto sucede porque en la adolescencia se abre el círculo social y las interacciones sociales de manera abundante, así como, se debilita el vínculo familiar. Por ello en este proceso de formación las relaciones sociales se vuelven tan importantes en el proceso de desarrollo de la identidad.

2.7 Trayectoria del centro educativo

El origen de este Instituto se debe a la construcción del Instituto-Escuela (Sección del Retiro), en el año 1928, del edificio que actualmente se denomina “Pabellón E”. En él se impartieron enseñanzas hasta el inicio de la Guerra Civil.

El Instituto Isabel la Católica es un centro de enseñanza secundaria situado en Madrid, en el distrito de Retiro sobre el llamado Cerrillo de San Blas junto al Observatorio Astronómico y el Parque del Retiro. Su historia se remonta a 1939 cuando se creó y ocupó el edificio del que había sido Instituto-Escuela Sección Retiro, suprimido por el franquismo. Fue un instituto de Enseñanza Media exclusivamente femenino hasta 1984. En la actualidad, imparte la Enseñanza Secundaria Obligatoria y todas las modalidades del Bachillerato. Además cuenta con secciones lingüísticas de alemán e inglés. Desde julio de 2021, el IES Isabel la Católica forma parte del patrimonio mundial de la UNESCO como institución integrante del Paisaje de la Luz.

Por decreto de 5 de julio de 1945, el Instituto Isabel la Católica se convirtió en un centro experimental incorporado al Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) a través del Instituto de Pedagogía San José de Calasanz, como ya lo era el instituto Ramiro

de Maeztu desde 1941. Ambos centros debían servir de modelos en la educación integral de la enseñanza media masculina y femenina españolas.

Tras la aprobación de un nuevo plan de estudios en 1953 que reducía el Bachillerato a 6 años y añadía el curso de preuniversitario, en 1957 el instituto se empezó a regir por un Patronato cuya finalidad era procurar que el centro experimental tuviera “la agilidad y autonomía necesarias para ser campo de ensayos pedagógicos y establecer un asesoramiento y control permanentes como garantía de su buen funcionamiento”.

En la década de los 70, el instituto Isabel la Católica continuó creciendo, de manera que en 1978 la matrícula fue de 3.388 alumnas y su claustro tenía 154 profesores. Ese mismo año dejó de ser centro experimental y se convirtió en un instituto de régimen ordinario. En 1984 se hizo mixto como sigue siendo en la actualidad.

3. COMPETENCIAS CLAVE

Según el Decreto 48/2015 del Consejo de Gobierno de la Comunidad de Madrid, de 14 de mayo, donde se describen y competencias clave para el currículo del primer ciclo de la ESO, que se muestran a continuación:

1. Comunicación lingüística:

Es el resultado de la acción comunicativa dentro de prácticas sociales determinadas, en las cuales el individuo actúa con otros interlocutores y a través de textos en múltiples modalidades, formatos y soportes. Precisa de la interacción de diferentes destrezas en las diferentes modalidades de comunicación, desde la oral a la escrita, comunicación audiovisual o cualquier otro tipo que suponga mejorar la interacción con otros individuos. Constituye un elemento fundamental para la socialización y el aprovechamiento de la etapa educativa. Es una vía privilegiada para alcanzar conocimientos tanto dentro como fuera del aula, incluso cuando finaliza el proceso educativo.

2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología:

La competencia matemática implica la capacidad de aplicar el razonamiento matemático y sus herramientas para describir, interpretar y predecir distintos fenómenos en su contexto. Esta competencia requiere conocimiento sobre los números, medidas y estructuras, así como de las operaciones, las representaciones matemáticas, la comprensión de los términos y conceptos matemáticos.

Las competencias básicas en ciencia y tecnología son aquellas que proporcionan un acercamiento al mundo físico y a la interacción responsable con él desde acciones, tanto individuales como colectivas, orientadas a la conservación y mejora del medio natural, decisivas para la protección y mantenimiento de la calidad de vida y el progreso de los pueblos. Estas competencias contribuyen al desarrollo del pensamiento científico, pues incluyen la aplicación de los métodos propios de la racionalidad científica y las destrezas tecnológicas, que conducen a la adquisición de conocimientos, el contraste de ideas y la aplicación de los descubrimientos al bienestar social.

3. Competencia digital:

Es aquella que implica el uso creativo, crítico y seguro de las tecnologías de la información y la comunicación para alcanzar los objetivos relacionados con el trabajo, la empleabilidad, el aprendizaje, el uso del tiempo libre, la inclusión y participación en la sociedad. Esta competencia requiere conocimientos básicos sobre el lenguaje específico básico: textual, numérico, icónico, visual, gráfico y sonoro, así como sus pautas de decodificación y transferencia. También precisa del desarrollo de ciertas destrezas relacionadas con el acceso a la información, el procesamiento y uso para la comunicación, la creación de contenidos, la seguridad y la resolución de problemas

4. Aprender a aprender:

Fundamental para el aprendizaje permanente que se produce a lo largo de la vida y que tiene lugar en distintos contextos formales, no formales e informales. Supone la habilidad para iniciar, organizar y persistir en el aprendizaje. requiere conocer y controlar los propios procesos de aprendizaje para ajustarlos a los tiempos y las demandas de las tareas y actividades que conducen al aprendizaje. Esto generará con el paso del tiempo un aprendizaje más útil y eficaz.

5. Competencias sociales y cívicas:

La competencia social se relaciona con el bienestar personal y colectivo. Exige entender el modo en que las personas pueden procurarse un estado de salud física y mental óptimo, tanto para ellas mismas como para sus familias y para su entorno social próximo, y saber cómo un estilo de vida saludable puede contribuir a ello. Implica conocimientos que permitan entender y analizar las diferentes conductas sociales en diferentes sociedades o núcleos sociales

La competencia cívica se basa en el conocimiento crítico de los conceptos de democracia, justicia, igualdad, ciudadanía y derechos humanos y civiles, así como conocer la Constitución española, los derechos fundamentales de la UE y sus diferentes aplicaciones en diferentes instituciones. Las destrezas de esta competencia se relacionan con la habilidad para interactuar eficazmente en el ámbito público y para manifestar solidaridad e interés por resolver los problemas que afecten al entorno escolar y a la comunidad. Conlleva reflexión crítica y creativa y participación constructiva, así como la toma de decisiones en un contexto local, nacional o europeo.

6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor:

Entre los conocimientos que requiere esta competencia se incluye la capacidad de reconocer las oportunidades existentes para las actividades personales, profesionales y comerciales. También incluye aspectos como la comprensión de las líneas generales que rigen el funcionamiento de las sociedades.

7. Conciencia y expresiones culturales:

Implica conocer, comprender, apreciar y valorar con espíritu crítico, con una actitud abierta y respetuosa, las diferentes manifestaciones culturales y artísticas, utilizarlas como fuente de enriquecimiento y disfrute personal y considerarlas como parte de la riqueza y patrimonio de los pueblos. Tiene un componente expresivo y de mantener el patrimonio cultural y artístico, tanto de la propia comunidad como de otras comunidades para poder utilizarlo como medio de comunicación y expresión personal. Incorpora asimismo el conocimiento básico de las principales técnicas, recursos y convenciones de los diferentes lenguajes artísticos y la identificación de las relaciones existentes entre esas manifestaciones y la sociedad, lo que supone una evolución del pensamiento, las corrientes estéticas, las modas y los gustos. (Ministerio de Educación y formación profesional del gobierno de España).

4. OBJETIVOS

Según el Decreto 48/2015 del Consejo de Gobierno de la Comunidad de Madrid, de 14 de mayo, donde se describen y detallan una serie objetivos generales de etapa para el currículo del primer ciclo de la ESO que se muestran a continuación: detallados objetivos de 1er,2º y 3er nivel de concreción curricular en Anexo II.

5. CONTENIDOS ED. FÍSICA 2º ESO

Según el Decreto 48/2015 del Consejo de Gobierno de la Comunidad de Madrid, de 14 de mayo, donde se describen y detallan una serie de contenidos para el currículo de 2ºESO que se muestran a continuación: detallados 1er y 2º nivel de concreción curricular en anexo III.

6. TEMPORALIZACIÓN

En la siguiente tabla se expondrá la secuenciación de contenidos, divididos por unidades didácticas, en la temporalización de todo el año dividido por trimestres y por meses dejando constancia del número de sesiones que se llevaran a cabo durante el curso académico. Las sesiones de educación física son para un grupo que tiene clase los lunes a las 9:20 y los miércoles a las 10:15. Los días de sesiones hábiles por trimestre se han extraído directamente de la programación didáctica del centro, justificando las sesiones que faltan para días de recuperación de alumnos de algunas de las Unidades didácticas, falta de clase por huelgas, por la semana cultural y determinadas salidas del centro o excursiones organizadas.

Las siguientes imágenes tienen reflejadas el calendario escolar de la Comunidad de Madrid del año 2021/2022.

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			

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	29	30	31

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					

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		

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						

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						

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			

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	

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					

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			

JULIO 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

A efectos académicos:

- Inicio de periodo lectivo alumnado enseñanzas correspondientes
- Día lectivo general
- Junio y julio otros días lectivos Escuelas Infantiles y Casas de Niños
- Día festivo/vacacional
- Otros días no lectivos
- Fiesta Local Madrid
- Última día lectivo alumnado enseñanzas correspondientes
- Evaluación final ordinaria enseñanzas que correspondan

Imagen 2: Calendario escolar 2021-2022:

<https://www.educa2.madrid.org/web/calendario-escolar-de-la-comunidad-de-madrid/calendario-escolar-2021-22>

A este calendario hay que añadir los días de fiesta de ámbito local que haya determinado cada municipio y así aparezcan publicados en el BOCM para los años 2021 y 2022.

Teniendo como inicio de curso en secundaria el día 7-8 de Septiembre y día de final el día 24 de Junio, respetando sus respectivas vacaciones tanto de navidad (23 Diciembre a 9 Enero) como de Semana Santa (8-18 de abril). Dividiremos los trimestres en función de este calendario. Teniendo el primero trimestre un mes más aproximadamente, que no es un mes lectivo real, Septiembre, Octubre, Noviembre y Diciembre. El segundo trimestre será comprendido entre, Enero, Febrero y marzo y, por último el tercer trimestre Abril, Mayo y Junio. Esta división de meses es meramente orientativo ya que nos dividiremos los trimestres por sesiones y UD como veremos a continuación. Hemos contrastado y conseguido los datos del número de sesiones que presentaremos a continuación, de la Página web del propio centro educativo, es decir el número de sesiones que no estén especificadas serán reservadas por futuros imprevistos que puedan surgir durante la secuenciación del curso, días para recuperar, huelgas, excursiones... etc. que se detallara más adelante.

Tabla 1: *Temporalización contenidos.* Elaboración propia.

TEMPORALIZACION CONTENIDOS		CURSO: 2º ESO	
1º TRIMESTRE		Sesiones totales: 22	
Unidad Didáctica	contenidos	Aprendizajes básicos, contenidos mínimos.	Nº sesiones
1) ¡Ponte en forma!	6,7	-Conoce ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico-deportivas seleccionadas. -adquiere ciertos niveles saludables en los factores de la condición física. -conoce y diferencia los tipos y combinación de la respiración con la actividad física y con la relajación	8
2) La salud es lo primero.	6,7	-Conoce medidas preventivas del deporte previo de la competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.	6

		-Mejora la higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas. -es capaz de entender y aplicar Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.	
3) Messi no es para tanto.	3	-Adquiere o mejora las habilidades específicas del fútbol. Modelos técnicos y adaptación a las características propias. -Conoce la dinámica interna, aplicación de las habilidades para cumplir los principios estratégicos del fútbol. Mejorando sus capacidades implicadas.	8
2° TRIMESTRE			
4) Gervasio ven a mi	1	-Mejora sus habilidades gimnásticas y acrobáticas (saltos, giros, equilibrios volteos, así como, sus capacidades motrices implicadas. -Conoce y aplica las formas de evaluar el nivel técnico en las habilidades específicas de las actividades gimnásticas y acrobáticas.	7
5) En equipo es más divertido	1,5	-Conoce y utiliza aspectos preventivos de las actividades gimnásticas y acrobáticas: calentamiento específico, ayudas, ajuste de las actividades al nivel de habilidad. -Aprende la valoración del esfuerzo personal y grupal en los aprendizajes.	6
6) Acrosport 2.0	5	-Desarrolla calidad de movimiento y expresividad.	7

		<ul style="list-style-type: none"> -aprende significado e importancia de los gestos en el lenguaje no verbal. - Participa en el diseño y realización de una coreografía de acrosport en grupo. - Conoce las principales características del acrosport y las normas básicas de seguridad 	
3° TRIMESTRE			
7) Ultimate	3	<ul style="list-style-type: none"> -Tiene La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos. -Mejora los estímulos relevantes que condicionan la conducta motriz. Mejora la situación de los jugadores y el movimiento en espacios. 	4
8) Lucha es deporte	2	<ul style="list-style-type: none"> -Desarrolla capacidades de respeto y aceptación de las normas reglamentarias de las actividades de lucha. -Mejora su autocontrol ante las situaciones de contacto físico. -Conoce La figura del ganador y el significado del adversario en el deporte actual. Modelos de ganador. -Mejora o desarrolla los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de la lucha. 	6
9) ¡Yo no soy marinerero!	4	<ul style="list-style-type: none"> -Aprende y aplica diferentes nudos; realización y procedimientos de verificación de la seguridad. 	3
10) Hasta la cima.	4	<ul style="list-style-type: none"> -Adquiere habilidades de Tropa y recorridos horizontales de escalada. Capacidades implicadas. Medidas de seguridad y control de riesgos. 	7

		-Conoce y utiliza Instalaciones urbanas y entornos naturales para las actividades de trepa y escalada; conductas de cuidado del entorno que se utiliza.	
--	--	---	--

6.1 Relación competencias clave con contenidos, objetivos y criterios.

Tabla 2: *relación competencias con contenidos objetivos y criterios.* Elaboración propia.

Competencias Clave	O.G.E	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
CL	C),G),H),I)	3,4,6	3/8/10	1.3, 1.5; 2.4; 6.1, 6.2; 7.1, 7.2; 10.2
CMCCT	F)	5,7	10	5.3; 6.1, 6.3; 8.2, 8.3; 9.1, 9.2
CD	E)	1,2,5	2/4/5/9/10	1.1, 1.2, 1.4, 1.5; 2.1, 2.3; 4.1, 4.2, 4.3, 4.4; 6.2; 10.1, 10.2
AA	A),B),E),G),K),L)	2,3,4,5	1/2/3/6/7/8/9	1.1, 1.2, 1.3, 1.4; 2.1, 2.2, 2.3 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6; 6.1, 6.2, 6.3; 8.1, 8.3; 9.1, 9.2, 9.3
CSC	A),B),C),D),J),K)	2,3,6	1/7/8	2.1, 2.4; 7.1, 7.2, 7.3; 9.1, 9.2, 9.3; 10.1, 10.2
SIEE	F),G)L)	1,5	2/3/4/5/6/7/9	1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5; 3.1, 3.2, 3.3, 3.4; 4.1 4.4 5.1, 5.3; 6.2 ; 7.2, 7.3; 8.2, 8.3

CEC	A),C),D),H),J), K)	2,7	5	2.1, 2.2, 2.3, 2.4; 4.1; 7.1, 7.2, 7.3; 10.1, 10.2
-----	-----------------------	-----	---	--

7. UNIDADES DIDÁCTICAS

7.1 Feed Back feedback y el feedforward

Tomamos la decisión de realizar un apartado explícito para tratar el feedback ya que lo consideramos uno de los elementos esenciales que se deberían poner en práctica a la hora de llevar a cabo todas las unidades didácticas. Hacemos un apartado global y no por unidad didáctica, ya que consideramos que este recurso debe estar implícito, ya no, en todas las UD's, sino en todas las sesiones y además deberán existir de varios tipos. Por ello realizamos este apartado que pondremos en práctica durante todas las unidades.

El término “feedback”, es traducido literalmente como “retroalimentación” este término tiene su origen en las necesidades empresariales de poder entregar información sobre un producto, una mercancía u otro bien, al proveedor o productor, de tal modo de permitirle mejorar su trabajo.

Como defiende Sofia P. Salas (2008), En docencia, el concepto de “feedback” se refiere a informar al estudiante sobre su desempeño en diversos aspectos (cognoscitivos, actitudinales o en la evaluación de sus destrezas técnicas) para mejorar su desempeño futuro, enfatizando aquellos aspectos positivos y señalando caminos para enmendar rumbo. Se sugiere que este “feedback” sea descriptivo, específico y oportuno, de tal modo de poder lograr un cambio en la conducta del alumno.

Con ello, podemos determinar que hay diferentes momentos de ofrecer retroalimentación al alumnado:

-Feedforward: podemos definirlo como una retroalimentación que se proyecta hacia el futuro. En otras palabras podemos decir que consiste en una información que se otorga al alumnado con función de no repetir errores habituales y poder corregirlo previamente de realizarlo de una manera errónea, otorgarles un feedback y que tengan que cambiarlo posteriormente.

-Feedback: puede ser durante la realización de una acción o al final de la misma. Con el feedback intentamos dar una información al alumnado que le sirva para mejorar desde el momento presente. Si lo damos durante una acción, el alumno podrá pensar en lo que tiene que mejorar durante la misma, o si es durante una sesión podrá realizarlo repetidas veces para mejorar. Sin embargo si lo damos al final de la sesión también influirá en parte del aprendizaje cognitivo ya que es una manera de interiorizar los errores cometidos y darle una importancia a los errores y cambiarlos para el próximo día que probablemente no existiría de no ser por el feedback otorgado al final de las sesiones.

7.2 Unidades didácticas.

Tabla 3: UD1. Elaboración propia.

Título: UD1: ¡Ponte en forma!	N.º de sesiones: 8	Evaluación: 1ª	
Objetivos			
<p>-Conocer ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico-deportivas seleccionadas.</p> <p>-Adquirir hábitos saludables y un estilo de vida más activo en la vida diaria por medio de la adherencia a la práctica deportiva.</p> <p>-conocer y diferencia los tipos y combinación de la respiración con la actividad física y con la relajación.</p> <p>-Desarrollar y mejorar habilidades motrices básicas de movimiento.</p> <p>-Desarrollar y poner en práctica un calentamiento de manera autónoma.</p>			
Competencias			
<p>-competencia lingüística</p> <p>-Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.</p> <p>-Conciencia y expresiones culturales.</p>			
Contenidos			
<p>-Conocimiento de las ventajas de la actividad física relacionándola con la salud.</p> <p>-Conocimiento de medidas preventivas de las diferentes actividades físico-deportivas con buena higiene postural.</p> <p style="text-align: center;">-Identificación del esfuerzo por la actividad física</p> <p>-Conocimiento de los diferentes tipos de respiración y su función en respecto a la actividad física</p> <p>-Desarrollo de un calentamiento de manera autónoma en función de la parte principal.</p>			
Intervención didáctica			
Métodos de enseñanza	Técnicas de enseñanza	Estilos de enseñanza	Estrategias de enseñanza
Inductivo y deductivo	Instrucción directa. Descubrimiento.	-Mando directo modificado. -Asignación de tareas. -descubrimiento guiado.	-global pura -analítica progresiva -mixta.

