



EDUCACIÓN FÍSICA. 3º E.S.O

Trabajo Fin de Máster

Máster Universitario en Formación Del Profesorado

Presentado por:

D^a PATRICIA LÓPEZ GARCÍA

Dirigido por:

D. JAVIER MARTÍNEZ FERREIRO

Alcalá de Henares, a 15 de Junio de 2019



ÍNDICE

1. Introducción.....	05
1.1 Intenciones educativas.....	05
1.2 Demanda social respecto de los objetivos y competencias a obtener por los alumnos.....	05
1.3 La lógica curricular o análisis general de los contenidos de la materia.....	07
1.4 Grandes líneas metodológicas o principios psicopedagógicos en los que basará la actuación docente.....	08
2. Contextualización.....	09
2.1 El contexto social, histórico y geográfico en el que se realiza la acción docente...09	
2.2 Características del alumnado.....	10
2.3 Trayectoria del centro educativo.....	12
3. Competencias clave	14
3.1 Adaptación de las competencias al grupo-clase.....	15
4. Objetivos a alcanzar por los alumnos.....	16
4.1 Objetivos generales de la etapa (OGE).....	17
4.2 Adaptación de los objetivos generales de etapa al grupo-clase.....	18
5. Contenidos.....	20
5.1 Selección, secuenciación y organización de los contenidos.....	22
6. Unidades didácticas.....	23
6.1 Relación, secuenciación y temporalización de las unidades didácticas.....	23
7. Relación entre los elementos de la programación.....	24
8. Metodología y principios pedagógicos.....	29
8.1 Estilos de enseñanza.....	30
8.2 Tipos de actividades.....	31
9. Recursos didácticos.....	32
9.1 Recursos materiales.....	33
9.2 Recursos espaciales.....	34
9.3 Recursos humanos.....	35
10. Evaluación.....	35
10.1 Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.....	36
10.1.1 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.....	36

10.1.2 Procedimientos de evaluación del aprendizaje e instrumentos de evaluación acordes con la materia, asignatura o módulo.....	39
10.1. 3 Criterios de calificación.....	40
10.1.4 Recuperación de la materia.....	41
10.2 Evaluación de la programación y de la práctica docente.....	41
11. Medidas de Atención a la diversidad.....	41
11.1 Adaptaciones curriculares no significativas.....	42
11.2 Adaptaciones curriculares significativas.....	44
11.3 Unidades didácticas y atención a la diversidad.....	44
12. Enseñanzas transversales.....	46
13. Actividades complementarias y extraescolares.....	46
14. El proceso de comunicación entre profesor, alumno y familia. un proyecto innovador: Tokapp School.....	47
15. Referencias bibliográficas y legislativas.....	49
ANEXOS.....	52
Anexo 1: Unidad Didáctica ¡Jugamos al baloncesto!.....	67
Anexo 2: Ubicación del colegio Nueva Castilla en el mapa.....	67
Anexo 3: Instalaciones del Colegio Nueva Castilla.....	68
Anexo 4: Organigrama del colegio Nueva Castilla.....	68
Anexo 5: Evolución de la población.....	68
Anexo 6: Altas y bajas por nacimiento y defunción.....	69
Anexo 7: Indicadores demográficos de edad.....	69
Anexo 8: Porcentaje de población por edad y sexo.....	70
Anexo 9: Población extranjera pro país de nacionalidad.....	70
Anexo 10: Evaluación inicial del alumnado (Cuestionario).....	71
Anexo 11: Ficha de evaluación del proceso de enseñanza	72
Anexo 12: Ficha de observación para el alumno que no puede realizar la práctica.....	73

TFM: Patricia López García

Anexo 13: Autorización actividades extraescolares.....	74
Anexo 14: Ficha de coevaluación	74
Anexo 15: Rúbrica UD: ¡Jugamos al baloncesto!.....	75
Anexo 16: Ficha modelo de sesión.....	76

1. INTRODUCCIÓN

1.1 Intenciones educativas

El proceso de enseñanza-aprendizaje puede ser tan complejo como el docente quiera implicarse en él. Esta programación pretende ir más allá de la secuenciación de acciones encaminadas a la construcción del conocimiento, como completa Nicoletti (2016), abarcando también el desarrollo de habilidades, la adquisición de hábitos y la formación de actitudes. De este modo se pretende lograr un desarrollo integral de los alumnos, potenciando su autonomía de manera que repercuta positivamente en su actitud.