Recursos didácticos			
Espaciales	Humanos	Materiales	
Pistas polideportivas exteriores	-Docente de educación física. -alumnado.	- cuerdas, conos, cajón flexibilidad, bancos suecos y aros	
Tratamiento transversal			
<p>-Educación en valores de igualdad de género efectiva y prevención de abusos y violencias de cualquier índole o razón.</p> <p>-Desarrollo de actitud crítica, autónoma y emprendedora mejorando hábitos de vida saludables y vida activa.</p> <p>-Educación en función de dieta equilibrada y actividad física como aspectos beneficiosos</p>			
Atención a la diversidad			
<p>-Alumnado en clase sin ropa deportiva adecuada</p> <p>-Alumnado lesionado que impida la práctica en una sesión o actividad concreta</p> <p>-Alumnado ausente por enfermedad o lesión que impide la participación durante un tiempo determinado</p> <p>- Adaptación de los contenidos de la programación: dependiendo de sean los niveles iniciales del alumnado, modificaremos los contenidos a impartir y las progresiones de aprendizaje.</p> <p>-Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de los alumnos</p> <p>-Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de feedback, de forma que el alumnado tenga información de sus ejecuciones y progresos: se realizaran diferentes tipos de feedback pre-sesión, durante la sesión y post-sesión, facilitando así el mensaje a transmitir a todo el alumnado</p> <p>-Creación de un clima afectivo, donde los alumnos o alumnas no teman expresar sus dificultades o limitaciones.</p>			
Evaluación			
Técnicas	Instrumentos	Tipos	
-Observación -experimentación	Test condición física: cajón de flexibilidad, test de cooper baremos salto de altura y longitud. Baremos velocidad en función de otros años misma etapa. Rúbrica actitudinal.	-Heteroevaluación: evaluación por parte del docente hacia el alumnado	

Tabla 4: UD2. Elaboración propia

Título: UD2: La salud es lo primero		N.º de sesiones: 6		Evaluación: 1ª	
Objetivos					
<ul style="list-style-type: none"> -Desarrollar y poner en práctica un calentamiento de manera autónoma. -Conocer y valorar los aspectos de la seguridad en función al deporte y el entorno. -Conocer diferentes aspectos de salud y deporte en la vida cotidiana -Conocer y valorar los aspectos de la seguridad en función al deporte y el entorno. -Manejar las TIC y de manera correcta hacia la práctica deportiva. 					
Competencias					
<ul style="list-style-type: none"> -Competencia lingüística. -Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. -Competencias sociales y cívicas. --Conciencia y expresiones culturales. 					
Contenidos					
<ul style="list-style-type: none"> - Conocimiento de medidas preventivas de las diferentes actividades físico-deportivas con buena higiene postural. -Aumenta conocimientos sobre la salud y el deporte en la vida cotidiana Conocimiento de los diferentes tipos de respiración y su función en respecto a la actividad física 					
Intervención didáctica					
Métodos de enseñanza		Técnicas de enseñanza		Estilos de enseñanza	
Estrategias de enseñanza					
Inductivo y deductivo		Instrucción directa. Descubrimiento.		<ul style="list-style-type: none"> -Mando directo modificado. -Asignación de tareas -descubrimiento guiado. 	
				<ul style="list-style-type: none"> -mixta -analítica y global 	
Recursos didácticos					
Espaciales		Humanos		Materiales	
-aula y pistas polideportivas exteriores.		<ul style="list-style-type: none"> -Docente de educación física. -alunando. 		<ul style="list-style-type: none"> - proyector, picas, bosu, conos y aros. 	

Tratamiento transversal		
-Educación en valores de igualdad de género efectiva y prevención de abusos y violencias de cualquier índole o razón. -desarrollo de actitud crítica, autónoma y emprendedora mejorando hábitos de vida saludables y vida activa. -educación en función de dieta equilibrada y actividad física como aspectos beneficiosos		
Atención a la diversidad		
-Alumnado en clase sin ropa deportiva adecuada -Alumnado lesionado que impida la práctica en una sesión o actividad concreta -Alumnado ausente por enfermedad o lesión que impide la participación durante un tiempo determinado - Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos, - Utilización de diferentes canales de comunicación del mensaje docente que permitan transmitir la información de manera eficiente a todo el alumnado -Creación de un clima afectivo, donde los alumnos o alumnas no teman expresar sus dificultades o limitaciones.		
Evaluación		
Técnicas	Instrumentos	Tipos
-Observación -experimentación	-video análisis de movimiento. Presentación powe point. Lista de control rúbrica actitudinal.	-Heteroevaluación: evaluación del docente hacia el alumnado. -autoevaluación: video de análisis de movimiento.

Tabla 5: UD5. Elaboración propia

Título: UD3: Messi no es para tanto	N.º de sesiones: 8	Evaluación: 1ª
Objetivos		
-Mejorar la toma de decisiones en deportes colectivos en situaciones reales de juego. -Mejorar las habilidades de comunicación social y no social, tanto en la comunicación verbal como no verbal. -Crear un ambiente beneficioso y positivo en el alumnado de cara al aprendizaje, el profesorado y el resto de compañeros		
Competencias		
-Competencia lingüística. -Aprender a aprender. -Competencias sociales y cívicas.		

Contenidos

- Identificación de habilidades específicas de fútbol y sus estímulos para aplicarlos en situaciones reales de juego.
- Respeto y aceptación de las reglas en las diferentes actividades físico-deportivas como valores importantes.
- Identificación del esfuerzo por la actividad física ajustándose a las diferentes habilidades técnicas y tácticas.
- Desarrollo y perfeccionamiento de la técnica y táctica del fútbol aceptando las características individuales.
- Desarrollo de habilidades sociales y comunicación verbal y no verbal.

Intervención didáctica

Métodos de enseñanza	Técnicas de enseñanza	Estilos de enseñanza	Estrategias de enseñanza
Inductivo y deductivo	Instrucción directa. Descubrimiento.	-Asignación de tareas. -enseñanza recíproca. -resolución de problemas	-mixta -global pura -global con modificación de la situación real

Recursos didácticos

Espaciales	Humanos	Materiales
-Pista exterior de futbol sala	-Docente de educación física. -alumnado.	- balones de futbol sala, conos, setas, vallas, petos y picas.

Tratamiento transversal

- Educación en valores de igualdad de género efectiva y prevención de abusos y violencias de cualquier índole o razón.
- desarrollo de actitud crítica, autónoma y emprendedora mejorando hábitos de vida saludables y vida activa.
- educación en función de dieta equilibrada y actividad física como aspectos beneficiosos

Atención a la diversidad

- Alumnado en clase sin ropa deportiva adecuada
- Alumnado lesionado que impida la práctica en una sesión o actividad concreta
- Alumnado ausente por enfermedad o lesión que impide la participación durante un tiempo determinado

- Adaptación de los contenidos de la programación: dependiendo de sean los niveles iniciales del alumnado, modificaremos los contenidos a impartir y las progresiones de aprendizaje.
- Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos
- Modificación de determinados elementos estructurales del juego: tratando de facilitar los procesos de enseñanza-aprendizaje
- Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de feedback, de forma que el alumnado tenga información de sus ejecuciones y progresos: se realizaran diferentes tipos de feedforward,y feedback durante la sesión y post-sesión, facilitando así el mensaje a transmitir a todo el alumnado
- Creación de un clima afectivo, donde los alumnos o alumnas no teman expresar sus dificultades o limitaciones.

Evaluación

Técnicas	Instrumentos	Tipos
-Observación -experimentación	-examen práctico de habilidad. Lista de control. -rúbrica en situación real de juego. Rúbrica actitudinal.	Heteroevaluación: evaluación del docente al alumnado. Autoevaluación: observación y autopercepción

Tabla 6: UD4. Elaboración propia

Título: UD4: Gervasio ven a mí.	N.º de sesiones: 7	Evaluación: 2ª
Objetivos		
<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar y mejorar habilidades motrices básicas de movimiento. -Conocer y valorar los aspectos de la seguridad en función al deporte y el entorno. -Manejar las TIC y de manera correcta hacia la práctica deportiva. 		
Competencias		
<ul style="list-style-type: none"> -Competencia digital. -Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 		
Contenidos		
<ul style="list-style-type: none"> - Participación en actividades gimnásticas y acrobáticas considerando aspectos preventivos y de seguridad. - Conocimiento de diferentes manifestaciones gimnásticas y acrobáticas de acuerdo a la clasificación. <p>Conocimiento de medidas preventivas de las diferentes actividades físico-deportivas con buena higiene postural.</p>		

Intervención didáctica			
Métodos de enseñanza	Técnicas de enseñanza	Estilos de enseñanza	Estrategias de enseñanza
Inductivo y deductivo	Instrucción directa. Descubrimiento.	-Asignación de tareas -Descubrimiento guiado	- Mixta: Global y analítica (secuencial y progresiva)
Recursos didácticos			
Espaciales	Humanos	Materiales	
Gimnasio.	-Docente de educación física. -alumnado	Colchonetas, grandes y pequeñas y espalderas.	
Tratamiento transversal			
<p>-Educación en valores de igualdad de género efectiva y prevención de abusos y violencias de cualquier índole o razón.</p> <p>-Desarrollo de actitud crítica, autónoma y emprendedora mejorando hábitos de vida saludables y vida activa.</p> <p>-Educación en función de dieta equilibrada y actividad física como aspectos beneficiosos.</p>			
Atención a la diversidad			
<p>-Alumnado en clase sin ropa deportiva adecuada</p> <p>-Alumnado lesionado que impida la práctica en una sesión o actividad concreta</p> <p>-Alumnado ausente por enfermedad o lesión que impide la participación durante un tiempo determinado</p> <p>- Adaptación de los contenidos de la programación: dependiendo de sean los niveles iniciales del alumnado, modificaremos los contenidos a impartir y las progresiones de aprendizaje.</p> <p>-Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de feedback, de forma que el alumnado tenga información de sus ejecuciones y progresos: se realizaran diferentes tipos de feedback pre-sesión, durante la sesión y post-sesión, facilitando así el mensaje a transmitir a todo el alumnado</p>			
Evaluación			
Técnicas	Instrumentos	Tipos	
-Observación experimentación	-Video análisis de tres habilidades gimnásticas elegidas por el alumno y con ponderaciones según dificultad. -rúbrica valoración video, Rúbrica actitudinal. -corrección de un trabajo teórico común del trimestre.	Autoevaluación: video Heteroevaluación : video y de más habilidades gimnásticas	

Tabla 7: UD5. Elaboración propia

Título: UD5: En equipo es más divertido		N.º de sesiones: 6		Evaluación: 2ª	
Objetivos					
<ul style="list-style-type: none"> - Mejorar las habilidades de comunicación social y no social, tanto en la comunicación verbal como no verbal. - Respetar y valorar los diferentes aspectos culturales tanto fuera como dentro del deporte. - Crear un ambiente beneficioso y positivo en el alumnado de cara al aprendizaje, el profesorado y el resto de compañeros - Mejorar las capacidades de toma de decisiones, y resolución de problemas individuales y en grupo. Realizar la mejora de la mano del aprendizaje cooperativo. 					
Competencias					
<ul style="list-style-type: none"> - Competencia lingüística - Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. - Aprender a aprender. -- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 					
Contenidos					
<ul style="list-style-type: none"> - Participación en actividades gimnásticas y acrobáticas considerando aspectos preventivos y de seguridad. - Conocimiento de diferentes manifestaciones gimnásticas y acrobáticas de acuerdo a la clasificación. <ul style="list-style-type: none"> - Representación de diferentes figuras de acrosport con buena expresividad. - Desarrollo de habilidades sociales y comunicación verbal y no verbal. 					
Intervención didáctica					
Métodos de enseñanza		Técnicas de enseñanza		Estilos de enseñanza	
Estrategias de enseñanza					
Inductivo y deductivo		Instrucción directa. Descubrimiento.		<ul style="list-style-type: none"> - asignación de tareas - resolución de problemas - enseñanza recíproca 	
				<ul style="list-style-type: none"> - global. - mixta. 	

Recursos didácticos		
Espaciales	Humanos	Materiales
Gimnasio.	-Docente de educación física. -alumnado.	-colchonetas, combas, picas, equipo de música, conos, globos, espalderas y ladrillos de plástico.
Tratamiento transversal		
-Educación en valores de igualdad de género efectiva y prevención de abusos y violencias de cualquier índole o razón. -desarrollo de actitud crítica, autónoma y emprendedora mejorando hábitos de vida saludables y vida activa. -educación en función de dieta equilibrada y actividad física como aspectos beneficiosos		
Atención a la diversidad		
-Alumnado en clase sin ropa deportiva adecuada -Alumnado lesionado que impida la práctica en una sesión o actividad concreta -Alumnado ausente por enfermedad o lesión que impide la participación durante un tiempo determinado -Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos -Utilización de diferentes canales de comunicación del mensaje docente que permitan transmitir la información de manera eficiente a todo el alumnado -Creación de un clima afectivo, donde los alumnos o alumnas no teman expresar sus dificultades o limitaciones.		
Evaluación		
Técnicas	Instrumentos	Tipos
-Observación -experimentación	-rúbrica valorar el esfuerzo y puesta en práctica del trabajo en equipo. Rúbrica actitudinal. -corrección de un trabajo teórico común del trimestre. -lista de control	-Coevaluación: lista de control para evaluar entre los grupos. -Heteroevaluación: trabajo y puesta en práctica. Rúbricas grupales.

Tabla 8: UD6. Elaboración propia. (Anexo I: La UD de acrosport desarrollada)

Título: UD6: Acrosport 2.0		N.º de sesiones: 7		Evaluación: 2ª	
Objetivos					
<ul style="list-style-type: none"> - Mejorar el movimiento y aumentar el número de posibles composiciones corporales y rítmicas en diferentes escenarios y dependiendo del entorno. - Mejorar las habilidades de comunicación social y no social, tanto en la comunicación verbal como no verbal. - Crear un ambiente beneficioso y positivo en el alumnado de cara al aprendizaje, el profesorado y el resto de compañeros - Conocer y valorar los aspectos de la seguridad en función al deporte y el entorno. - Mejorar las capacidades de toma de decisiones, y resolución de problemas individuales y en grupo. Realizar la mejora de la mano del aprendizaje cooperativo. 					
Competencias					
<ul style="list-style-type: none"> -Competencia lingüística. -Competencia digital. -Aprender a aprender. -Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. 					
Contenidos					
<ul style="list-style-type: none"> - Participación en actividades gimnásticas y acrobáticas considerando aspectos preventivos y de seguridad. - Conocimiento de diferentes manifestaciones gimnásticas y acrobáticas de acuerdo a la clasificación. - Realización de coreografías poniendo en práctica diferentes secuencias de movimientos corporales. - Conocimiento de medidas preventivas de las diferentes actividades físico-deportivas con buena higiene postural. -Representación de diferentes figuras de acrosport con buena expresividad. -- Desarrollo de habilidades sociales y comunicación verbal y no verbal. 					
Intervención didáctica					
Métodos de enseñanza		Técnicas de enseñanza		Estilos de enseñanza	
Inductivo y deductivo		Instrucción directa. Descubrimiento.		-asignación de tareas -resolución de problemas.	
Estrategias de enseñanza					
- mixta: global y analítica.					

Recursos didácticos		
Espaciales	Humanos	Materiales
gimnasio	-Docente de educación física. -alumnado.	-colchonetas, combas, equipo de música, conos, globos, espalderas y ladrillos de plástico.
Tratamiento transversal		
<p>-Educación en valores de igualdad de género efectiva y prevención de abusos y violencias de cualquier índole o razón.</p> <p>-desarrollo de actitud crítica, autónoma y emprendedora mejorando hábitos de vida saludables y vida activa.</p> <p>-educación en función de dieta equilibrada y actividad física como aspectos beneficiosos</p>		
Atención a la diversidad		
<p>-Alumnado en clase sin ropa deportiva adecuada</p> <p>-Alumnado lesionado que impida la práctica en una sesión o actividad concreta</p> <p>-Alumnado ausente por enfermedad o lesión que impide la participación durante un tiempo determinado</p> <p>- Adaptación de los contenidos de la programación: dependiendo de sean los niveles iniciales del alumnado, modificaremos los contenidos a impartir y las progresiones de aprendizaje.</p> <p>-Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos.</p> <p>-Utilización de diferentes canales de comunicación del mensaje docente que permitan transmitir la información de manera eficiente a todo el alumnado</p> <p>-Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de feedback, de forma que el alumnado tenga información de sus ejecuciones y progresos: se realizaran diferentes tipos de feedback pre-sesión, durante la sesión y post-sesión, facilitando así el mensaje a transmitir a todo el alumnado</p> <p>-Creación de un clima afectivo, donde los alumnos o alumnas no teman expresar sus dificultades o limitaciones.</p>		
Evaluación		
Técnicas	Instrumentos	Tipos
-Observación -experimentación	-rúbrica análisis coreografía. -rúbrica actitudinal -corrección de un trabajo teórico común del trimestre.	-Heteroevaluación: evaluación del docente al alumnado. -Coevaluación a grupos diferentes con una rúbrica para la coreografía.

Tabla 9: UD7. Elaboración propia

Título: UD7: Ultimate		N.º de sesiones: 4		Evaluación: 3ª	
Objetivos					
<ul style="list-style-type: none"> - Mejorar la toma de decisiones en deportes colectivos en situaciones reales de juego. - Mejorar las habilidades de comunicación social y no social, tanto en la comunicación verbal como no verbal. - Crear un ambiente beneficioso y positivo en el alumnado de cara al aprendizaje, el profesorado y el resto de compañeros 					
Competencias					
<ul style="list-style-type: none"> -Competencia lingüística - Aprender a aprender 					
Contenidos					
<ul style="list-style-type: none"> - Respeto y aceptación de las reglas en las diferentes actividades físico-deportivas como valores importantes. <li style="padding-left: 40px;">- Práctica y prevención en actividades físico-deportivas para la mejora de la salud. - Desarrollo de habilidades sociales y comunicación verbal y no verbal. 					
Intervención didáctica					
Métodos de enseñanza		Técnicas de enseñanza		Estilos de enseñanza	
Inductivo y deductivo		Instrucción directa. Descubrimiento.		-asignación de tareas. -descubrimiento guiado.	
				- mixta -global pura -global con modificación de la situación real	
Recursos didácticos					
Espaciales		Humanos		Materiales	
Pistas polideportivas exteriores		-Docente de educación física. -alumnado.		-frisbees, picas y conos	
Tratamiento transversal					
<ul style="list-style-type: none"> -Educación en valores de igualdad de género efectiva y prevención de abusos y violencias de cualquier índole o razón. -desarrollo de actitud crítica, autónoma y emprendedora mejorando hábitos de vida saludables y vida activa. -educación en función de dieta equilibrada y actividad física como aspectos beneficiosos. 					

Atención a la diversidad		
<p>-Alumnado en clase sin ropa deportiva adecuada</p> <p>-Alumnado lesionado que impida la práctica en una sesión o actividad concreta</p> <p>-Alumnado ausente por enfermedad o lesión que impide la participación durante un tiempo determinado</p> <p>- Adaptación de los contenidos de la programación: dependiendo de sean los niveles iniciales del alumnado, modificaremos los contenidos a impartir y las progresiones de aprendizaje.</p> <p>-Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos</p> <p>-Modificación de determinados elementos estructurales del juego: tratando de facilitar los procesos de enseñanza-aprendizaje</p> <p>-Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de feedback, de forma que el alumnado tenga información de sus ejecuciones y progresos: se realizaran diferentes tipos de feedback pre-sesión, durante la sesión y post-sesión, facilitando así el mensaje a transmitir a todo el alumnado</p> <p>-Creación de un clima afectivo, donde los alumnos o alumnas no teman expresar sus dificultades o limitaciones.</p>		
Evaluación		
Técnicas	Instrumentos	Tipos
-Observación -experimentación	-Rúbrica actitudinal. -rúbrica para las situaciones reales de juego	-heteroevaluación: del docente hacia el alumno.

Tabla 10: UD8. Elaboración propia.

Título: UD8: Lucha es deporte	N.º de sesiones: 6	Evaluación: 3ª
Objetivos		
<ul style="list-style-type: none"> - Mejorar el movimiento y aumentar el número de posibles composiciones corporales - Mejorar las habilidades de comunicación, tanto en la comunicación verbal como no verbal. - Respetar y valorar los diferentes aspectos culturales tanto fuera como dentro del deporte. - Crear un ambiente beneficioso y positivo en el alumnado de cara al aprendizaje, el profesorado y el resto de compañeros. 		
Competencias		
<ul style="list-style-type: none"> -Competencia digital. -Aprender a aprender. -Competencias sociales y cívicas. -Conciencia y expresiones culturales. 		

Contenidos

- Respeto y aceptación de las reglas en las diferentes actividades físico-deportivas como valores importantes.
- Conocimiento de medidas preventivas de las diferentes actividades físico-deportivas.
- Identificación del esfuerzo por la actividad física ajustándose a las diferentes habilidades técnicas y tácticas.
- Desarrollo de habilidades sociales y comunicación verbal y no verbal.

Intervención didáctica

Métodos de enseñanza	Técnicas de enseñanza	Estilos de enseñanza	Estrategias de enseñanza
Inductivo y deductivo	Instrucción directa. Descubrimiento.	-Descubrimiento guiado. -enseñanza recíproca -asignación de tareas	-Mixta. -analítica progresiva.

Recursos didácticos

Espaciales	Humanos	Materiales
Gimnasio y aula	-Docente de educación física. -alumnado.	Colchonetas, pañuelos y proyector

Tratamiento transversal

- Educación en valores de igualdad de género efectiva y prevención de abusos y violencias de cualquier índole o razón.
- desarrollo de actitud crítica, autónoma y emprendedora mejorando hábitos de vida saludables y vida activa.
- educación en función de dieta equilibrada y actividad física como aspectos beneficiosos

Atención a la diversidad

- Alumnado en clase sin ropa deportiva adecuada
- Alumnado lesionado que impida la práctica en una sesión o actividad concreta
- Alumnado ausente por enfermedad o lesión que impide la participación durante un tiempo determinado
- Adaptación de los contenidos de la programación: dependiendo de sean los niveles iniciales del alumnado, modificaremos los contenidos a impartir y las progresiones de aprendizaje.
- Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de feedback, de forma que el alumnado tenga información de sus ejecuciones y progresos: se realizaran diferentes tipos de feedback pre-sesión, durante la sesión y post-sesión, facilitando así el mensaje a transmitir a todo el alumnado
- Creación de un clima afectivo, donde los alumnos o alumnas no teman expresar sus dificultades o limitaciones.

Evaluación		
Técnicas	Instrumentos	Tipos
-Observación -experimentación	-examen práctico diferentes técnicas de lucha. Rúbrica actitudinal. -trabajo teórico grupal sobre la lucha en diferentes culturas.	Heteroevaluación: del docente al alumnado Coevaluación: entre compañeros por parejas con los que se haya trabajado en esta unidad.

Tabla 11: UD9. Elaboración propia

Título: UD9: ¡Yo no soy marinero!		N.º de sesiones: 3		Evaluación: 3ª	
Objetivos					
-Manejar las TIC y de manera correcta hacia la práctica deportiva. -Mejorar las capacidades de toma de decisiones, y resolución de problemas individuales y en grupo. Realizar la mejora de la mano del aprendizaje cooperativo.					
Competencias					
-Aprender a aprender. -Competencia lingüística.					
Contenidos					
- Desarrollo de habilidades sociales y comunicación verbal y no verbal. --aprende y aplica diferentes nudos; realización y procedimientos de verificación de la seguridad.					
Intervención didáctica					
Métodos de enseñanza	Técnicas de enseñanza	Estilos de enseñanza		Estrategias de enseñanza	
Inductivo y deductivo	Instrucción directa. Descubrimiento.	-asignación de tareas -resolución de problemas		-analítica, -analítica progresiva. -mixta	
Recursos didácticos					
Espaciales	Humanos	Materiales			
Gimnasio/pistas exteriores	-Docente de educación física Y alumnado.	- cuerdas, móviles, wifi			

Tratamiento transversal		
-Educación en valores de igualdad de género efectiva y prevención de abusos y violencias de cualquier índole o razón. -desarrollo de actitud crítica, autónoma y emprendedora mejorando hábitos de vida saludables y vida activa. -educación en función de dieta equilibrada y actividad física como aspectos beneficiosos		
Atención a la diversidad		
-Alumnado lesionado que impida la práctica en una sesión o actividad concreta -Alumnado ausente por enfermedad o lesión que impide la participación durante un tiempo determinado -Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos		
Evaluación		
Técnicas	Instrumentos	Tipos
-Observación -Experimentación	-Lista de control con los diferentes tipos de nudos. -rúbrica actitudinal.	-heteroevaluación: del docente al alumnado.

Tabla 12: UD10. Elaboración propia.

Título: UD10: Hasta la cima	N.º de sesiones: 7	Evaluación: 3ª
Objetivos		
<ul style="list-style-type: none"> - Mejorar las capacidades de toma de decisiones, y resolución de problemas de carácter individual - Conocer y valorar los aspectos de la seguridad en función al deporte y el entorno. -Mejorar las habilidades de comunicación verbal. -Desarrollar y mejorar habilidades motrices de movimiento. 		
Competencias		
<ul style="list-style-type: none"> -Aprender a aprender -Competencia lingüística 		
Contenidos		
<ul style="list-style-type: none"> - Conocimiento de las capacidades relacionadas con la trepa y en los recorridos distintos. - Conocimiento de medidas preventivas de las diferentes actividades físico-deportivas con buena higiene postural. - Identificación del esfuerzo por la actividad física ajustándose a las diferentes habilidades técnicas y tácticas. - Conocimiento de los diferentes tipos de respiración y su función en respecto a la actividad física 		

Intervención didáctica			
Métodos de enseñanza	Técnicas de enseñanza	Estilos de enseñanza	Estrategias de enseñanza
Inductivo y deductivo	Instrucción directa. Descubrimiento.	-resolución de problemas -asignación de tareas	Mixta. Analítica y global
Recursos didácticos			
Espaciales	Humanos	Materiales	
Pistas exteriores y gimnasio	-Docente de educación física. -alumnado.	-rocódromo, espalderas, colchonetas,	
Tratamiento transversal			
<p>-Educación en valores de igualdad de género efectiva y prevención de abusos y violencias de cualquier índole o razón.</p> <p>-desarrollo de actitud crítica, autónoma y emprendedora mejorando hábitos de vida saludables y vida activa.</p> <p>-educación en función de dieta equilibrada y actividad física como aspectos beneficiosos</p>			
Atención a la diversidad			
<p>-Alumnado en clase sin ropa deportiva adecuada</p> <p>-Alumnado lesionado que impida la práctica en una sesión o actividad concreta</p> <p>-Alumnado ausente por enfermedad o lesión que impide la participación durante un tiempo determinado</p> <p>- Adaptación de los contenidos de la programación: dependiendo de sean los niveles iniciales del alumnado, modificaremos los contenidos a impartir y las progresiones de aprendizaje.</p> <p>-Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos</p> <p>-Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de feedback, de forma que el alumnado tenga información de sus ejecuciones y progresos: se realizaran diferentes tipos de feedback pre-sesión, durante la sesión y post-sesión, facilitando así el mensaje a transmitir a todo el alumnado</p> <p>-Creación de un clima afectivo, donde los alumnos o alumnas no teman expresar sus dificultades o limitaciones.</p>			
Evaluación			
Técnicas	Instrumentos	Tipos	
-Observación. -experimentación.	-rúbrica actitudinal -vías diferentes escalada -lista de control: tipos de agarres.	Heteroevaluación: del docente al alumnado.	

8. METODOLOGÍA

A modo de resumen y de manera personal, podríamos decir que la metodología es el conjunto de estrategias y procedimientos, que de manera consciente, forman un plan de acción que llevar a cabo, con el fin de alcanzar aquellos objetivos planteados en el proceso de enseñanza aprendizaje, pudiendo sufrir alteraciones con el fin de reconducir el aprendizaje modificando estilos de enseñanza o situaciones concretas con el objetivo de mejorar el rendimiento en el proceso enseñanza-aprendizaje que se aplica a un alumnado en un contexto (educativo y social) concreto.

Así como metodologías en la presente programación didáctica también se defienden ciertos métodos, técnicas, estilos y estrategias de enseñanza que también consideramos bastante importante aplicarlos y llevarlos a cabo y trataremos de hacerlo en este trabajo de la misma manera. Los más llamativos o más correctos o que se adapten a nuestra manera de programar y planificar serían:

-Métodos de enseñanza: deductivo e inductivo

-Técnicas de enseñanza: Instrucción directa y descubrimiento.

-Estilos de enseñanza: mando directo (modificado); asignación de tareas; enseñanza recíproca; grupos reducidos; descubrimiento guiado y resolución de problemas.

-Estrategias de enseñanza: Analítica pura, analítica secuencial, analítica progresiva, global con polarización de la atención, global con modificación de la situación real y mixta.

Una vez expuesto el resumen de la metodología, si desean información ampliada consultar Anexo II.

9. RECURSOS DIDÁCTICOS

Los recursos didácticos se definen de diferentes maneras según autores y como se entiende en el presente trabajo, hay varias maneras de denominarlos: recursos didácticos, medios educativos, apoyos didácticos. Los autores difieren en como denominarlos, y también lo hacen en las cosas que engloban. Según Morales (2012), se entiende por recurso didáctico al conjunto de medios materiales que intervienen y facilitan el proceso de enseñanza-aprendizaje. Estos materiales pueden ser tanto físicos como virtuales, asumen como condición, despertar el interés de los estudiantes, adecuarse a las

características físicas y psíquicas de los mismos, además que facilitan la actividad docente al servir de guía. Ya no solo tenemos en cuenta aquellos recursos didácticos materiales si no que podemos englobar aparte de instalaciones, estrategias para llevar a cabo las sesiones, maneras de controlar el grupo y por qué no las diferentes sesiones que tengamos de otros autores por las cuales como docentes decidimos guiarnos para realizar las nuestras, que también serían recursos didácticos. Por ello la palabra que más se le asemeja podría ser la de apoyo educativo, ya que tenemos infinidad de apoyos/recursos educativos que podamos utilizar saliendo de la primera imagen que tomamos como material físico.

Consideramos estos recursos didácticos totalmente importantes en el proceso de enseñanza aprendizaje ya que se le pueden dar muchos tipos de utilidad al mismo recurso. La importancia del material didáctico radica en la influencia que los estímulos a los órganos sensoriales ejercen en quien aprende, es decir, lo pone en contacto con el objeto de aprendizaje, ya sea de manera directa o dándole la sensación de indirecta. Con esto queremos decir que estos recursos didácticos son fundamentales para llamar la atención y despertar el interés de nuestro alumnado, es decir, facilita el aumento de la motivación del alumnado y con ello el rendimiento académico, situación que llevamos buscando durante el presente trabajo.

Como recursos didácticos en el centro educativo IES Isabel La Católica tendríamos tantos pabellones para impartir las sesiones en el interior como pistas exteriores de fútbol baloncesto y vóley. Aunque estas pistas también son utilizadas para otras cosas ya que se pueden practicar otros deportes en estas pistas. Tenemos material deportivo convencional que se suelen tener en la mayoría de los centros (balones, raquetas de pádel tenis y bádminton, redes, pelotas, colchonetas espalderas...) pero también tenemos un material poco convencional que si me gustaría nombrar, como slacklines para practicar el equilibrio, un bosu o semifitball, algunas cargas para trabajar fuerza, gomas elásticas, indiacas para la iniciación al bádminton o palas, frisbees, 25 bicicletas para una UD que se imparte de bicis y talleres de mecánica, material para practicar roundnet, trx... A parte como instalaciones este centro también dispone de 52 aulas, laboratorios: 4 históricos y 4 normales, 4 aulas de informática 3 aulas de tecnología 2 bibliotecas 1 salón de actos 2 gimnasios pistas polideportivas previamente mencionadas y unas pistas que están en el exterior en las cuales se puede practicar la escalada y trepa. Esto serían los recursos didácticos materiales y espaciales. También se disponen de ciertos recursos humanos como 117 docentes, 3 personas encargadas de la seguridad del centro a parte de las

personas que se ocupan del mantenimiento y las recepciones así como la secretaria del centro educativo. Este centro dispone de 1600 alumnos aproximadamente divididos en 6 líneas de secundaria 12 de bachillerato de todas las modalidades 2 líneas de vespertino, 1 nocturno.

10. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE DEL ALUMANDO

10.1 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables 1er ciclo ESO.

En la presente evaluación de nuestras unidades didácticas están regidas por criterios establecidos en el Decreto 48/2015 del Consejo de Gobierno de la Comunidad de Madrid, de 14 de mayo, donde se describen y detallan una serie de criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables para el currículo del primer ciclo de la ESO que se muestran a continuación: Descritos en Anexo III.

10.2 Definiciones

Según autores referenciados en un artículo publicado en la revista RED. Elena Dorrego (2016) entiende la evaluación del docente hacia el alumnado de las siguientes maneras:

- Se entiende por evaluación, en general, aquel conjunto de procesos sistemáticos de recogida, análisis e interpretación de información válida y fiable, que en comparación con una referencia o criterio nos permita llegar a una decisión que favorezca la mejora del objeto evaluado.
- Un proceso mediante el cual los estudiantes ganan una comprensión de sus propias competencias y progreso así como un proceso mediante el cual son calificados.
- Obtener información acerca del progreso de un estudiante en particular, para darle retroalimentación a ese estudiante.
- Evaluación formativa comprende todas aquellas actividades diseñadas para motivar, para aumentar la comprensión y para proporcionar a los estudiantes una indicación de sus progresos.

10.3 Descriptores e indicadores en función de las competencias clave.

Tabla 13: *Relación competencias con descriptores e indicadores.* Elaboración propia

Competencia	Descriptores	Indicadores
CL	-Demostrar conocimientos teórico-prácticos sobre los diferentes nudos de trepa.	-conoce seis tipos diferentes tipo de nudos para explicarlos a un compañero -es capaz de evaluar y guiar los conocimientos del compañero para realizar los diferentes nudos correctamente.
	-Conocer los aspectos más determinantes en fútbol y comunicárselo a los compañeros.	-Comunica la ubicación de atacantes y defensores verbalmente a otros compañeros en una situación real de juego en fútbol. -transmite a los compañeros, salidas de balón y presión tras pérdida para que se realicen los aspectos tácticos de manera coordinada.
CMCT	-Realizar diferentes agrupaciones y figuras en acrosport.	-Elabora figuras en conjunto con diferente número de participantes en sus agrupaciones para aumentar su creatividad con fin de mejorar una coreografía grupal -completa un video con el grupo realizando una coreografía, en la cual deben haber mínimo 4 figuras conjuntas ajustándose a un tiempo y un ritmo determinado.
	-Saber y realizar diferentes tipos de respiración.	-aplica los diferentes tipos de respiración según el momento en el que se encuentra el deportista para aumentar el rendimiento (pre competición, competición, post competición) -Conoce las diferencias en las respiraciones de deportes o disciplinas diferentes para ser más eficaz en las distintas disciplinas.
CD	-Elaborar una presentación digital sobre la lucha con sus diferentes contenidos	-transmite los conocimientos de los contenidos asignados a su grupo de una manera teórica para que los compañeros puedan entenderlo.

		-realiza la práctica correctamente de los contenidos que se han asignado a su grupo y es capaz de mostrarlo delante del docente y los demás alumnos.
	-Realizar un video de las diferentes habilidades gimnásticas impartidas en las sesiones con recursos TIC.	-Demuestra una correcta ejecución en la técnica de las diferentes habilidades gimnásticas reproducidas en el video -Aplica de manera coherente y eficaz los recursos tic en la realización del video para dar más estímulos y de mayor calidad al receptor del video
AA	-Adquirir conocimientos y valores aplicables en la vida cotidiana	-Tiene una actitud colaborativa y de trabajo en equipo con los compañeros con el fin de mejorar el trabajo grupal. -Realiza figuras originales e implica al resto de integrantes del grupo.
	-Demostrar compañerismo y deportividad ante los diferentes roles de las personas implicadas en el juego	-Muestra actitud de respeto y deportividad ante compañeros y árbitro. -Tiene una actitud de apoyo motivacional con los compañeros para aumentar el rendimiento del equipo.
CSC	-Colaborar en actividades cooperativas para mejorar las habilidades sociales necesarias para la práctica deportiva.	-Permite a los compañeros expresar sus opiniones frente a las suyas propias para conformar un trabajo en grupos reducidos. -Aporta opinión e información para descubrir las mejores soluciones en una elección de las diferentes propuestas y que realicen una en común.
	-Actuar de manera cívica con los demás en diferentes situaciones de competición en fútbol.	-sabe ganar y sabe perder, teniendo una actitud de deportividad hacia los compañeros y rivales. -Propone actitudes de mejora para el equipo y para el ambiente grupal.
SIEE	-Proporcionar recursos para planificar actividades físicas y su posterior práctica en las clases.	-Realiza un trabajo escrito sobre el calentamiento que le sirva para el deporte fuera del entorno escolar. -Es capaz de conducir el calentamiento a toda la clase para un deporte en concreto.

	-Demostrar conocimientos de las diferentes habilidades gimnásticas en situaciones propuestas	-Aporta ideas adecuadas relacionadas con las habilidades gimnásticas para una mejor ejecución técnica de los ejercicios -Expone diferentes formas de realización de las habilidades gimnásticas en grupos reducidos para la mejora de la transmisión (emisor-receptor) del mensaje.
CEC	-Experimenta distintos estilos de lucha de diferentes puntos geográficos de la península	-Realiza diferentes técnicas de inmovilización ante el resto de compañeros para aprender otros estilos de lucha. -Explica reglas de lucha de otros puntos geográficos para que el resto de compañeros averigüen de qué zona se trata.
	-Conoce el sentido de la figura del ganador en diferentes contextos geográficos.	-Expone los puntos en común sobre el ganador de dos diferentes países para unificar conocimientos -Muestra actitudes de respeto y deportividad ante el ganador con el fin de mantener buen clima de grupo.

10.4 Criterios de calificación e instrumentos de evaluación.

Tabla 14: Relación trimestre con UD y porcentaje de la nota. Elaboración propia

Trimestre	Título Unidades didácticas	Saber 25%	Saber hacer 50 %	Saber ser 25 %
1er Trimestre	UD1: ¡Ponte en forma!	10	20	8
	UD2: La salud es lo primero	10	5	8
	UD3: Messi no es para tanto	5	25	9
2º Trimestre	UD4: Gervasio ven a mi	25	20	5
	UD5: En equipo es más divertido		10	15
	UD6: Acrosport2.0		20	5
3er Trimestre	UD7: Ultimate	-	10	5
	UD8: Lucha es deporte	10	20	10
	UD9: ¡Yo no soy marinero!	10	10	5
	UD10: Hasta la cima.	5	10	5

Tabla 15: *Relación UDs con instrumentos de evaluación y % final.* Elaboración propia

UDs	Instrumentos de evaluación	% total
UD1: ¡Ponte en forma!	Test condición física: cajón de flexibilidad, test de cooper baremos salto de altura y longitud. Baremos velocidad en función de otros años misma etapa. Rúbrica actitudinal.	12,66
UD2: La salud es lo primero	-video análisis de movimiento. Presentación Power Point. Lista de control rúbrica actitudinal.	13
UD3: Messi no es para tanto	-examen práctico de habilidad. Lista de control. -rúbrica en situación real de juego. Rúbrica actitudinal.	7,67
UD4: Gervasio ven a mi	-Video análisis de tres habilidades gimnásticas elegidas por el alumno y con ponderaciones según dificultad. -rúbrica valoración video Rúbrica actitudinal. -corrección de un trabajo teórico común del trimestre.	11,11
UD5: En equipo es más divertido	-rúbrica valorar el esfuerzo y puesta en práctica del trabajo en equipo. Rúbrica actitudinal. -corrección de un trabajo teórico común del trimestre. -lista de control	11,11
UD6: Acrosport2.0	-rúbrica análisis coreografía. -rúbrica actitudinal -corrección de un trabajo teórico común del trimestre.	11,11
UD7: Ultimate	-Rúbrica actitudinal. -rúbrica para las situaciones reales de juego	5
UD8: Lucha es deporte	-examen práctico diferentes técnicas de lucha. Rúbrica actitudinal. -trabajo teórico grupal sobre la lucha en diferentes culturas.	13,33
UD9: ¡Yo no soy marinero!	-Lista de control con los diferentes tipos de nudos. -rúbrica actitudinal.	8,34
UD10: Hasta la cima	-rúbrica actitudinal -vías diferentes escalada -lista de control: tipos de agarres	6,67

10.5 Recuperación de la materia

En el caso que algún estudiante no supere la materia en la evaluación ordinaria de alguna de las partes, deberá recuperar solamente esa parte, ya sea teórica o práctica. Se harán recuperaciones de todas las unidades didácticas en el trimestre siguiente del suspenso, en caso de ser el tercer trimestre se realizará al final de las clases, en las sesiones previas a la evaluación final.