Si hacemos llegar al alumnado nuestras intenciones educativas, les haremos partícipes en su aprendizaje. De este modo podrán crearse expectativas adecuadas y otorgarle un valor funcional y un sentido a los contenidos por lo que estaremos promoviendo un aprendizaje significativo para ellos. Si entienden lo que aprenden, entenderán por qué lo aprenden y podrán retenerlo para complementarlo con aprendizajes posteriores. Si se trabaja ese engranaje de conocimientos, si se desarrollan plenamente cada curso y se complementan con los de los cursos siguientes lograremos dotar al alumnado, tras finalizar la educación secundaria obligatoria (ESO), de un bagaje funcional que le permita satisfacer sus necesidades de forma autónoma y ser autosuficiente en la práctica de actividad física.

López (2008) recalca la importancia de las intenciones educativas, de la organización de la acción, de las actividades de aprendizaje y de la evaluación pero hace especial hincapié en la creación de ambientes y climas de aprendizaje por su repercusión en la creatividad docente.

La creatividad es inherente a cada docente, a su personalidad y a sus experiencias previas y de ese modo lo reflejará al llevar a cabo su actuación. Esta programación busca llamar la atención del alumnado, alejarles de la rutina y la monotonía, generando situaciones innovadoras para ellos que les atraigan y que supongan un reto para ellos con el fin de mantener su motivación a lo largo del curso.

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

La importancia de programar en educación física se hace evidente a la hora de aportar una educación de calidad a nuestros alumnos. Afortunadamente, vivimos en una sociedad en la que la actividad física y el deporte han ido adquiriendo las últimas décadas cada vez una importancia mayor.

TFM: Patricia López García

García y Llopis (2017) en sus encuestas de hábitos deportivos elaboradas entre 1980-2015 muestran como el interés por la práctica deportiva de la sociedad española (15-65 años) ha ido incrementándose durante estas décadas. Además, registran un mayor porcentaje de interés en practicar actividad física y deporte por delante de actividades como asistir a eventos deportivos y ver/escuchar espectáculos deportivos. En cuanto a la evolución de la práctica deportiva, durante estas tres décadas, los resultados reflejan cómo la población que practica deporte se ha duplicado.

Estos resultados abalan el peso que el contenido de nuestra materia posee en la sociedad actual y como docentes tenemos la oportunidad de utilizarlo para cubrir esta demanda social en nuestros alumnos de Educación Secundaria Obligatoria (ESO). Esta etapa, periodo adolescente, González y Portolés (2013) describen como puede verse marcada por diferentes cambios sociales, emocionales, físicos, psicológicos y morales. Estos cambios pueden suponer para el sujeto distintas variaciones y modificaciones respecto a los hábitos de su día a día, su forma de ocupar el tiempo de ocio y su estilo de vida.

En concreto, me parece muy importante la orientación de esta asignatura, al bienestar físico y la salud. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ya en 1948 describe la salud como el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

Los numerosos beneficios a nivel físico, psíquico y emocional de la práctica de actividad física en general y, en concreto, durante la adolescencia evidencian la necesidad de evitar las conductas sedentarias que proliferan cada día más entre los jóvenes en nuestro país debido al incremento de formas de ocio como el uso del móvil, ver la televisión, jugar a videojuegos y navegar por internet, etc. (González y Portolés, 2013).

Estas conductas sedentarias provocan numerosos problemas y enfermedades. Sin embargo, está demostrado como la actividad física influye positivamente en la reducción del riesgo de padecer muchas patologías cuando es practicada con regularidad.

En este sentido la legislación vigente actual (LOMCE) da respuesta a esta demanda social incluyendo para todos sus cursos de ESO contenidos relacionados con la salud. Sin embargo, el periodo de práctica en nuestras aulas está limitado a dos horas semanales. La OMS (2010) recomienda para las edades comprendidas entre los 5-17 años un mínimo de sesenta minutos diarios de actividad física moderada o vigorosa y además incide en que un incremento de esta cantidad reporta beneficios adicionales para la salud. Por este motivo no solo podemos

limitarnos a aprovechar nuestras horas lectivas de forma eficaz si no que además debemos promover hábitos saludables para que incluyan en su tiempo extraescolar que perduren en el tiempo y que les acompañen a lo largo de su vida.

De la misma manera, y bajo los márgenes de una educación formal, no podemos olvidar el componente lúdico y recreativo en el que podemos enfocar la actividad física y el deporte que a su vez nos permite acercar a nuestros alumnos a los objetivos y competencias que la legislación establece.