-Si el alumno en cuestión suspende la parte teórica de la materia: deberá realizar la parte correspondiente de la materia, ya sea la entrega de un trabajo individual o grupal o sean test, actividades del aula virtual.

-Si el alumno en cuestión suspende la parte práctica de la materia: deberá realizar el examen o exámenes prácticos correspondientes.

-Si el alumno en cuestión suspende ambas partes: deberá realizar ambas partes, tanto la entrega de trabajos teóricos o test como la realización de exámen o exámenes prácticos que deba realizar.

En el caso que el alumno pierda el derecho a la evaluación continua: El alumno deberá tener una reunión con el departamento de educación física, en la que se le explicarán que deberá hacer los exámenes prácticos de dicha evaluación en la semana previa a la reunión de evaluación docente englobando todos las pruebas que sus compañeros debieron pasar durante el curso. Además a parte de la práctica el alumno deberá entregar de manera individual todos aquellos trabajos que sus compañeros hayan realizado durante el curso ordinario, así como, actividades propuestas en el aula virtual o algún test realizado.

-Los contenidos a aprobar en este caso en la parte práctica de la asignatura supondrán el 60% de la calificación final.

-Los contenidos a aprobar en este caso en la parte teórica de la asignatura supondrán el 40% de la calificación final.

En el caso que el alumno no pueda realizar ninguna de estas opciones (siempre y cuando esto esté justificado de manera correcta y oficial.) por ejemplo una lesión muy grave que le mantenga impedido de actividad física durante 7 meses es el tercer trimestre, se le permitirá realizar una prueba escrita en la misma fecha en la que deberá entregar todos los trabajos y actividades mandadas de la parte teórica en la cual la media de ambas partes supondrá el 100% de la calificación final, valiendo un total de 50% cada una de las partes.

10.6 Evaluación de la programación y de la práctica docente

En cuanto a la práctica docente, el profesor será evaluado desde muchos puntos de vista diferentes ya que consideramos que la actuación docente es uno de los puntos clave en el proceso de enseñanza aprendizaje.

- Autoevaluación: Por parte del propio docente habrá diferentes autoevaluaciones, en primer lugar se hará una autoevaluación por sesiones poniendo puntos clave que han ido funcionando durante las mismas como puntos débiles a mejorar en todos los aspectos posibles pero sobre todo en cuanto a llevar a la práctica todo lo que hemos querido impartir de manera teórica (diferenciando así el trabajo teórico

con el trabajo de campo en su puesta en práctica). Además deberá rellenar una test de valoración al final de las unidades didácticas en las que quede en evidencia todo lo que se ha ido realizando por sesión pero de mayor amplitud. Haciendo un apartado de comentarios y sugerencias de cara a las mismas unidades en un futuro.

- Evaluación por parte del alumnado: como venimos defendiendo durante todo el trabajo, queremos que el alumno se sienta implicado y forme parte en la mayor parte posible del proceso enseñanza aprendizaje. Por ello a final de curso se hará un test de satisfacción y valoración para el alumnado del curso del cual se podrán sacar muchos feedbacks reales para mejorar la motivación del alumnado de cara a años futuros. En estas escalas de valoración se tocaran temas como la función real docente, la práctica y metodología del profesor, la interacción con el grupo, la implicación del alumnado en el proceso enseñanza aprendizaje, La unidades didácticas compartidas y sus respectivos contenidos y la evaluación docente. Para finalizar se dejará un apartado en el cual se acepten sugerencias a la hora de mejorar los aspectos negativos de cara a otros años.
- Evaluación compañeros docentes: Se realizará una reunión de departamento en la cual los compañeros docentes deberán tratar de exponer de manera asertiva los aspectos negativos y positivos que tienen cada uno de los docentes en el departamento de educación física y cómo podríamos mejorar estos aspectos negativos. Tanto en el trato con el alumnado como cualquier situación que consideren importante, trato del material, implicación en el departamento, realización de actividades extraescolares... Además se realizará una evaluación de la programación didáctica, poniendo en común los aspectos que se consideren positivos y negativos y cómo revertir estos últimos, con el fin de mejorar el rendimiento académico del alumnado con todos los factores que esto conlleva.

11. ATENCION A LA DIVERSIDAD

Basaremos parte de nuestra teoría en una revista de ciencias sociales llamada primasocial, el artículo nº4 publicado en junio de 2010 denominado: “*ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Y DESARROLLO DE PROCESOS EDUCATIVOS INCLUSIVOS*”. Autores: Natividad Araque Hontangas y José Luis Barrio de la Puente.

El principio de atención a la diversidad es considerado por la obligatoriedad que imponen los estados en los centros educativos de garantizar como derecho una educación para todos, reconociendo la diversidad de sus capacidades, luchando contra las desigualdades y adoptando un modelo educativo abierto y flexible que permita el acceso y la permanencia de todos, sin excepción, así como los resultados académicos aceptables.

Las sociedades de hoy en día están compuestas por individuos con características muy diferentes, ya sean culturales, de nivel económico, educacionales o simplemente con actitudes y aptitudes diferentes. Lo que fuerza a las personas de la sociedad a tratar de

convivir asimilando estas diferencias, se trata de que consigamos hacerlo con el mayor respeto y asertividad posible. Por ello, el reto de nuestra sociedad y la futura, será crear individuos con capacidades desarrolladas de una manera correcta y tratando de alcanzar los niveles más altos y positivos posibles en todos los individuos que la componen. Por tanto, la atención a la diversidad tratará de impartir los conocimientos necesarios para aumentar el rendimiento escolar de todos los individuos tratando de mejorar la sociedad de una manera individualizada y personalizada, dando los estímulos necesarios a cada alumno. Ya sea, por medio de los apoyos educativos que necesite cada alumno como las adaptaciones de intervenciones pedagógicas y educativas que necesiten.

Desde un enfoque institucional, la atención del alumnado, en cuestión a la educación básica (y por tanto obligatoria) debe ser abordada por un planteamiento sistémico teniendo en cuenta diversas características. Desde aquí se observan y plantean diferencias necesarias de atender desde un punto de vista organizativo, curricular, y en general, derivan en la síntesis de:

Características generales:

- Estilos cognitivos.
- Ritmos de aprendizaje.
- Intereses y motivaciones.

b) Diferencia de capacidades:

- Altas capacidades.
- Discapacidades (motoras, psíquicas, sensoriales, de personalidad).

c) Diferencias sociales:

- Desarrollo en entornos sociales desfavorecidos.
- Pertenencia a minorías étnicas o culturales.
- Desconocimiento de la lengua mayoritaria o vehicular del sistema.
- Itinerancia.
- Hospitalización y convalecencia.

Para atender a la diversidad en general, se pueden tomar las medidas ordinarias propuestas por González y Campos (2014), haciendo presente las adaptaciones curriculares no significativas pertinentes durante toda la programación didáctica:

1. Evaluación y diagnóstico para conocer las posibilidades de cada alumno (capacidades cognitivas, motrices y perceptivas), así como para obtener información acerca de sus intereses y motivaciones.
2. Adaptación de la programación, en función de los datos obtenidos en la evaluación inicial, matizando o priorizando algunos aspectos.
3. Conocimiento y respeto del ritmo de ejecución de las tareas del alumno o alumna en concreto.
4. Planificación y desarrollo de actividades de enseñanza y aprendizaje: actividades de refuerzo, profundización, consolidación, etc.
5. Adaptación de espacios y tiempos, recursos didácticos, agrupación de alumnos, elección del nivel de ayuda necesario para cada alumno, en función de sus características y posibilidades.
6. Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos, elección del nivel de ayuda necesario para cada alumno, en función de sus características y posibilidades, roles de observación, anotador, ayudas, feedback dentro de la sesión a través de estilos de enseñanza participativos.
7. Modificación de determinados elementos estructurales del juego: número de jugadores, materiales, espacios, tiempos, complejidad organizativa, etc.
8. Utilización de diferentes canales de comunicación del mensaje docente que permitan transmitir la información de manera eficiente a todo el alumnado: demostraciones, ayudas visuales y sonoras, medios visuales auxiliares, descripciones, explicaciones, ayudas manuales y automáticas.
9. Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de feedback, de forma que el alumnado tenga información de sus ejecuciones y progresos. Refuerzo permanente de los logros obtenidos por el alumnado.
10. Creación de un clima afectivo, donde los alumnos o alumnas no teman expresar sus dificultades o limitaciones.

11. Trabajo coordinado con el profesor tutor y el resto de los profesores que intervienen en el grupo, incluido el profesorado que atiende a los alumnos con necesidades educativas de apoyo específico.

Según González y Campos (2014), el concepto de atención a la diversidad está relacionado con los medios para que todos los alumnos alcancen su máximo desarrollo personal, intelectual, social y emocional. Y para ello se van a llevar a cabo una serie de estrategias educativas que van a permitir adaptar o modificar algunos elementos educativos para facilitar ese proceso de enseñanza y aprendizaje para el alumno que lo necesite, estas reciben el nombre de adaptaciones curriculares, y puede ser de dos tipos:

-No significativas: es la modificación de los elementos didácticos de la programación para responder a las diferencias individuales del alumnado, pero no implica ninguna modificación de los elementos prescriptivos o básicos del currículo.

-Significativas: son las modificaciones que se dan, pero con previa evaluación psicopedagógica y en coordinación con el departamento de orientación, que afecta a los elementos prescriptivos del currículo por modificar o eliminar objetivos generales de la etapa y del área, contenidos y criterios de evaluación.

11.1 Adaptaciones curriculares no significativas

Además de tener en cuenta alumnos con necesidades diferentes en cuanto a los ritmos de actuación o ejecución, de manera general deberemos tener presente estas adaptaciones que pueden surgir a lo largo del curso escolar:

-Alumnado en clase sin ropa deportiva adecuada: Aquellos alumnos y alumnas que no traigan ni dispongan de la ropa adecuada para la práctica de la asignatura.

- **Adaptación:** Deberá apuntar en una hoja todos los ejercicios realizados en clase, con modificaciones que él llevaría a cabo, y la actitud de sus compañeros. Al finalizar la clase le dará la hoja al docente.

Además, en caso de que se esté realizando un contenido que implique aspectos técnicos, el alumno deberá ser capaz de corregir la técnica de los ejecutantes, observando los errores y ayudando a corregirlos. Esto será posible en las clases más avanzadas de la UD, una vez explicados todos los aspectos técnicos del contenido.

-Alumnado lesionado que impida la práctica en una sesión o actividad concreta: Aquellos estudiantes que, en días puntuales, no puedan realizar la sesión con normalidad por lesión leve, enfermedad leve u otras razones justificadas.

- **Adaptación:** El alumnado lesionado deberá aportar al docente el justificante médico.
 1. Lesión leve o indisposición: El alumnado podrá participar en las sesiones de las clases aunque no sea de forma muy activa: colocación del material, árbitro. Para compensar su participación, deberá rellenar una hoja apuntando todos los ejercicios de la sesión y el comportamiento de sus compañeros.
 2. Lesión grave: El alumnado que no pueda participar de forma activa en las clases realizará las siguientes tareas. En cada una de las sesiones deberá rellenar un documento en el que aparezcan todos los ejercicios de la sesión y el comportamiento de sus compañeros. Por otro lado, durante la sesión, dará feedback a sus compañeros sobre las actividades realizadas, siempre aportando nociones de cómo pueden mejorar los errores cometidos. Para terminar, cada 3 semanas, realizarán una tarea que el docente les adjunte en el aula virtual que tenga que ver con la unidad didáctica que están trabajando.

-Alumnado ausente por enfermedad o lesión que impide la participación durante un tiempo determinado: Aquellos estudiantes que debido a enfermedad o lesión graves u otras razones justificadas no puedan acudir a la práctica de la asignatura.

- **Adaptación:** El docente les proporcionará los apuntes de la unidad didáctica que están trabajando mediante el aula virtual. De esta manera, el alumnado podrá recibir todos los conocimientos trabajados en clase. Además se le adjuntará información teórica sobre ese deporte para poder realizar un pequeño examen o trabajo para ser evaluado. El examen solamente lo realizará el alumnado que se haya ausentado más de 4 clases. El trabajo solo el alumnado que se haya ausentado menos de 4 sesiones.

12. ELEMENTOS TRANSVERSALES

La educación actual necesita de una formación completa, (Fernando Calahorro Cañada, Elisabeth Carpio Parras 2011) desde un punto de vista interdisciplinar, desarrollando aspectos cognitivos, de personalidad y de conducta del alumno, así como

la adaptabilidad al medio físico y social de los mismos. Los diferentes sistemas educativos toman un papel de vital importancia para la formación de nuestros jóvenes para su posterior vida en la sociedad, además de su formación personal y profesional en un futuro.

La educación, de manera histórica, ha ido sufriendo cambios y evolucionando haciendo mejorar la sociedad de manera notable, de manera grupal como individual. Por ello, consideramos que tiene que seguir evolucionando y que, trabajando elementos transversales, es uno de los caminos que debemos adoptar para conseguir una enseñanza plena y relacionada, tanto con las asignaturas, como con las competencias, como con las metodologías a seguir, estilos de enseñanza...etc. en múltiples ocasiones, por trabajar de esta manera, seguro que conseguimos despertar cierto interés en varios alumnos haciéndoles ver la relación entre todos los contenidos educativos. Esto va a conseguir que aumente la motivación del alumnado y por tanto su rendimiento académico, situación que llevamos buscando durante el presente estudio.

Los contenidos o elementos transversales van a ser considerados esenciales y de gran importancia para garantizar un asentamiento adecuado de hábitos y actitudes por parte del alumnado. Según Yus (1996), los contenidos transversales suponen una oportunidad de globalizar la enseñanza y de realizar una verdadera programación interdisciplinar. Los contenidos transversales hacen referencia a determinadas enseñanzas que están presentes en todas las áreas del currículo de las diferentes etapas educativas. Éstos son temas comunes a todas las materias, dirigidos hacia la formación plena y multidisciplinar del alumno. Siguiendo con el estudio, el trabajar de manera transversal, Muñoz (1997), representa trabajar determinados problemas sociales que son totalmente necesarios trabajar y de la mano de la transversalidad será ya no más sencillo trabajarlos si no que será más eficaz, tanto la su enseñanza, como su aprendizaje.

Estudios más recientes Orsini (2005) indican que la sociedad sufre una crisis de valores. Esto nos ha llevado a incluir en las reformas educativas temas trasversales como la tolerancia, igualdad de género, derechos del ciudadano, sexualidad, cuidar el medio ambiente... Son cosas tan necesarias y tan básicas que anteriormente no se le daba esta responsabilidad a los centros educativos, sino que se suponía que este tipo de educación en valores tenía que ser enseñado en casa. Fuera quien fuere el educador, esto no se iba a enseñar en la escuela y por carácter tan necesario y viendo que estos conocimientos se continuaban sin impartir ha habido que hacer reformas e impartir este

tipo de conocimiento en valores en los centros educativos de manera transversal y obligatoria. No le quito importancia por ello, ya que consideramos que son contenidos incluso más importantes que los habituales para generar una sociedad mejorada ya que se podrían considerar la base de valores para poder vivir en sociedad completando la formación de los estudiantes de manera cívica y moral.

13. INTERDISCIPLINARIEDAD

Según autores, Rolando García (1994) o Edgar Morin (2010), afirman que uno de los riesgos por los cuales se debería llevar a cabo esta interdisciplinariedad es la hiperespecialización que se está sufriendo a día de hoy en numerosos ámbitos educativos. Nosotros no concebimos la especialización como un punto de partida adecuado. En definitiva cuando somos individuos formados y educados consideramos correcto la especialización personalizada dependiendo de cada individuo, gustos y capacidades, pero desde el inicio deberíamos ser capaces de globalizar la enseñanza para formar a las personas desde un punto en el que ellos mismos decidan como y hacia donde marcar esa especialización futura.

Desde este trabajo consideramos y apoyamos que deberíamos insistir sobre la sorprendente variedad de las circunstancias que hacen progresar las ciencias rompiendo el aislamiento de las disciplinas, sea por la circulación de los conceptos o de los esquemas cognitivos, sea por las usurpaciones y las interferencias, sea por la complejidad de disciplinas en campos con varias competencias, sea por la emergencia de nuevos esquemas cognitivos y de nuevas hipótesis explicativas, sea, en fin, por la constitución de concepciones organizativas que permiten articular los dominios disciplinarios en un sistema teórico común.

Un argumento que va en la misma dirección consiste en mostrar que las distintas disciplinas (o ramas de la ciencia) se han ido definiendo históricamente y han establecido fronteras arbitrarias, dejando de lado problemas que cubren dominios de dos o más disciplinas sin pertenecer íntegramente a ninguna de ellas. Esto ha conducido a establecer “puentes” entre las diversas disciplinas. En ellos no se hace más que seguir una tendencia de larga data que surgió del interior mismo de las ciencias: la fisicoquímica, la bioquímica, la biofísica, o la psicolingüística no han conocido otro origen.

Si este tipo de trabajo se practica en numerosas ciencias y a niveles muy altos de rendimiento o estudio nos lleva a plantearnos el por qué no se va a mantener este tipo de aprendizajes comunes desde los centros educativos, ya que, con esto vamos a conseguir los mismos beneficios pero llegando a más gente, ya que este tipo de enseñanzas si las impartidos en todas las etapas educativas conseguiremos individuos que han recibido muchos más estímulos y de manera conectada que generarán beneficios para la sociedad el día de mañana.

En el presente trabajo no se ha realizado un proyecto interdisciplinar como tal pero os dejo en las siguientes líneas unos ejemplos de cómo podríamos trabajar los contenidos de diferentes asignaturas de manera interdisciplinar:

-Actividades artístico expresivas: acrosport. - Calidades de movimiento y expresividad. (Educación física)

-El ritmo: pulso, compás, fórmulas rítmicas y tempo. (Música)

-Procedimientos compositivos: repetición, imitación, variación, desarrollo, improvisación... (Música)

-Identificación de elementos morfológicos básicos y habituales en el uso de la lengua: artículo, sustantivo, verbo, adjetivo, adverbio, preposición, etc. (Inglés)

-Identificación y uso de expresiones comunes, de frases hechas sencillas y de léxico relativo a contextos concretos y cotidianos y a contenidos de otras materias del currículo. (Inglés)

- La fecha. Los días de la semana. Las estaciones y los meses del año. El clima. Países y nacionalidades. El aula. Las partes del cuerpo. El entorno familiar y escolar. Los edificios/lugares de un pueblo/ciudad. Los colores. (Inglés).

En el caso de estos contenidos podríamos realizar sesiones conjuntas con música y con ingles en la cual el alumnado debiera escoger una canción que esté en el idioma extranjero inglés, que traduzcan lo que ellos puedan, no todo, analizando bien los tiempos verbales y su traducción a l español. Que en la misma canción sepan marcar el pulso y ritmo de la canción, y que puedan realizar una coreografía “pequeña o corta” de por ejemplo 4 compases y que luego pudieran enlazarla con otros grupos. Mejorando su calidad de improvisación y toma de decisiones, así como la mejora de la amplitud y calidad de

movimiento. Sería una interdisciplinariedad en este caso de 3 departamentos. Educación física, música e inglés.

-El Color: colores primarios, secundarios sus mezclas, gamas de colores cálidos y fríos (Educación plástica y visual).

-Útiles para el dibujo técnico: empleo de la escuadra y cartabón, representación de ángulos con el juego de escuadras. (Educación plástica y visual).

-Aplicaciones y servicios para internet y nuevas tendencias en la red. (Tecnología, programación y robótica).

- Descripción de los movimientos y capacidades motrices implicadas. (Educación física).

- Formas de evaluar el nivel técnico en las habilidades específicas de las actividades gimnásticas y acrobáticas. (Educación física).