La convivencia de diferentes nacionalidades en los centros nos permite enfocar nuestra actividad hacia la tolerancia y el aprecio por las diferentes culturas. El carácter reglado del deporte acerca a nuestros alumnos a asumir el respeto de las normas tanto dentro de las clases como extrapolarlo al cumplimiento de las normas cívicas. El trabajo en equipo y las relaciones sociales que en las clases se producen permiten desarrollar las capacidades lingüísticas y afectivas y preparar a nuestros alumnos para una convivencia plena con la sociedad que les rodea. La creación de retos y las situaciones de autosuperación en la actividad física les muestra la importancia de la responsabilidad como parte de un todo, así como la importancia de desarrollar un espíritu emprendedor que les ayudará a luchar por lo que quieren y facilitará su vida personal y su carrera profesional.

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

A lo largo de la educación secundaria obligatoria se establecen unos contenidos específicos para cada curso. Los cuatro cursos que componen este periodo educativo siguen una lógica curricular que permite ir ampliando los conocimientos de los alumnos durante esta etapa de forma progresiva.

Las actividades físico deportivas individuales en medio estable se desarrollan de primero a tercero a través de las diferentes modalidades de atletismo que permiten ir ampliando los contenidos curso tras curso y se complementan finalmente en cuarto con el patinaje sobre ruedas.

Para desarrollar las actividades de adversario se utiliza el bádminton, que abarca dos cursos, y se complementa con los contenidos de la lucha y las palas.

En cuanto a los contenidos a desarrollar en las actividades de colaboración-oposición se establecen cuatro deportes diferentes, uno para cada curso en el siguiente orden: balonmano, fútbol, baloncesto y voleibol.

TFM: Patricia López García

El medio natural constituye el entorno perfecto para desarrollar los contenidos en medio no estable, a lo largo de los cuatro cursos se van ampliando contenidos trabajando diferentes actividades como el senderismo, trepa y escalada, orientación y otros aspectos básicos para el correcto desarrollo de las mismas.

Los contenidos a trabajar en relación a las actividades artístico expresivas son muy variados durante esta etapa. Se contemplan contenidos que abarcan desde la conciencia y control corporal hasta actividades de mímica, juego dramático, acrosport, danzas y composiciones coreográficas.

La salud adquiere un gran protagonismo entre los contenidos de los cuatro cursos aumentando su complejidad en cuanto a los beneficios para la salud de la práctica de actividad física y deporte.

También se trabajan durante los cuatro cursos contenidos fundamentales como la respiración, hidratación, alimentación y el balance energético entre ingesta y gasto calórico.

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

El Real Decreto 1105/2014 define la metodología didáctica como: “conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados” (p. 172).

El propósito de esta programación, en líneas metodológicas y sin olvidar el componente físico que estas clases deben llevar innato para aportar beneficios funcionales a los alumnos, es promover un aprendizaje significativo en los alumnos en el que priorice su participación. En una sociedad en la que los jóvenes tienen a su alcance toda la información que puedan imaginar, lo realmente difícil parece ser que no se limiten a ser receptores si no que ejerzan una función activa en su aprendizaje.

Comúnmente observamos cómo se limitan a recibir información y memorizarla sin pararse a pensar en la utilidad que puede tener para ellos o en la conexión que posee con otros aprendizajes. Por tanto, se pretende buscar un aprendizaje al que ellos mismos puedan otorgarle un sentido, que entiendan el por qué y para qué de lo que aprenden. Y por tanto, que desarrollan su capacidad para discriminar lo que realmente es relevante para ellos y lo que no.

TFM: Patricia López García

Desarrollando su espíritu crítico y autonomía, no solo les estaremos obligando a dar sentido a lo que aprenden sino que les estaremos preparando para las numerosas situaciones a las que tendrán que enfrentarse en su futuro, tanto a nivel académico como profesional y personal.

2. CONTEXTUALIZACIÓN

A continuación, se va a realizar la contextualización para el colegio Nueva Castilla situado en la calle Montes de Barbanza número 19 en el distrito de Vallecas (Anexo 2).

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

Para profundizar en la contextualización y detallar las características del centro ante el que nos encontramos, se van a analizar las características de la población y del entorno del mismo ya que influyen en el perfil de alumnos que acuden.

El colegio pertenece a la Comunidad de Madrid, la cual tiene una renta media de los hogares de 37.231 euros al año (INE, 2017). Por su ubicación, vamos a profundizar en los datos obtenidos para el distrito de Vallecas. Según los datos del portal web de la Comunidad de Madrid (2018), Vallecas es uno de los distritos con mayor censo de población a nivel nacional ya que engloba los distritos de: Puente de Vallecas, Villa de Vallecas y el ensanche de Vallecas (el cual se encuentra en plena expansión).

El colegio se encuentra situado en el casco histórico de Vallecas por lo que se analizará este sector en concreto. Los datos de población y tablas expuestas a continuación pertenecen al Padrón Municipal de Habitantes (2016), extraídos del Portal Web del Ayuntamiento de Madrid.

En los últimos diez años, la población ha aumentado de forma considerable. Mientras que para la Ciudad de Madrid se observa un ligero descenso, en el casco histórico de Vallecas prácticamente se ha duplicado la población (Anexo 3). Este aumento de la población se está produciendo por varios motivos. La tasa de natalidad es bastante más elevada que la de defunción (Anexo 4) y además, este valor parece que va a seguir en aumento.

Un valor muy importante para esta estimación es la edad media de la población que estamos analizando. En este caso se trata de una población joven con una media de 36,2 años (Anexo 5). En la actualidad la edad media de tener hijos ha aumentado así que nos situaríamos en un distrito en el que parece intuirse que este crecimiento de la población va a seguir en aumento principalmente por dos motivos: el número de personas mayores no es

TFM: Patricia López García

elevado al contrario que sucede con el de gente joven, los cuales pueden suponer un incremento de la tasa de natalidad. Esto repercutiría de manera positiva por el aumento de la demanda de posibles alumnos para el centro.

La inmigración, es otro de los motivos del aumento de la población. Nos encontramos en una zona de Madrid donde el porcentaje de inmigración es bastante elevado (Anexo 6). Este factor también ha contribuido a que la población en las últimas décadas haya aumentado notablemente. El mayor porcentaje de inmigración se sitúa en la franja de los 30-40 años y en consecuencia se extiende a los valores inferiores, habiendo muchos niños y adolescentes extranjeros. En concordancia con estos datos, en el centro se reúnen alumnos de diferentes nacionalidades.

Si prestamos atención al país de origen (Anexo 7) los valores más elevados se sitúan en las nacionalidades: rumana, marroquí y sudamericana. Estos mismos valores se reflejan en los alumnos del colegio. Aunque hay alumnos de más nacionalidades, destaca un mayor porcentaje de estas tres.

En el casco histórico de Vallecas hay una amplia oferta de centros educativos tanto públicos como privados y concertados y puede que eso constituya su mayor amenaza. Con la expansión del ensanche se están abriendo muchos colegios privados y concertados y como fortalezas del colegio Nueva Catilla me parece destacable su enseñanza bilingüe y la oferta de actividades extraescolares, entre las que se encuentran: escuela de fútbol, baloncesto y voleibol, club federado de voleibol, natación, pádel, danza, judo, lenguaje musical, robótica, refuerzo de tareas y estudio, inglés y coro. Dentro de esta oferta, hay equipos deportivos de diferentes modalidades que compiten a nivel nacional. Además el colegio tiene un convenio con una granja escuela situada en la provincia de Toledo, donde los alumnos pueden ir a realizar diferentes tipos de actividades.

2.2 Características del alumnado

El grupo de alumnos a los que va dirigida la programación pertenece a 3º E.S.O (grupo A) con edades comprendidas entre 14 y 16 años. Son 20 alumnos en total de los cuales 17 son chicas y 13 son chicos.

Conocer las expectativas y motivaciones de los alumnos al inicio del curso resulta muy útil e interesante para el docente, con esa finalidad se realiza una evaluación inicial a través de un cuestionario (Anexo 8). Este cuestionario además recoge información como actividades

TFM: Patricia López García

físico-deportivas extraescolares que practica, hábitos en su vida cotidiana, conocimientos previos en relación a la asignatura, etc.

Para analizar las características del grupo-clase ante el que nos encontramos vamos a prestar atención a su nivel de desarrollo. Es importante entender que para poder programar una enseñanza eficaz es necesario saber el nivel de desarrollo del grupo con el que vamos a trabajar que en gran medida estará determinado por su edad, características y entorno próximo.