Estos contenidos se podrían trabajar de manera conjunta. Por ejemplo realizar una actividad en la cual se tengan que analizar los movimientos. Por ejemplo: que tengan que analizar movimientos de ejercicios de fuerza, realizando varios ejemplos de una ejecución correcta y una que no lo sea, utilizando colores cálidos para la postura errónea y fríos para la postura correcta. Realizar el análisis de movimiento con aplicaciones de internet, en las cuales te permitan de manera sencilla analizar los ángulos de los diferentes segmentos corporales y cuales serían más correctos que otros. (cadera, rodilla, hombros...) en el vídeo deberán parar la imagen con ciertos momentos describiendo el movimiento que se está realizando y como se haría de manera correcta, en el caso de haber realizado análisis de movimientos de fuerza y por ejemplo elegir una acción gimnástica o acrobática para el análisis. En este ejemplo tendrían que trabajar de manera interdisciplinar los departamentos de Educación plástica y visual, Educación física y Tecnología, programación y robótica.

14. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

La intención desde la educación física en el centro educativo es conseguir una educación plural, donde los aprendizajes se desarrollen en un marco lo más amplio posible, es decir, buscar la vida activa y la actividad física fuera de las sesiones de educación física. El empleo del tiempo libre, la interrelación entre los miembros de la comunidad educativa y la formación integral del alumnado, son la base del trabajo de estas actividades

extraescolares. Por ello se realizarán diferentes actividades y con diferentes objetivos en los diferentes cursos, ya que los más mayores con mayor responsabilidad también deberán participar en la gestión de las mismas actividades. Como hemos de centrarnos en las actividades realizadas por los alumnos de 2º ESO, proponemos también diferentes tipos de actividades con diferentes funciones educativas. Según autores encontramos diferentes tipos de actividades: actividades de motivación, iniciación, de desarrollo, de consolidación, síntesis o resumen, de refuerzo, de ampliación o de profundización. La descripción de las actividades se podrán observar en el anexo VI

-Milla de la Isabela: se tratará de recorrer una milla en el menor tiempo posible, midiendo al alumnado por categorías (cursos). Haremos toma de tiempos motivando así al alumnado y premiando a los ganadores de cada categoría con algo de nota en la UD correspondiente al curso.

-Torneo de UD: En cada curso se realizara un torneo del deporte correspondiente en nuestro caso, lo haremos de fútbol mixto. Lo harán en cada curso de un deporte diferente dirigido por el departamento de educación física y gestionado por los alumnos/as de 1ºBACH. Es una manera correcta de generar motivación en el alumnado y fomentar el deporte y la deportividad. Los equipos ganadores recibirán premios mínimos en cuanto a la calificación de la UD.

-Semana Cultural: dependiendo de condiciones tendrá efecto en situaciones variables, realizada por norma general en el pabellón E o histórico con varias partes. Se mostrará algo de historia del centro, se presentara proyectos educativos del alumnado y sus diferentes modalidades, artes, ciencia, sociales... También habrá una parte de talentos realizada en el salón de actos en el cual los alumnos podrán presentar sus aficiones externas y de diferentes índoles haciendo grupos escolares que participen en diferentes modalidades, baile, tocar instrumentos, cantar, algún deporte fuera de lo común, o cualquier habilidad que quiera mostrar un alumno con aprobación de algún departamento en concreto.

-Taller de mecánica. Es un taller en el que podrán participar cualquier alumno del centro, en el cuál, con ayuda de una empresa externa, se trataran los problemas de mecánica que se pueden tener más comunes en las bicicletas, complementando ciertas unidades didácticas y como enseñanza transversal también nos parece un punto muy positivo y educativo en el que tenemos que intentar fomentar este tipo de enseñanzas al alumnado.

15. CONCLUSIONES

En la presente programación didáctica, realizada para el instituto IES Isabel La Católica tiene como objetivo crear o aumentar cierta adherencia al deporte tanto dentro del centro como fuera. Con esto pretendemos también que la sociedad futura tenga más recursos y motivaciones para mantener un estilo de vida saludable tanto en sus dietas como en mantener un estilo de vida activo.

Hemos pretendido alcanzar los objetivos mediante unos procesos de enseñanza aprendizaje que estén centrados en el alumno, es decir, trataremos de hacer protagonistas a los adolescentes en el proceso para que aumenten su implicación en las sesiones, tanto dentro como fuera. Con esto buscamos mejorar la cohesión del grupo y las capacidades de trabajo para que al sentirse implicados sean capaces de aumentar su motivación de cara al centro educativo y con esto aumentar su rendimiento académico.

Hemos buscado mantener ciertas metodologías y estilos de enseñanza en los cuales se busca un aprendizaje más autónomo del alumnado para que generen recursos para sus vidas futuras, es decir, se tratara de ponerles problemas y que ellos mismos aprendan a guiarse para encontrar la solución, ya sea de manera individual o grupal, situaciones que favorecerán a ser personas de pleno desarrollo y solventes a la hora de encarar cualquier problema que se les presente en un futuro.

También podemos concluir la importancia que tiene el ser un docente flexible y adaptable en cuanto a la puesta en práctica de las sesiones ya que tendremos que saber leer entrelíneas, sin dar demasiada importancia a no cumplir todos aquellos ejercicios o actividades que tenemos programadas. Se considera que es mucho más importante dar un aprendizaje real y útil por mínimo que parezca a dar todos los contenidos y todo lo programado de golpe sin dar importancia a las sensaciones de los alumnos. Muchas veces programamos de más y se genera cierta frustración en los docentes al no cumplir todos los objetivos planeados.

Todos los profesionales del deporte tenemos una función esencial en el desarrollo de las personas. Mucho más en concreto los docentes de E.F. y lo que tenemos que conseguir es desarrollar en un ámbito lo más amplio posible todas las actitudes y aptitudes de nuestro alumnado, generando personas plenas para la sociedad futura.

16. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, J. (2010). Características del desarrollo psicológico de los adolescentes. *Innovación y experiencias educativas*, 28, 1-11.
- Andrade, A., dos Santos Goes, Q., & Coimbra, D. R. (2021). Factors Associated with Self-Determined Motivation in Young Basketball Athletes: A Systematic Review. *Revista de Psicología del Deporte (Journal of Sport Psychology)*, 30(1), 1-17. (DICE)
- David W. Johnson Roger T. Johnson Edythe J. Holubec. (1999). El aprendizaje cooperativo en el aula. *Editorial Paidós*.
- Díaz Lucea, J. (1995). El currículum de la Educación Física en la Reforma Educativa. Barcelona: *INDE publicaciones*.
- Dorrego, E. (2016). Educación a distancia y evaluación del aprendizaje. *Revista de Educación a Distancia (RED)*, (50).
- EducaMadrid. [Revista Digital | EducaMadrid](#)
- García, R. (1994). Interdisciplinariedad y sistemas complejos. *Ciencias sociales y formación ambiental*, 85-124.
- Gonzalez, M., y Campos, A., 2014. Intervención docente en la educación física en secundaria y en el deporte escolar. *Editorial Síntesis*.
- Hom, H. L., & Maxwell, F. R. (1983). The impact of task difficulty expectations on intrinsic motivation. *Motivation and Emotion*, 7(1), 19-24. (MIAR)
- Hontangas, N. A., & de la Puente, J. L. B. (2010). Atención a la diversidad y desarrollo de procesos educativos inclusivos. *Prisma social*, (4), 1-37.
- Leo, F. M., López-Gajardo, M. A., Gómez-Holgado, J. M., Ponce-Bordón, J. C., & Pulido, J. J. (2020). Metodologías de enseñanza-aprendizaje y su relación con la motivación e implicación del alumnado en las clases de Educación Física (Teaching-learning methodologies and its relation with students' motivation and engagement in Physical Education lessons). *Cultura, Ciencia y Deporte*, 15(46), 495-506.

- Llanga, E.F. y López, C.I. (2019). Metodología del docente y el aprendizaje. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*. <https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/02/docente-aprendizaje.html>
- Martínez, B. J. S. A., Gómez-Mármol, A., & Jiménez, M. M. (2016). Estudio de la motivación de logro y orientación motivacional en estudiantes de educación física. *Apunts Educación Física y Deportes*, 32(124), 35-40. (MIAR).
- Ministerio de Educación. [Competencias clave - | Ministerio de Educación y Formación Profesional \(educacionyfp.gob.es\)](http://www.educacionyfp.gob.es)
- Morin, E. (2010). Sobre la interdisciplinariedad. *Publicaciones Icesi*.
- Navarro-Patón, R., Lago-Ballesteros, J., & Arufe-Giráldez, V. (2020). Midiendo la motivación autodeterminada hacia la educación física en la escolaridad obligatoria. *Revista de Psicología del Deporte (Journal of Sport Psychology)*, 29(4), 126-134 (DICE)
- Parras, E. C. (2011). Contenidos transversales e interdisciplinariedad. Una aproximación desde la educación física. *Arte y movimiento*, (4).
- Salas, Sofía P. (2008). La importancia del "Feedback": Una vivencia docente. *Revista médica de Chile*, 136(1), 133-134. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872008000100018>
- Van der Kooij, K., & Hennink, T. (2021). Motivation as a function of success frequency. *Motivation and Emotion*, 1-10. (SJR)
- Vargas, G. (2017). Recursos educativos didácticos en el proceso enseñanza aprendizaje. *Cuadernos Hospital de Clínicas*, 58(1), 68-74. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1652-67762017000100011&lng=es&tlng=es.

17. ANEXOS

Anexo I: UD Acrosport 2.0

Tabla 16: Sesión 1: Introducción al acrosport. Elaboración propia

SESIÓN Nº	Duración de la sesión:	OBJETIVO o INTENCIONES DE LA SESIÓN:	Material :
1	55 min	-Introducir al alumnado en el trabajo de acrosport. -Desarrollar amplia gama de figuras por parejas.	-colchonetas variadas. Tabla de figuras de acrosport por parejas.

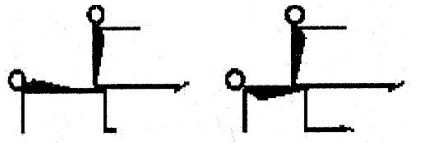
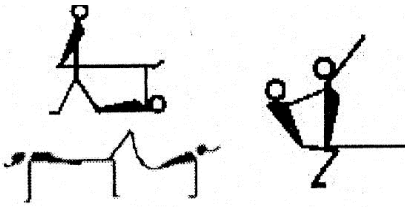
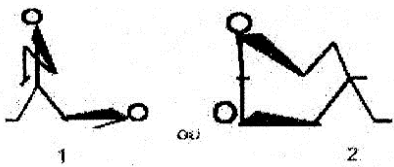
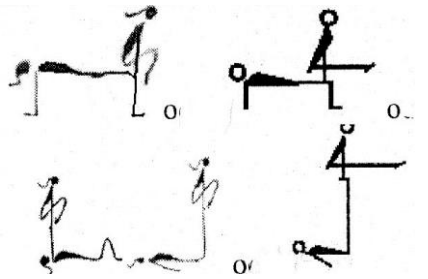
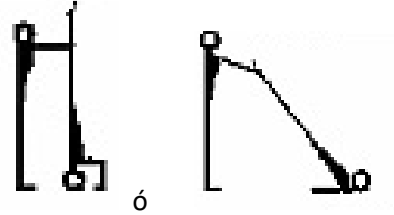
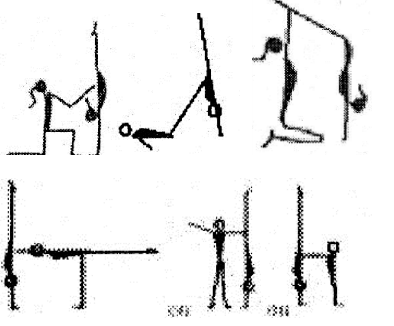
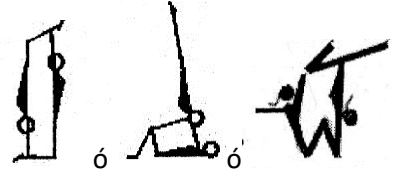
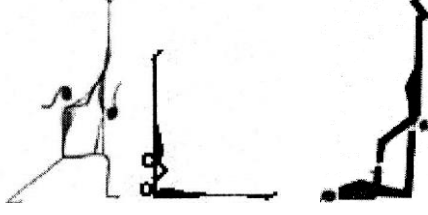

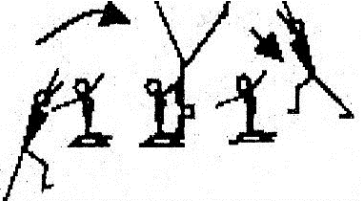
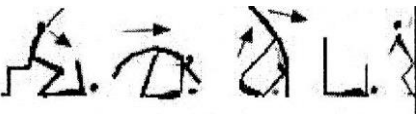

Título de la sesión: Introducción acrosport/RESUMEN DEL DESARROLLO DE LA SESIÓN

TIEMPO	DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	OBJETIVO
10 min	Charla sobre la introducción al acrosport a la manera de trabajar en las siguientes sesiones y que el alumnado comprenda las diferentes progresiones que vamos a realizar y las medidas de seguridad básicas que tendremos que seguir en la siguiente UD.	-Introducir el acrosport. -Prevenir accidentes
5 min	Calentamiento: Realizaremos un calentamiento en modo de mando directo en el cual seguirán los movimientos del profesor para ofrecerles recursos de cómo se debería realizar un calentamiento para las sesiones de acrosport: movilidad articular de articulaciones que más sufren o que más intervienen y aumentando las pulsaciones para prepararse para la parte principal de la sesión.	-Poner el cuerpo a punto para la parte principal de la sesión.

20 min	Parte principal: deberán escoger figuras mostradas en la siguiente tabla de trabajo de equilibrios por parejas y deberán practicarlas, mejorando su propiocepción y el trabajo por parejas demostrando ciertas habilidades y que saben realizarlas de manera correcta y segura. Ellos mismos deberán hacer sus propias progresiones para ir aprendiendo figuras a realizar. Una vez tengan capacidades listas para practicar varias de las figuras propuestas, podrán realizar algunas improvisadas y que les interesen para la formación de la posterior coreografía.	-Desarrollar capacidades de equilibrio por parejas tanto estático como dinámico. -Mejorar habilidades motrices para la realización final de la coreografía
5 min	Tendrán 5 minutos para realizar el mayor número de figuras posibles en 10 minutos demostrando diferentes maneras de trabajar, aquí podrán utilizar tanto las figuras propuestas por el docente como aquellas que ellos quieran improvisar y mejorar.	-Mejorar la toma de decisiones. -Mejorar la capacidad de trabajar bajo presión.
10 min	Deberán realizar los grupos de trabajo (5-6 personas) que en los cuales se trabajaran los próximos días y en la posterior coreografía, ponerse un nombre de grupo y un portavoz. A modo de debate, explicaran las figuras que han propuesto y han sido capaces de realizar, igual que irán eligiendo en función del dominio de la misma, así como irán eligiendo figuras que irán metiendo posteriormente en la coreografía final.	-Mejorar habilidades de comunicación, compartiendo con un grupo de iguales las técnicas y habilidades aprendidas. -Mejorar la actitud crítica y la toma de decisiones.
5 min	Vuelta a la calma: haremos un círculo sentados y comentaremos las situaciones que hemos vivido en la primera toma de contacto, impartiendo feedback entre el alumnado y por parte del docente a los mismos para mejorar el trabajo en las siguientes sesiones.	-Recuperar los niveles de reposo. -Impartir feedback general del que todo alumno pueda aprender algo para las sesiones posteriores.

Tabla 17: Material didáctico aportado por un ex-docente de la Comunidad de Madrid

Dificultad	★	★ ★	★ ★ ★	★ ★ ★ ★
Dúo variado				
Dúo variado				

<p>Angulo recto</p>				
<p>Apoyo invertido</p>				
<p>Dúo Dinámico</p>				

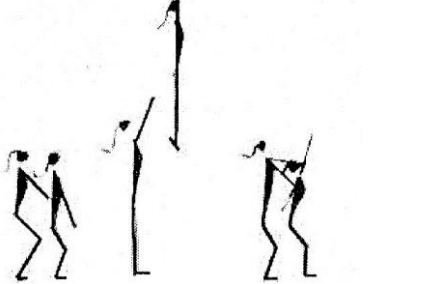
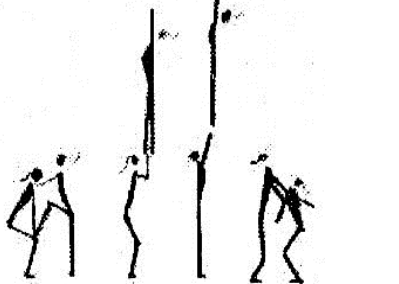
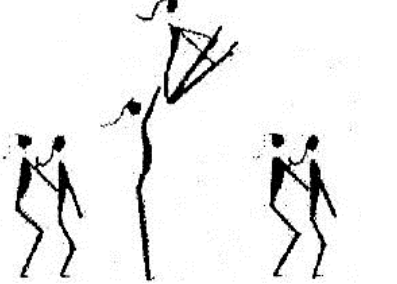
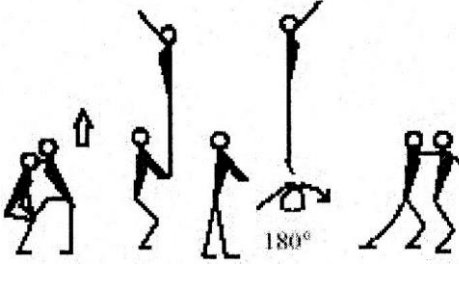

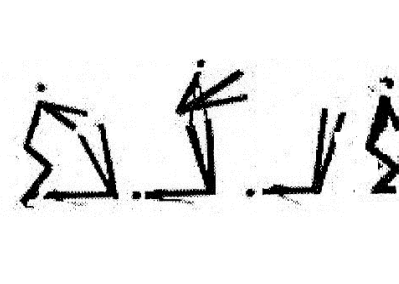
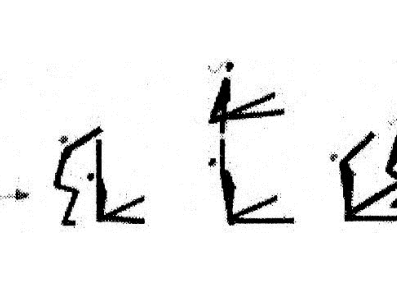
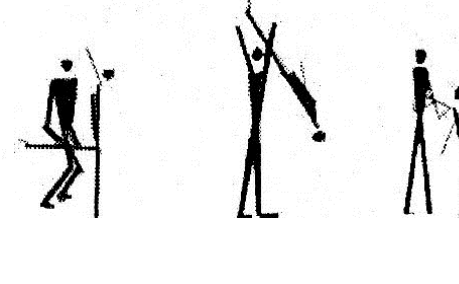
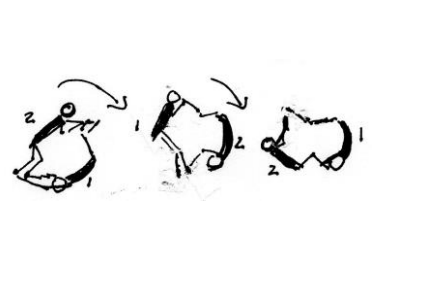
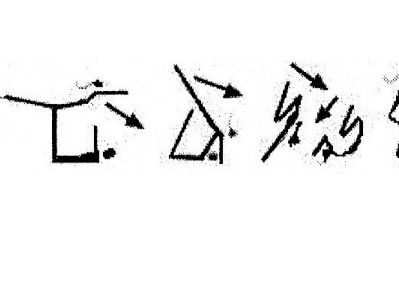
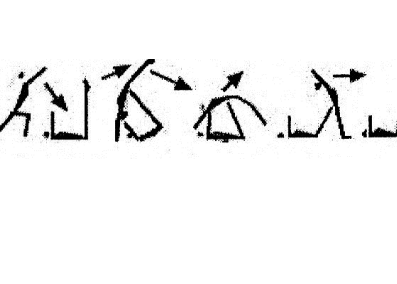
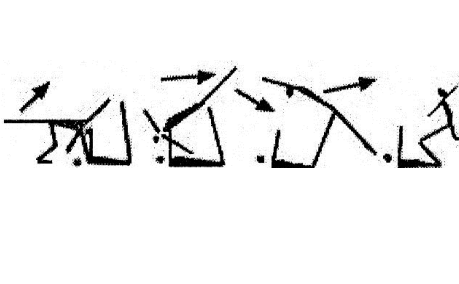
Dúo Dinámico				
Dúo Dinámico				
Dúo Dinámico				

Tabla 18: Sesión 2: *Por parejas es más fácil*. Elaboración propia

SESIÓN N°	Duración de la sesión:	OBJETIVO o INTENCIONES DE LA SESIÓN:	Material :
2	55 min	-observar la capacidad de trabajo del alumnado en acrosport por parejas. -Mejorar las transiciones de la coreografía.	Colchonetas variadas tabla de figuras y rúbrica por parejas

Título de la sesión: Por parejas es más fácil/RESUMEN DEL DESARROLLO DE LA SESION

TIEMPO	DESCRIPCION DE LA TAREA	OBJETIVO
10 min	Calentamiento: cada grupo de alumnos, deberá planificar un calentamiento, que serán 5 min de movilidad articular como la realizada por el docente en la primera sesión para poner a punto las articulaciones más influyentes en acrosport y 5 min de un juego que ellos decidan para aumentar la frecuencia cardíaca y poner en alerta el cuerpo para la parte principal de la sesión.	-Exponer y plantear un calentamiento válido grupal para la puesta en práctica de la parte principal de una sesión de acrosport. -Calentar y poner el cuerpo a punto del trabajo que viene a continuación
7 min	Parte principal: juegos específicos. Comenzando por moverse todos los alumnos por el pabellón, se irán dando indicaciones. Tendrán que desplazarse de maneras diferentes: dando saltos, reptando por el suelo, haciendo sentadillas y zancadas. Haciendo grupos de diferente número, representando animales diferentes, haciendo volteretas a la palmada, caídas... tendrán que tocar zonas diferentes del gimnasio a la mayor brevedad posible	-Mostrar diferentes tipos de desplazamiento y agrupaciones y mejorar su ocupación en el espacio y los desplazamientos en el mismo.

8 min	Por parejas haremos simulaciones de carreras y poniendo en práctica haciendo equilibrios en conjunto: a caballito, a la carretilla, con tres apoyos, con dos, a la pata coja dados de la mano, a hombros, dando volteretas sin soltarse y se pedirán algunas de las figuras practicadas la sesión anterior.	-aumentar capacidades de trabajo por parejas y equilibrios. -Mejorar el trabajo entre compañeros
25 min	Se les dará una tabla de figuras que exponemos a continuación de la sesión, las cuales están puestas por dificultades diferentes y deberán mantener dicha postura entre 3 y 5 segundos para darla como válida. Al lado de cada figura tienen tres emoticonos para autoevaluarse de manera subjetiva como creen que les han ido saliendo las diferentes figuras practicadas. Esta ficha se le entregara al docente al final de la sesión.	-Manejar instrumentos de autoevaluación -mejorar la capacidad crítica -Practicar las figuras y equilibrios de manera segura para su posterior realización.
5 min	Vuelta a la calma: pondremos en común cuantas figuras de la rúbrica ha podido realizar de manera correcta cada pareja y pondremos en común aspectos que les han parecido influyentes, así como se dará un feedback general a los alumnos para que puedan llevarse algún aprendizaje que mejorar para las sesiones posteriores.	-Recuperar los niveles de reposo. -Impartir feedback general del que todo alumno pueda aprender algo para las sesiones posteriores.

FIGURAS EN PAREJAS













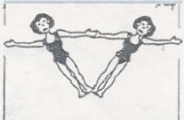

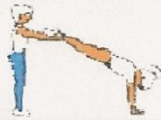

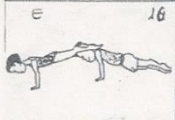





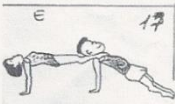



















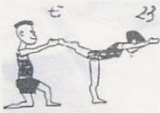



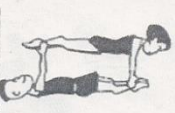





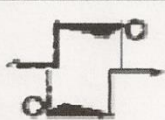





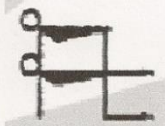

Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
 	 	 
 	 	 
 	 	 
 	 	 
 	 	 
 	 	 
 	 	 
 	 	 
 	 	 
 	 	 

Imagen 3: Material aportado por un ex –docente de la Comunidad de Madrid

Tabla 19: Sesión 3: 3 no son multitud. Elaboración propia


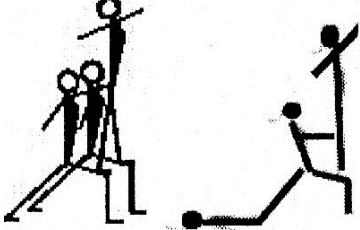
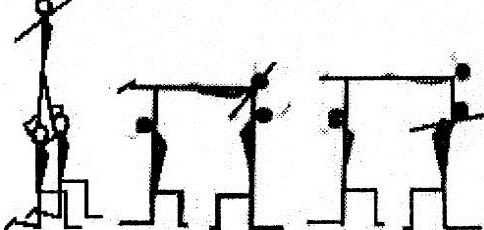
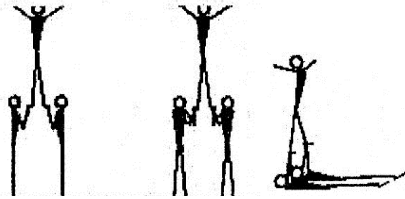

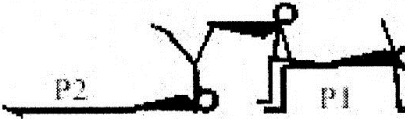
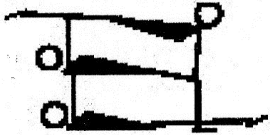
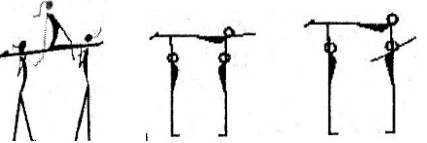

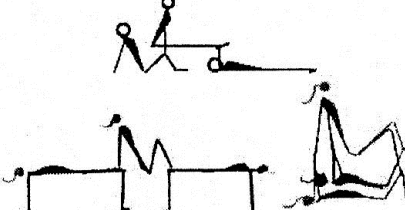
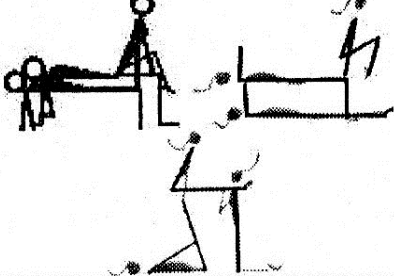
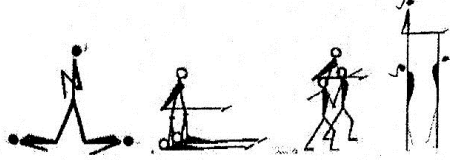
SESIÓN N°	Duración de la sesión:	OBJETIVO o INTENCIONES DE LA SESIÓN:	Material :
3	55 min	<p>Practicar equilibrios y figuras por tríos.</p> <p>Mejorar el trabajo en grupo y la toma de decisiones.</p> <p>Mejorar la propiocepción y el trabajo autónomo.</p>	Colchonetas variadas, equipo de música y una tabla de figuras por tríos

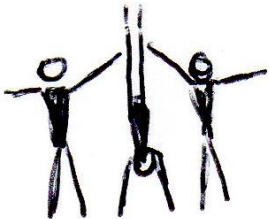
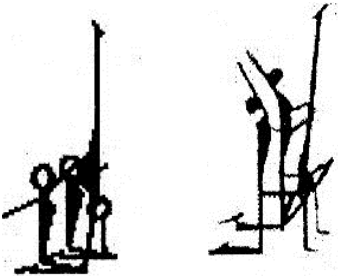
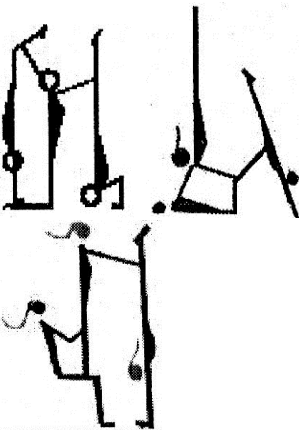
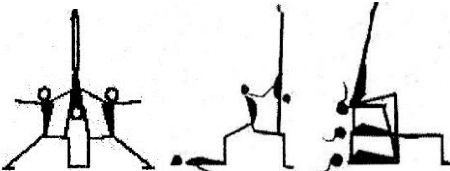

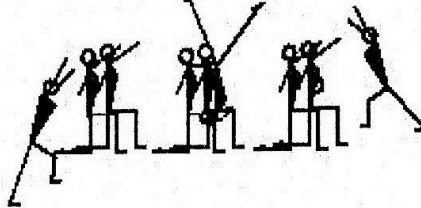
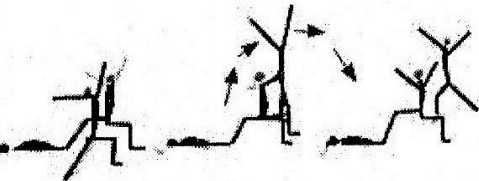
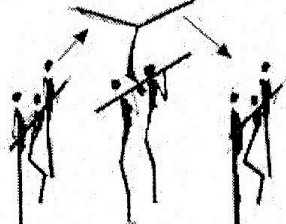

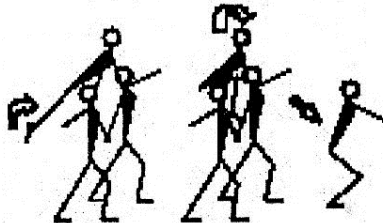
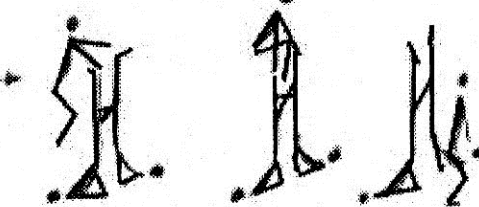
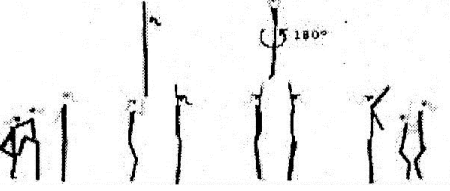
Título de la sesión: 3 no son multitud/RESUMEN DEL DESARROLLO DE LA SESIÓN

TIEMPO	DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	OBJETIVO
10 min	Calentamiento: otro grupo elegirá a las dos personas que realizarán su calentamiento, que serán 5 min de movilidad articular como la realizada por el docente en la primera sesión para poner a punto las articulaciones más influyentes en acrosport y 5 min de un juego que ellos decidan para aumentar la frecuencia cardíaca y poner en alerta el cuerpo para la parte principal de la sesión.	<p>-Exponer y plantear un calentamiento válido grupal para la puesta en práctica de la parte principal de una sesión de acrosport.</p> <p>-Calentar y poner el cuerpo a punto del trabajo que viene a continuación</p>
15 min	Parte principal: se realizarán agrupaciones por tríos y se les dará una ficha de varias figuras que podrán hacer por tríos para practicar los equilibrios y las figuras por tríos para insertarlas en su coreografía final. Habrá tanto equilibrios y figuras estáticas como dinámicas, para que sean capaces de mejorar sus desplazamientos y transiciones mejorando así su coreografía final.	<p>-aumentar el número de posibilidades que tienen en figuras y equilibrios por tríos.</p> <p>-mejorar el trabajo en grupo, así como las funciones de cada individuo dentro del grupo.</p> <p>-Aumentar su equilibrio y propiocepción.</p>

5 min	En 5 minutos deberán realizar el mayor número de figuras por tríos posible aguantando las figuras entre 3 y 5 segundos para su correcta realización. También podrán improvisar mejorando así su repertorio de figuras siempre y cuando se respeten las normas de seguridad.	<ul style="list-style-type: none"> -Mejorar la toma de decisiones. -Mejorar la capacidad de trabajar bajo presión.
20 min	Se agruparan por los grupos realizados en la primera sesión que serán aquellos que presentaran la coreografía final y comenzarán, siempre que sea necesario con ayuda del docente y dando nuestra opinión para mejorar la realización de las figuras o transiciones que necesiten.	<ul style="list-style-type: none"> -Mejorar e trabajo en grupo y la responsabilidad grupal -Mejorar la toma de decisiones y la cohesión de equipo -Aumentar capacidades del trabajo autónomo y desarrollar la polivalencia: funciones diferentes dentro del mismo grupo.
5 min	Vuelta a la calma: nos sentaremos en círculo poniendo nuestras opiniones en común. Es el momento idóneo de impartir feedbacks de las situaciones que vamos viendo durante la sesión para promover un mejor proceso de enseñanza aprendizaje.	<ul style="list-style-type: none"> -Recuperar los niveles de reposo. -Impartir feedback general del que todo alumno pueda aprender algo para las sesiones posteriores.

Tabla 20: Material didáctico aportado por un ex-docente de la Comunidad de Madrid.

dificultad	★	★ ★	★ ★ ★	★ ★ ★ ★
Trío variado				
Trío variado				
Trío ángulo recto				

Trío variado				
Trío Dinámico				
Trío Dinámico				

<p>Trío Dinámico</p>				
<p>Trío Dinámico</p>				

Tabla 21: Sesión 4: Cooperación. Elaboración propia

SESIÓN N°	Duración de la sesión:	OBJETIVO o INTENCIONES DE LA SESIÓN:	Material :
4	55 min	-Trabajar de manera cooperativa. -Mejorar la comunicación.	Combas, conos, ladrillos de plástico, fitball o globos y equipo de música.

Título de la sesión: cooperación/RESUMEN DEL DESARROLLO DE LA SESIÓN

TIEMPO	DESCRIPCION DE LA TAREA	OBJETIVO
10 min	Calentamiento: otro grupo elegirá a las dos personas que realizarán su calentamiento, que serán 5 min de movilidad articular como la realizada por el docente en la primera sesión para poner a punto las articulaciones más influyentes en acrosport y 5 min de un juego que ellos decidan para aumentar la frecuencia cardíaca y poner en alerta el cuerpo para la parte principal de la sesión.	-Exponer y plantear un calentamiento válido grupal para la puesta en práctica de la parte principal de una sesión de acrosport. -Calentar y poner el cuerpo a punto del trabajo que viene a continuación
5 min	-Cola de serpiente: nos colocaremos por los grupos de trabajo. Este juego consiste en que uno liga y tiene que pillar a otro. El que pilla se coloca en frente del resto del equipo y el resto del equipo hace una fila cogiendo con las manos los hombros del sujeto que está delante. El que tiene que ser pillado será el último de la fila y el resto del equipo tendrá que intentar que la persona que pilla no consiga pillar al último de la fila. Todos los participantes deberán pasar por todos los roles.	-Mejorar e trabajo en grupo -mejorar la toma de decisiones -adoptar diferentes roles en un mismo grupo de trabajo
10 min	-representación grupal: En este juego habrá dos fases, primera fase de planteamiento y organización y la siguiente parte de exposición a los compañeros. Con las mismas agrupaciones, consistirá en que cada grupo, deberá representar: una profesión, un grupo de animales, un deporte y unas letras que formen una palabra. En la primera fase se dejara un tiempo para	-Mejorar la comunicación tanto verbal como no verbal -Aumentar la calidad y el repertorio de movimientos

	que se pongan de acuerdo y organicen como hacerlo y en la segunda se dará un tiempo determinado a cada grupo para que ellos mismos representen lo debido mientras el resto del grupo deberá adivinar que están representando.	-Desarrollar diferentes roles en un grupo a la hora de tomar decisiones.
5 min	Círculo diabólico: Con los mismos grupos haremos un círculo todo mirando al centro y todos los integrantes del grupo deberán estar mirando al centro. Lo que debe conseguir el grupo es: sin soltarse las manos en ningún momento deberán terminar mirando todos hacia fuera del círculo. Otro ejercicio será colocados en círculo todos en la misma dirección con las manos apoyadas en los hombros de la persona que está delante, deberán sentarse todos en las rodillas de la persona que está detrás.	-Mejorar el trabajo en grupo. -Mejorar la comunicación dentro del grupo.
5 min	Carreras de apoyos: Harán carreras con diferentes normas, sumando número de apoyos, que unos solo puedan apoyar las manos y otros solo los pies. A la pata coja, que tengan que ir a caballito, que una dos o tres personas no puedan tocar el suelo...	-Mejorar el trabajo bajo presión -Aumentar las capacidades en toma de decisiones.
5 min	Pelota fitball/globos: deberán desplazar de una parte a otra la pelota de fitball o el globo dependiendo de lo que se disponga: no podrán tocarlo con las manos, solo con las piernas, no podrán moverse si están en contacto con el globo o pelota.	-Mejorar la cohesión de grupo -Mejorar el trabajo en grupo
5 min	Ladrillos: se les dará tres ladrillos de plástico por grupo y tendrán que pasar de un lado a otro determinado sin tocar el suelo, solo con los ladrillos de plástico.	-Aumentar las capacidades que influyen en la toma de decisiones. -Mejorar la escucha activa entre iguales. -Mejorar la capacidad de trabajo en grupo.

5 min	Comba grupal: deberán formar una comba juntando 2 o tres combas y deberá realizar el grupo 10 saltos seguidos todos juntos a la comba.	<ul style="list-style-type: none"> -Mejorar habilidades motrices -adaptar nuestras capacidades a los roles que debemos adoptar en cada grupo.
5 min	Vuelta a la calma: Se pondrán todas las situaciones vividas en común por grupos diciendo que juegos han sido los más fáciles o difíciles y por qué y será el momento clave para dar feedbacks grupales y personalizados para que los alumnos vean que había caminos más fáciles que seguir pero la toma de decisiones en trabajos grupales es fundamental.	<ul style="list-style-type: none"> -Recuperar los niveles de reposo. -Impartir feedback general del que todo alumno pueda aprender algo para las sesiones posteriores. -Mejorar la comunicación y la expresión en grupo

Tabla 22: Sesión 5: Trébol de 4 hojas. Elaboración propia



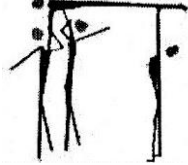
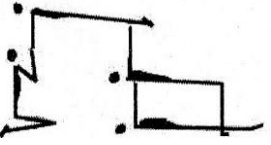


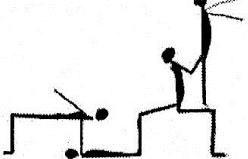
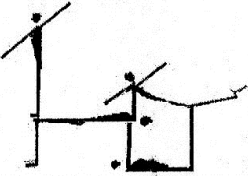
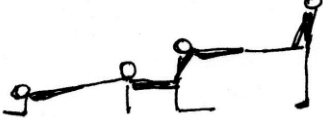

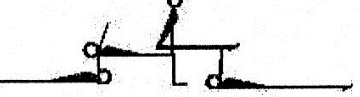
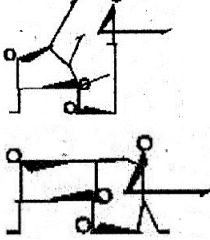


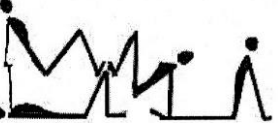

SESIÓN N°	Duración de la sesión:	OBJETIVO o INTENCIONES DE LA SESIÓN:	Material :
5	55 min	-Mejorar la comunicación verbal y no verbal. -Mejorar el trabajo en grupo y la cohesión grupal -Mejorar la toma de decisiones y la puesta en práctica.	Colchonetas variadas, equipo de música y ficha de figuras por cuartetos.



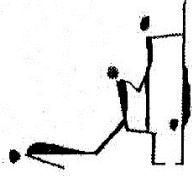
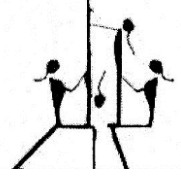
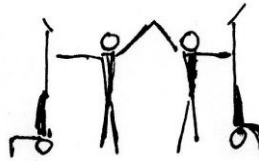
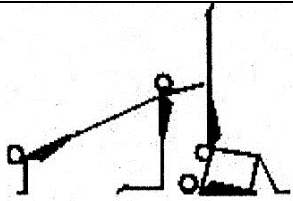
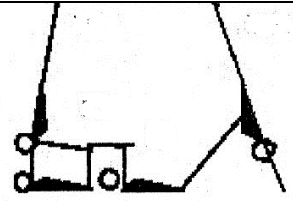
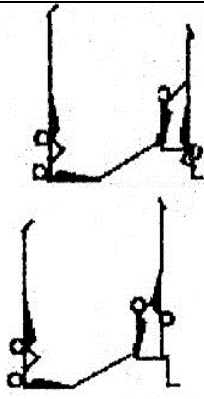



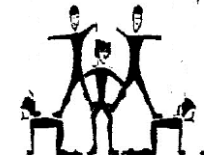




Título de la sesión: Trébol de 4 hojas/RESUMEN DEL DESARROLLO DE LA SESIÓN

TIEMPO	DESCRIPCION DE LA TAREA	OBJETIVO
10 min	Calentamiento: otro grupo elegirá a las dos personas que realizarán su calentamiento, que serán 5 min de movilidad articular como la realizada por el docente en la primera sesión para poner a punto las articulaciones más influyentes en acrosport y 5 min de un juego que ellos decidan para aumentar la frecuencia cardíaca y poner en alerta el cuerpo para la parte principal de la sesión.	-Exponer y plantear un calentamiento válido grupal para la puesta en práctica de la parte principal de una sesión de acrosport. -Calentar y poner el cuerpo a punto del trabajo que viene a continuación
15 min	Parte principal: se realizarán agrupaciones por los grupos que expondrán las coreografías y se les dará una ficha de varias figuras que podrán hacer por cuartetos y quintetos para practicar los equilibrios y las figuras por cuartetos y quintetos para insertarlas en su coreografía final. Habrá figuras y equilibrios para que puedan mejorar las figuras y realizarlas de manera que la mayor parte de los del grupo participen en ellas.	-aumentar el número de posibilidades que tienen en figuras y equilibrios por tríos. -mejorar el trabajo en grupo, así como las funciones de cada individuo dentro del grupo. -Aumentar su equilibrio y propioceción.

10 min	Trataran de elegir figuras realizadas por cuartetos y quintetos entre las que tendrán que insertar transiciones y deberán practicarlas tratando que salgan de la manera más correcta posible e incluyendo transiciones o equilibrios dinámicos para mejorar el relleno del tiempo entre las diferentes figuras seleccionadas	<p>-Mejorar las transiciones a realizar en la coreografía.</p> <p>-aumentar la solvencia a la hora de realizar las figuras pertinentes</p> <p>-Mejorar los equilibrios en grupo y el trabajo en equipo.</p>
15 min	Seguirán agrupados por los grupos realizados en la primera sesión que serán aquellos que presentaran la coreografía final y seguirán montándola con lo que lleven ya planificado siempre que sea necesario con ayuda del docente y dando nuestra opinión para mejorar la realización de las figuras o transiciones que necesiten.	<p>-Mejorar e trabajo en grupo y la responsabilidad grupal</p> <p>-Mejorar la toma de decisiones y la cohesión de equipo</p> <p>-Aumentar capacidades del trabajo autónomo y desarrollar la polivalencia: funciones diferentes dentro del mismo grupo.</p>
5 min	Vuelta a la calma: nos sentaremos en círculo poniendo nuestras opiniones en común. Es el momento idóneo de impartir feedback de las situaciones que vamos viendo durante la sesión para promover un mejor proceso de enseñanza aprendizaje.	<p>-Recuperar los niveles de reposo.</p> <p>-Impartir feedback general del que todo alumno pueda aprender algo para las sesiones posteriores.</p>

Tabla 23: Material didáctico aportado por un ex-docente de la Comunidad de Madrid

dificultad	★	★ ★	★ ★ ★	★ ★ ★ ★
Cuarteto				
Cuarteto				
Angulo Recto				
Angulo Recto				

Apoyo invertido				
Apoyo invertido				
Quinteto variado				
Quinteto variado				


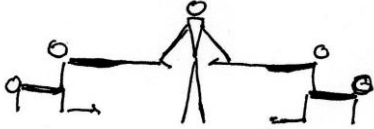













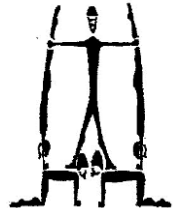
Angulo recto				
Angulo recto				
Apoyo invertido				
Apoyo invertido				

Tabla 24: Sesión 6: 6 patas para un banco. Elaboración propia

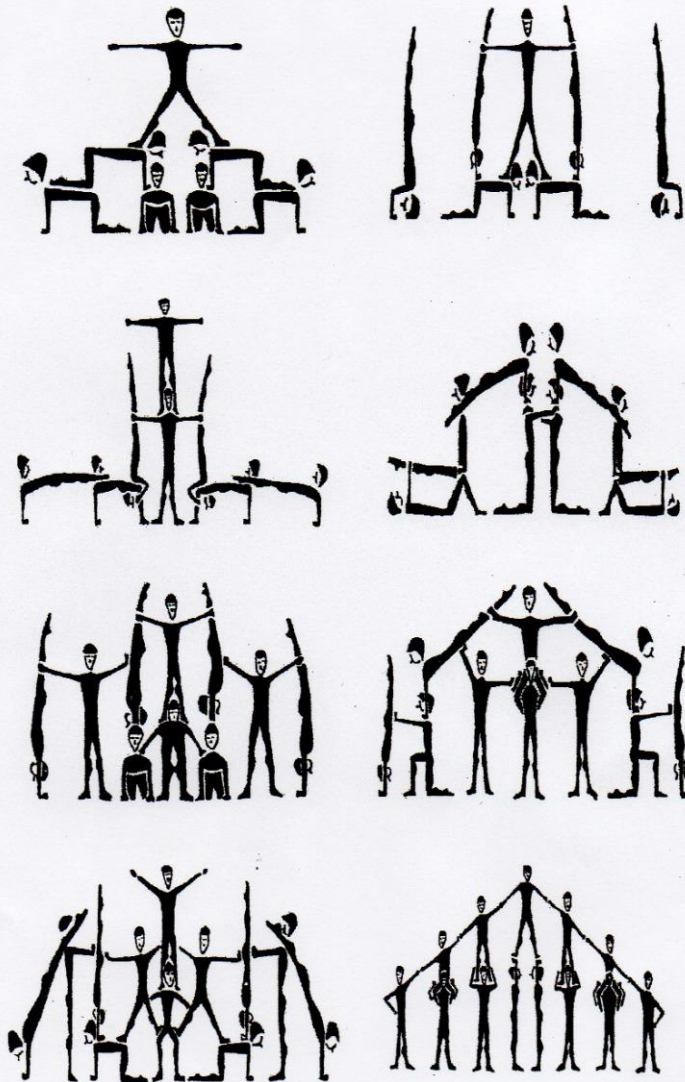
SESIÓN Nº	Duración de la sesión:	OBJETIVO o INTENCIONES DE LA SESIÓN:	Material :
6	55 min	-Mejorar el trabajo y cohesión en grupo. -Aumentar la capacidad de trabajo autónomo. Acabar la coreografía.	Colchonetas variadas equipo de música y ficha de acrosport para más de 6.

Título de la sesión: 6 patas para un banco/RESUMEN DEL DESARROLLO DE LA SESIÓN

TIEMPO	DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	OBJETIVO
10 min	Calentamiento: el último grupo elegirá a las dos personas que realizarán su calentamiento, que serán 5 min de movilidad articular como la realizada por el docente en la primera sesión para poner a punto las articulaciones más influyentes en acrosport y 5 min de un juego que ellos decidan para aumentar la frecuencia cardíaca y poner en alerta el cuerpo para la parte principal de la sesión.	-Exponer y plantear un calentamiento válido grupal para la puesta en práctica de la parte principal de una sesión de acrosport. -Calentar y poner el cuerpo a punto del trabajo que viene a continuación
10 min	Se juntaran por los grupos de trabajo (mínimo 2). Se dará una ficha en la cual aparezcan más de 6 individuos y deberán tratar de realizar el mayor número de figuras posibles. (La ficha se dejará visible a continuación de la sesión) Deberán adaptarlas según el número de integrantes que tengan los grupos creados	-Trabajar en grupos más grandes. -compartir roles. -mejorar la cohesión de grupo
10 min	Nos colocaremos por los grupos de trabajo y se adaptaran las figuras realizadas para hacer figuras en las cuales participen todos los integrantes del grupo, tratando de realizar el mayor número de figuras posibles.	-Trabajar con los grupos de trabajo figuras nuevas. -Adaptar las figuras y mejorar equilibrio grupal.

<p>20 min</p>	<p>Seguirán agrupados por los grupos realizados en la primera sesión que serán aquellos que presentaran la coreografía final y seguirán trabajando en ella. Añadirán las nuevas figuras e improvisaran otras. Siempre que sea necesario con ayuda del docente y dando nuestra opinión para mejorar la realización de las figuras o transiciones que necesiten.</p>	<p>-Repasar y trabajar en la coreografía.</p> <p>Mejorar el trabajo en grupo y la responsabilidad grupal</p> <p>-Mejorar la toma de decisiones y la cohesión de equipo</p> <p>-Aumentar capacidades del trabajo autónomo y desarrollar la polivalencia: funciones diferentes dentro del mismo grupo.</p>
<p>5 min</p>	<p>Vuelta a la calma: Se pondrán todas las situaciones en común, de esta sesión y de cara a la última y se reflexionará sobre ello, así como se aclararán las dudas. Es el momento de impartir feedback de la sesión y probable dejar algún feedback en el que piensen para la última sesión.</p>	<p>--Recuperar los niveles de reposo.</p> <p>-Impartir feedback general del que todo alumno pueda aprender algo para las sesiones posteriores.</p>

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN Nº 15
DE PIRÁMIDES POR GRUPOS DE MÁS DE SEIS



115

Imagen4: Material didáctico aportado por un ex-docente de la Comunidad de Madrid

Tabla 25: Sesión 7: *Demuestra lo que sabes*. Elaboración propia

SESIÓN N°	Duración de la sesión:	OBJETIVO o INTENCIONES DE LA SESIÓN:	Material :
7	55 min	-Evaluar al alumnado de manera segura.	-Colchonetas variadas y equipo de música -Rúbricas para evaluar al alumnado.

Título de la sesión: Demuestra lo que sabes/RESUMEN DEL DESARROLLO DE LA SESIÓN

TIEMPO	DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	OBJETIVO
10 min	Calentamiento: Dejaremos este calentamiento por si alguno de los grupos de la clase no ha podido exponer en los días anteriores y que así tengan su oportunidad como el resto. Siempre y cuando su día de no exponer haya sido comunicado o sea por alguna causa justificada. En el caso de no ser así, el calentamiento lo realizará el propio docente.	-Exponer y plantear un calentamiento válido grupal para la puesta en práctica de la parte principal de una sesión de acrosport. -Calentar y poner el cuerpo a punto del trabajo que viene a continuación
5min	Se hará una charla de cómo va a ser el proceso a seguir durante esta sesión en el cual estarán todos los grupos practicando sus coreografías y poniendo sus músicas a modo de último ensayo y voluntariamente podrán ir a presentarlo al examen. De no ser así el docente ira llamando por grupos para presentar la coreografía.	-Aclarar conceptos para tener tiempo más eficaz -Prevenir errores en la práctica de examen.
35 min	Parte principal: tiempo de práctica de la coreografía y tiempo de exposición y presentación de la misma como se ha comentado anteriormente.	-evaluar al alumnado -concretar los últimos cambios de las coreografías finales.

5 min	Vuelta a la calma: en este momento se darán feedback sobre las propias coreografías y se recordará los plazos de entrega tanto de un video que deberán entregar de la propia coreografía en la que no hará falta que sea todo grabado en los gimnasios si no que podrán realizarlo fuera en diferentes sitios en los que contara también la innovación y la implicación del alumnado y se recordará la fecha de entrega del trabajo teórico que deberán realizar en conjunto con las dos Unidades didácticas anteriores.	-Acabar con feedback de la unidad didáctica en general -Recordar fechas de entrega de las demás partes de la UD
--------------	--	--

Tabla 25: *Relación UD's y estilos de enseñanza.* Elaboración propia

Sesión	Estilos de enseñanza
1: Introducción al acrosport	-Asignación de tareas
2: Por parejas es más fácil	-Asignación de tareas -Resolución de problemas
3: 3 no son multitud	-Asignación de tareas -Descubrimiento guiado
4: en equipo es más divertido	-Descubrimiento guiado -Resolución de problemas
5: Trébol de 4 hojas	-Asignación de tareas
6: 6 patas para un banco	-Asignación de tareas -Resolución de problemas
7: Demuestra lo que sabes	-Asignación de tareas -Evaluación

Anexo II: Objetivos: 1er, 2º y 3er nivel de concreción curricular

Tabla 26: *Objetivos de etapa 1er ciclo de la ESO según el Real Decreto 48/2015, de 14 de mayo.*

OBJETIVOS DE ETAPA DE LA ESO (1er nivel concreción curricular)
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 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.

Tabla 27: *Objetivos generales del departamento de EF.* Elaboración propia.

OBJETIVOS GENERALES DEL DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA (2° nivel de concreción curricular)
1) Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contradicciones que presenta la práctica habitual y de la actividad física en la vida cotidiana, en el desarrollo personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida y salud, individual y colectiva.
2) Aumentar las capacidades del rendimiento en la actividad física. Tanto cualidades motrices como físicas, desarrollando actitudes de auto exigencia, autocontrol y superación personal.
3) Participar de manera activa, con regularidad y eficacia en las actividades programadas, con independencia del nivel de habilidad y capacidad personal y valorando los aspectos de relación que fomentan; mostrando una actitud de respeto y tolerancia hacia los miembros de la comunidad educativa.
4) Crear y ser capaz de llevar a cabo un programa de activación y calentamiento en función del trabajo físico de la parte principal de manera independiente, autónoma y consciente, en base a unos contenidos teóricos proporcionados.
5) Concienciar al alumnado sobre lo imprescindible que es la seguridad en el momento de realizar cualquier práctica deportiva y ser capaz de identificar y prevenir elementos de riesgo, tanto de una instalación como de la propia actividad.
6) Mejorar las capacidades de adaptación motriz, tanto a la práctica deportiva como al entorno y las exigencias que esto conlleva.
7) Reconocer, valorar y utilizar el cuerpo como medio de comunicación verbal y no verbal, expresión creativa, diseñando y practicando actividades rítmicas con y sin una base musical, canciones o melodías
8) Reconocer y concienciar al alumnado sobre el medio natural como espacio idóneo para la práctica deportiva y discriminar aquellos comportamientos o actitudes que puedan deteriorarlo o ponerlo en peligro.
9) Recuperar y comprender la valía de los juegos tradicionales y sus múltiples variantes, así como a modos de calentamientos, juegos o incluso competiciones.
10) Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad con los compañeros y con los rivales en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad.

11) Utilizar las TIC como un medio seguro y eficaz para complementar y mejorar su aprendizaje, tratando temas de los contenidos de la asignatura de educación física.
12) Realizar y desarrollar capacidades de trabajo en equipo y cohesión de grupo adoptando modos de comunicación asertivos y disfrutando de diferentes roles en el mismo grupo.

Tabla 28: *Objetivos generales para 2º ESO.* Elaboración propia.

OBJETIVOS GENERALES PARA 2º ESO (3er nivel de concreción curricular)
I) Adquirir hábitos saludables y un estilo de vida más activo en la vida diaria por medio de la adherencia a la práctica deportiva.
II) Desarrollar los conocimientos necesarios para poder realizar un calentamiento en base a una parte principal de manera autónoma y eficaz.
III) Desarrollar y mejorar habilidades motrices básicas de movimiento.
IV) Mejorar la toma de decisiones en deportes colectivos en situaciones reales de juego.
V) Mejorar el movimiento y aumentar el número de posibles composiciones corporales y rítmicas en diferentes escenarios y dependiendo del entorno.
VI) Mejorar las habilidades de comunicación social y no social, tanto en la comunicación verbal como no verbal.
VII) Respetar y valorar los diferentes aspectos culturales tanto fuera como dentro del deporte.
VIII) Crear un ambiente beneficioso y positivo en el alumnado de cara al aprendizaje, el profesorado y el resto de compañeros
IX) Conocer y valorar los aspectos de la seguridad en función al deporte y el entorno.
X) Manejar las TIC y de manera correcta hacia la práctica deportiva.
XI) Mejorar las capacidades de toma de decisiones, y resolución de problemas individuales y en grupo. Realizar la mejora de la mano del aprendizaje cooperativo.

Anexo III: Contenidos.

1. Actividades individuales en medio estable:

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

2. Actividades de adversario: lucha

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

3. Actividades de colaboración-oposición: fútbol

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

4. Actividades en medio no estable:

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

5. Actividades artístico expresivas: acrosport

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

6. Salud:

- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas
- Medidas preventivas en las actividades físico-deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.
- Los niveles saludables en los factores de la condición física.
- Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas
- Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.

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

Concreción contenidos (3er nivel de concreción curricular).

1. Conocimiento de las ventajas de la actividad física relacionándola con la salud.
2. Participación en actividades gimnásticas y acrobáticas considerando aspectos preventivos y de seguridad.
3. Identificación de habilidades específicas de fútbol y sus estímulos para aplicarlos en situaciones reales de juego.

4. Respeto y aceptación de las reglas en las diferentes actividades físico-deportivas como valores importantes.
5. Conocimiento de las capacidades relacionadas con la trepa y en los recorridos distintos.
6. Conocimiento de diferentes manifestaciones gimnásticas y acrobáticas de acuerdo a la clasificación.
7. Realización de coreografías poniendo en práctica diferentes secuencias de movimientos corporales.
8. Conocimiento de medidas preventivas de las diferentes actividades físico-deportivas con buena higiene postural.
9. Representación de diferentes figuras de acrosport con buena expresividad.
10. Identificación del esfuerzo por la actividad física ajustándose a las diferentes habilidades técnicas y tácticas.
11. Práctica y prevención en actividades físico-deportivas para la mejora de la salud.
12. Desarrollo y perfeccionamiento de la técnica y táctica del fútbol aceptando las características individuales.
13. Conocimiento de los diferentes tipos de respiración y su función en respecto a la actividad física
14. Desarrollo de habilidades sociales y comunicación verbal y no verbal.

Anexo IV-Metodología

Para entender la metodología deberíamos entender diferentes aspectos que mencionaremos a continuación. Según un artículo de Edgar Francisco Llanga Vargas y Carlos Ismael López Ibarra (2019) en el artículo “*Metodología del docente y el aprendizaje*”, se podría definir la metodología y estilos de enseñanza de diferentes maneras según diferentes autores:

Para (Díaz, 2005) el método docente es un conjunto de decisiones sobre los procedimientos a emprender y los recursos a utilizar en las diferentes fases de un plan de acción que, organizados y secuenciados coherentemente con los objetivos pretendidos en

cada uno de los momentos del proceso, permiten dar una respuesta a la finalidad última de la tarea educativa.

Para (Ángel, 2014), las estrategias de enseñanza se definen como *“los procedimientos o recursos utilizados por los docentes para lograr aprendizajes significativos en los alumnos, para ello se puede desarrollar diferentes mecanismos didácticos en fin de facilitar el entendimiento de una manera activa”*.

Según (Vargas & Vargas, 2010), el método de enseñanza puede considerarse como *“una organización lógica y racional, de acuerdo a los principios de aprendizaje de una teoría, de una serie de eventos específicos destinados a obtener determinados objetivos de aprendizaje, este procedimiento tiene relación con la aplicación de técnicas que vienen a ser acciones conjuntas planificadas por el docente y llevadas a cabo para la adquisición del conocimiento.”*

Según (Echevarría, Morel, González, & García, 2010) podríamos definir el método de enseñanza pedagógico como *“la diversidad de acciones que toma el profesor el cual modifica la educación en función del logro de los objetivos propuestos”*.

También podríamos decir que (campus educación) la metodología es uno de los elementos fundamentales que componen el currículo y se podría entender como el conjunto de estrategias y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera reflexiva y consciente con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados.

En el presente trabajo, consideramos que la metodología que vayamos a utilizar es de las partes más influyentes a la hora de realizar una programación didáctica. Daremos razones en los siguientes estudios que mencionaremos dado que la metodología a utilizar, va a ayudar tanto en el rendimiento académico del alumnado como en su motivación intrínseca hacia la asignatura. No se busca simplemente que el alumnado de 2ºESO este conforme o cómodo durante la realización de la asignatura, sino que buscamos crear cierta adherencia a la vida deportiva y hacia estilos de vida activos y saludables. Con esto quiero decir que no será un mero trabajo de programación y de estilos de enseñanza, si no que trataremos de dar forma a individuos que formarán la sociedad en años posteriores, es decir, trataremos de mejorar la sociedad a partir de la educación física impartida en niveles de secundaria. En definitiva, trataremos de crear personas con carácter autónomo e independiente con motivación suficiente para formarse en lo que ellos quieran y además

que lo hagan desde un estilo de vida activo y con ganas de mejorar tanto sus vidas como la sociedad futura.

En un artículo realizado por Leo, F. M., López-Gajardo, M. A., Gómez-Holgado, J. M., Ponce-Bordón, J. C., & Pulido, J. J. (2020) se estudian diferentes tipos de metodologías y como pueden afectar en la motivación e implicación en el alumnado en las clases de educación física. En este artículo se estudian 4 tipos de metodologías diferentes (reproductiva, productiva, constructiva y de acción libre). A continuación se hará una breve definición de las mismas para comprender los resultados obtenidos y como será nuestra metodología a utilizar:

Metodología reproductiva: esta metodología está centrada en el docente, ya que, tiene un enfoque pedagógico y tiene una dirección exclusiva del docente.

Metodología productiva: es una metodología centrada en el alumno, ya que, se centra en la obtención de conocimientos a través de la creación de estructuras, esquemas mentales y conceptualización de los procesos de aprendizaje.

Metodología constructiva: esta metodología está centrada en el alumnado, ya que, son situaciones que parten del alumnado y el profesor es un simple facilitador o guía del aprendizaje.

Metodología de acción libre: reconocida por la pasividad del docente. Interviene el docente exclusivamente al inicio y al final de cada sesión para repartir el material, los espacios disponibles pero no interfiere durante la sesión ni en las actividades realizadas por los alumnos.

Los resultados obtenidos, fueron que las metodologías constructiva y productiva influyen positivamente en la motivación autónoma del alumno, así como la relacionaron también con la motivación controlada y la metodología reproductiva se asoció con la desmotivación. Además deberíamos resaltar que lo único que se asoció con la implicación del alumno en clase fue la motivación autónoma.

Con esto podemos afirmar con rigor científico que, metodologías que están centradas en el alumno son más influyentes en cuanto a la motivación del alumno, de manera autónoma y controlada, favoreciendo así la implicación de los mismos en las sesiones de educación física.

Por lo tanto dado todos estos artículos en los que estudiamos la motivación del alumnado, y formas de motivar del profesorado, nos ha llevado a la realización de este proyecto en el que con el conjunto de ideas recopiladas intentamos encontrar una buena estrategia para que los alumnos y alumnas consigan tener una motivación óptima en todas las clases y eso dará como resultado una mejoría en la calidad del estudiante, notas e incluso sus futuros laborales, así como una mejor educación social y cívica.

Podemos afirmar que con estas metodologías perseguimos diferentes objetivos como pueden ser:

- Mejorar la motivación del alumnado mediante las diferentes metodologías utilizadas por el profesorado en las sesiones de educación física.
- Aumentar el rendimiento académico del alumnado según los diferentes tipos de evaluación fomentando la participación del alumnado.

Para la puesta en práctica de la programación nos basamos fundamentalmente en una metodología constructivista donde el alumnado debe convertirse en partícipe de los procesos de enseñanza y aprendizaje de forma activa y participativa para permitirle trabajar de forma cada vez más autónoma.

Para ello explicamos a continuación los principios metodológicos:

- Partir del nivel de desarrollo del alumnado y de sus aprendizajes previos: Vamos a tener que evaluar la situación de partida, así como los diferentes ritmos de aprendizaje para hacer un tratamiento didáctico adecuado.
- Participación activa: El alumnado es protagonista participando e interaccionando con el profesor y el resto de compañeros.
- Proporcionar continuamente información al alumnado: Se presentará cada unidad didáctica informando a los alumnos sobre objetivos contenidos criterios de evaluación y evaluación. Durante las mismas serán informados sobre su proceso de aprendizaje.
- Trabajo cooperativo: Incidiremos en este tipo de trabajo al aprendizaje y permite contrastar diferentes puntos de vista.
- Facilitar el aprendizaje autónomo: Iremos aumentando poco a poco la capacidad del alumnado para tomar decisiones y asumir responsabilidades en su aprendizaje.

Basándonos en estudios previos, con nuestra metodología como docentes intentaremos mejorar la motivación del alumnado persiguiendo las variables que consideramos más influyentes en cuanto a los estudiantes se refiere. Atendemos a los tipos de estudiante que tenemos y trataremos de generar estudiantes de logro, es decir, que intenten mejorar y busquen tener buenos resultados en cuanto a lo académico se refiere (buscar buena calificación) y no que estén en clase por razones sociales. De la mano, intentaremos desglosar tanto los contenidos impartidos, como los objetivos y ejercicios, haciendo que el alumno consiga realizar más ejercicios con éxito y realizando progresiones adecuadas en las cuales logren hacer todo paso por paso y lleguen al objetivo final habiendo pasado por muchos ejercicios logrados con éxito y así que no pierdan motivación por el camino cuando algún intento fracasa. También habrá que prestar especial atención a la duración, tanto de las explicaciones, como de los juegos o ejercicios ya que independientemente del ejercicio el tiempo en el que están inmersos variará mucho la motivación del alumnado en ello. Ni poco tiempo ni mucho, buscaremos dar el tiempo adecuado para dejar que se entienda lo que proponemos, que se llegue a aplicar correctamente y que se realice con fluidez pero sin llegar a exceder una duración máxima que nos lleve al aburrimiento y por tanto a la desmotivación (Van der Kooij, K., & Hennink, T. 2021). Atendiendo a las necesidades básicas del alumnado, intentaremos no dar expectativas de gran dificultad ante nuestros alumnos y contenidos, ya que probablemente no varíe su rendimiento pero si su interés hacia los ejercicios y asignatura (Hom, H. L., & Maxwell, F. R.,1983).

En cuanto a los perfiles motivacionales de los alumnos en educación física, tenemos un perfil que tiene los mayores niveles de motivación y es el que intentaremos conseguir en nuestros alumnos. Serían alumnos con un perfil de motivación auto determinado, intentando que sean autónomos e independientes, caracterizados por tener un buen acondicionamiento físico y motivación intrínseca. A medida que avanzan los cursos, la desmotivación por la asignatura es mayor, por ello deberíamos interferir en ello a la edad más temprana posible.(Navarro 2020). Intentaremos también, mediante otras variables como las del docente (motivación, confianza...) y los factores psicosociales de los alumnos que mejoren su motivación auto determinada haciéndose hábiles para auto gestionarse y auto motivarse (Andrade, Dos Santos Goes, Q., & Coimbra, D. R., 2021).

También queremos guiarnos por todo tipo de material actualizado. Estudiamos las programaciones didácticas que se llevan en este curso, más concretamente en el Isabel La Católica, instituto en el cual está basado este proyecto y nos basamos en la jefa de

departamento que ha realizado la programación Pilar Alameda Meléndez. En esta misma programación se defienden estudios e hipótesis parecidas a las que venimos defendiendo en el presente estudio y las dejare más clarificadas en las siguientes afirmaciones:

Los métodos que pretendemos seguir deben ajustarse al nivel competencial inicial de los alumnos y alumnas, y es necesario y primordial secuenciar la enseñanza, es decir, empezar por los aprendizajes más simples para avanzar hacia otros más complejos. Consideramos necesario realizar progresiones de aprendizaje dentro de los propios niveles del alumnado y no solamente dentro de un gesto técnico sino de todos los ejercicios o contenidos a enseñar.

Uno de los elementos clave en la enseñanza por competencias es la motivación hacia el aprendizaje, por lo que los métodos utilizados deben ser activos y contextualizados, facilitando la participación e implicación del alumnado. Situaciones que estamos defendiendo durante todo el trabajo

En el proceso enseñanza-aprendizaje competencial, las estrategias interactivas son las más adecuadas. Las metodologías que contextualizan el aprendizaje favorecen la participación activa, facilitan el desarrollo de las competencias y la motivación del alumnado.

Habiéndolo comentado previamente y considerando que es uno de nuestros objetos de estudio de cara a la realización de la unidad didáctica a desarrollar, no podemos obviar la importancia que tiene el aprendizaje cooperativo de cara a la motivación e implicación del alumnado en las sesiones de educación física y la importancia que tiene en las nuevas maneras que tienen de entenderse los procesos de enseñanza aprendizaje para aumentar el rendimiento académico de nuestro alumnado y su desarrollo de cara a su futura vida social y laboral. Por ello consideramos necesario comentarlo más detalladamente y con fundamentos científicos para mejorar su comprensión y entendimiento.

Pretendemos aplicar las bases contrastadas en cuanto al aprendizaje cooperativo (AC) para la realización de las unidades didácticas y más en concreto en la propia a desarrollar con el respaldo de estudios de: David W. Johnson y Roger T. Johnson, Pedreira y González entre otros.

Aquí recogemos íntegramente información recogida por Johnson y Johnson, ya que consideramos que es completa y significativa para nuestro objeto de estudio ya que clarifica y nos ayuda a entender los elementos que debe contener el AC.

Los cinco elementos principales que toda estructura de AC debe contener son los siguientes (Johnson y Johnson):

1. Interdependencia positiva mutua.

Los integrantes del grupo sienten que están vinculados con los demás de forma que no pueden alcanzar el éxito si el resto tampoco lo hace. Esto supone que los componentes del grupo dependen unos de otros para lograr el objetivo de aprendizaje. Según advierten González et al. (2011), entre las claves del éxito del AC se encuentra romper con los esquemas de aprendizaje de naturaleza competitiva (yo gano si tú pierdes) e individualista (yo gano o pierdo independientemente de lo que te pase a ti). En definitiva, se trata de defender las metas comunes y personales para garantizar la percepción de logro individual y grupal. Gavilán y Alario (2012) opinan que cuanto mejor esté establecida la interdependencia positiva, con mayor facilidad se producirá el conflicto cognitivo. Este conflicto surge cuando las opiniones o ideas que aportan los demás son incompatibles con las nuestras, lo que nos conduce a tratar de llegar a un acuerdo a través de una discusión en la que se defienden distintos puntos de vista, se contrastan opiniones variadas y se justifican razonamientos diversos.

2. Interacción promotora (también denominada “cara a cara” o “simultánea”).

Kagan 1994 afirma que la suma de las partes que interactúan es mejor que la suma de las partes. Para que este tipo de interacción pueda producirse, debe darse un contacto presencial entre los miembros del equipo de trabajo. Concretamente, este elemento consiste en ayudar, alentar, favorecer o elogiar al compañero o compañera el esfuerzo que hace por aprender, con el objeto de contribuir al avance del grupo. Según indican Torrego y Negro (2012), los estudiantes necesitan relacionarse, interactuar, sostener y promover los esfuerzos de aprendizaje de sus iguales. Por tanto, los miembros del grupo tienen que estar en contacto unos con otros durante la tarea, activándose mutuamente. El fin último es que los componentes que forman parte de estos equipos se animen y apoyen durante el trabajo. En esta dirección, Kagan (1994) hace referencia a que la interacción ha de ser simultánea para que se den las conexiones necesarias entre los estudiantes durante la realización de la tarea. No obstante, hay que saber identificar los diversos resultados que

se obtienen al trabajar de forma grupal: no es lo mismo el trabajo en equipo cuando el resultado final se obtiene a través de una interacción, que cuando las aportaciones de cada persona solamente se suman al resto de trabajos del grupo (Pedreira y González, 2014).

3. Responsabilidad individual y grupal.

El AC está basado en la idea de la reciprocidad del esfuerzo, lo que pone la mirada no sólo en el progreso individual, sino también en el colectivo. De este modo, se incide en la importancia del compromiso personal para que los demás mejoren su aprendizaje.

Con esto García et al. (2001) dice que es importante, necesario y que pasa, que los miembros del grupo aprenden a detectar a las personas que tienen más dificultades para llevar a cabo su parte de la tarea y quien necesita más estímulos para ello. Es decir, hay una parte personal y de rendimiento individual que afecta al rendimiento grupal o la realización de la tarea global. Para Fernández (2017) es necesario comprender que cada integrante del grupo tiene un rol diferente y una tarea diferente que llevar a cabo y que solo cuando cada una de esas partes lo entiende y lo pone en práctica es cuando puede realizarse la tarea global de una manera correcta.

4. Procesamiento grupal (se refiere a un proceso de autorregulación y de autoevaluación del grupo).

Este apartado tiene que ver con el momento de evaluación o valoración del aprendizaje, conductas, relaciones, actitudes y habilidades de las diferentes personas que forman parte del equipo. Y en este apartado se podría definir tres tipos de evaluaciones diferentes: 1) evaluación individual o grupal, refiriéndose a la cantidad o calidad de información adquirida por el alumno midiendo su cambio o la cantidad del cambio que se produjo en el grupo. 2) coevaluación, o evaluación entre iguales, en la cual uno o varios alumnos recogen la cantidad o calidad de información que hace el cambio en otro alumno. 3) autoevaluación, en la que el mismo alumno recoge la cantidad o calidad de información que produce el cambio en uno mismo. (Johnson y Johnson)

5. Habilidades interpersonales o grupales (también denominadas habilidades sociales, comunicativas o cooperativas).

Este tipo de habilidades se utiliza durante el trabajo en grupos de personas que presentan un perfil heterogéneo de intereses, necesidades y capacidades (Traver y Rodríguez, 2010). Son habilidades que tienen que ver con el liderazgo social y con la destreza para

entenderse y coordinarse con los demás, generar confianza y saber gestionar los conflictos. Moya y Zariquiey (2008) subrayan la importancia de abordar tres dimensiones básicas dentro del AC: la colaboración, el diálogo y la resolución pacífica de conflictos. Precisamente, para que el grupo tenga éxito tienen que darse estas actitudes y destrezas. Fruto de todo el trabajo anterior, el alumnado desarrolla aspectos que son elementales en la relación con otros, como saber escuchar, respetar los turnos de palabra o criticar ideas de forma constructiva. En consecuencia, los componentes del grupo desarrollan habilidades de comunicación interpersonal (animar, felicitar, escuchar activamente), para la gestión (respetar, compartir, gestionar, mediar) y de liderazgo (orientar, explicar, sugerir, dirigir).

Según autores como Cecilia Ma. Azorín Abellán. (2018). que ha investigado sobre en este tema se considera que las finalidades de un trabajo cooperativo pueden ser las siguientes:

- 1) la correlación positiva de logros; definiéndolo como una situación social cooperativa como aquella en la que las metas de los individuos separados van tan unidas que existe una correlación positiva entre sus logros, de modo que un individuo alcanza su objetivo sólo si los otros miembros también alcanzan el suyo
- 2) la adquisición de objetivos compartidos, al principio (1991) cooperar significa trabajar juntos para lograr objetivos compartidos. Posteriormente, Johnson et al. (2013) amplían esta definición indicando que el AC es el uso de pequeños grupos con el objetivo de que los estudiantes trabajen juntos y maximicen su propio aprendizaje y el de los otros
- 3) el desarrollo de procesos de interacción, Kagan (1994) sostiene que el AC tiene que ver con una serie de estrategias de instrucción que incluyen la interacción cooperativa de estudiante a estudiante, que se convierte en parte integral de su proceso de aprendizaje. Lobato (1998) entiende el AC como un enfoque interactivo que implica que los estudiantes aprendan unos de otros.
- 4) la cooperación como elemento clave para el aprendizaje. Para Pujolás (2004: 98), “la estructuración cooperativa del aprendizaje supone la organización de la clase de tal manera que los alumnos tengan la oportunidad de cooperar (ayudarse los unos a los otros) para aprender mejor los contenidos escolares, y aprender al mismo tiempo a trabajar en equipo” . Un tiempo después, Pujolás (2008: 14) completa esta definición indicando que el AC puede ser definido como “el uso didáctico de grupos reducidos de alumnos y alumnas que trabajan en clase en equipos, con el fin de aprovechar la interacción entre ellos mismos y aprender los contenidos curriculares cada uno hasta el máximo de sus capacidades, y aprender, a la vez, a trabajar en equipo
- 5) la respuesta a la diversidad, la

Fundación Mapfre (2016: 3) publicó El trabajo cooperativo como metodología para la escuela inclusiva, donde se admite que la inclusión educativa plantea: 1) la diversidad como un aspecto natural e inherente a la humanidad; 2) la diferencia como un valor y 3) la enseñanza como un reto al que se enfrenta el profesorado, que debe garantizar una respuesta de calidad. En este contexto, el AC se presenta como: Cecilia Ma. Azorín Abellán: “una de las herramientas que pone en marcha y desarrolla la transmisión de estos valores indispensables para la vida en sociedad, una sociedad diversa en cuanto a aptitudes, creencias y culturas”.

Más recientemente, Fernández (2017) presentó el denominado ciclo del aprendizaje cooperativo, que consta de tres fases, imbricadas unas en otras:

- a) Creación y cohesión de grupo. El objetivo principal de esta fase es construir grupos/clases donde todos los estudiantes aprendan que pueden trabajar unos con otros, mientras comienzan a experimentar las “bondades” de cooperar con otras personas. Esta primera fase se divide en cuatro subfases: presentación, rompehielos, confianza y autoconocimiento.
- b) El AC como contenido para enseñar y aprender. El propósito de esta fase es enseñar al alumnado a usar este método a través de fáciles y simples técnicas.
- c) El AC como recurso para enseñar y aprender. Si el docente ha seguido el ciclo, en este punto los estudiantes ya tienen cierta experiencia de trabajo en contextos cooperativos; por lo tanto, pueden plantearse estructuras de clase donde ellos se vean reforzados a cooperar de manera regular.

Anexo V: Criterios de calificación y estándares de aprendizaje evaluables.

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.

1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.

1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.

2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.

2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.

2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.

3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.

3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.

4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.

4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva

4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.

5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las frases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.

6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.

7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.

8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.

9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

10. Utilizar las tecnologías de la información y de la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

10.1. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

Anexo VI: Actividades complementarias

-Actividades de motivación. Se realizarán actividades con el objetivo de aumentar la motivación intrínseca del alumnado, aportándole un alto grado de autonomía. Además, a través de la evaluación inicial se recogerán los principales intereses del grupo, de esta manera se establecerán tareas que se correspondan con ellos.

-Actividades de iniciación. En aquellas UD en las que se trabajen contenidos novedosos, se realizarán actividades de este tipo, como por ejemplo el bádminton.

-Actividades de desarrollo. Constituirán la parte principal de las sesiones. Se realizarán actividades que pretendan el cumplimiento de los objetivos de cada UD y serán las más representativas para todo el grupo de clase.

-Actividades de consolidación, síntesis o resumen. Al final de cada sesión, realizaremos una breve reflexión mediante la cual comprobaremos la correcta asimilación y el asentamiento de los aprendizajes. Además, a través del proyecto interdisciplinar se

sintetizarán los avances y pasos seguidos en una página web que se evaluará trimestralmente.

-Actividades de refuerzo. Para repasar lo aprendido en las clases anteriores, los calentamientos y la parte inicial de las sesiones estarán en relación con lo aprendido previamente. Por ejemplo, se incluirán juegos que trabajen aspectos técnico-tácticos trabajados en sesiones previas, para no dejar a ningún alumno atrás.

-Actividades de ampliación. Este tipo se pondrá en marcha en caso de que cierta parte de la clase destaque por encima de los demás, realizando dinámicas de micro enseñanza, que no está planificada desde un primer momento.

-Actividades de profundización. En el caso de que el alumnado muestre un interés muy alto en alguna UD, se aportará material complementario para que puedan profundizar en los contenidos.