La psicología del desarrollo humano o psicología evolutiva es definida por Pérez (2011) como el cambio psicológico sistemático que se produce a lo largo de la vida. Sabemos que la adolescencia es un período de muchos cambios por lo que saber todos los factores que influyen nos pueden resultar de gran ayuda. Esta misma autora, también hace hincapié en la importancia de entender estos cambios como un proceso continuo, global y dotado de gran flexibilidad en el que intervienen numerosos factores además del contexto histórico, sociocultural o étnico. En este sentido, se evidencian tanto la necesidad de flexibilidad a la hora de llevar a cabo nuestra programación y adaptarnos a nuestros alumnos así como, la importancia de las características sociodemográficas, anteriormente analizadas, de la población ante la que nos encontramos por la repercusión que puede ejercer en el perfil de nuestros alumnos.

Al hablar de desarrollo tenemos que tener presente los tres ámbitos en los que se divide. Pérez (2011) los divide y describe prestando atención al cuerpo (ámbito biofísico), mente (cognitivo) y espíritu (socioafectivo).

El ámbito biofísico estudia el desarrollo físico, motor, sensorial y contextual. En el ámbito motor este grupo presenta en líneas generales un nivel de desarrollo adecuado. La motivación por las clases y por la actividad física y el deporte en general es elevada. Esa motivación muchas veces se ve afectada por el interés sobre el contenido en el que se está trabajando pero en general tienen una actitud positiva hacia la asignatura. No hay alumnos con limitaciones motrices que les dificulten la práctica. Además la mayoría suelen realizar actividad física habitualmente y su nivel de condición física les permite seguir el desarrollo de las clases de manera óptima. Gran parte de los alumnos participan en actividades extraescolares deportivas y dos chicas forman parte del club federado de voleibol del colegio.

El ámbito cognitivo estudia el desarrollo de las capacidades intelectuales y el pensamiento. En este ámbito los alumnos se encuentran dentro de los percentiles de normalidad. Hay una

TFM: Patricia López García

alumna repetidora pero no por limitaciones en este aspecto. También hay dos alumnos inmigrantes, una chica rumana y un chico chino, pero ambos llevan desde pequeños en España y no tienen ningún problema de adaptación además, tienen un dominio correcto del idioma por lo que no constituye un impedimento para ellos. Todos los alumnos de este grupo están perfectamente capacitados a nivel cognitivo para seguir el desarrollo de las clases correctamente.

El ámbito socioafectivo se encarga de estudiar las capacidades de expresar y sentir emociones así como de relacionarse con los demás. Este grupo-clase se caracteriza por tener un clima de trabajo positivo y buena cohesión grupal. Como es habitual, el grupo se divide en subgrupos pero no existen problemas de integración entre sus componentes. La alumna repetidora ejerce en ocasiones función de líder, principalmente entre las chicas, pero esto no ocasiona conflictos en la dinámica de las clases. No existen problemas a la hora de formar parejas o trabajar en equipo y hay buena relación entre los compañeros tanto en las clases, en el recreo y fuera del colegio ya que muchos de ellos viven cerca unos de otros.

2.3 Trayectoria del centro educativo

El colegio Nueva Castilla es un centro concertado bilingüe de la Comunidad de Madrid. Los colegios concertados son centros de naturaleza privada pero subvencionada, en parte, por la Administración Central.

Este colegio comenzó su actividad en el año 1982. Actualmente, el centro cuenta con la oferta educativa de educación infantil, primaria y secundaria. Por cada curso, existen dos líneas de actuación (grupos A y B). El centro cuenta con un total de 564 alumnos, el número de alumnos por clase en secundaria suele oscilar de 15 a 25 alumnos.

El edificio principal del colegio es un bloque de pisos donde se encuentran situadas las aulas, secretaría, dirección, aseos, biblioteca, sala de ordenadores y aula de tecnología. En la planta baja del edificio contiguo se encuentra el comedor. En cuanto a las instalaciones disponibles para la práctica, el centro utiliza unas pistas exteriores y un pabellón cubierto pertenecientes a la Comunidad de Madrid (Anexo 9). Estas instalaciones se encuentran fuera del colegio por lo que los alumnos deben ir caminando unos minutos hasta llegar a ellas. Además, se comparten con otro centro de la zona por lo que tienen establecido un horario para que la práctica sea compatible.

TFM: Patricia López García

Para la próxima temporada, el centro avanzará mucho en este sentido ya que al trasladarse dispondrán de instalaciones nuevas. Pistas exteriores, pabellón cubierto y piscina, todas ellas de uso privado para el centro.

La misión del colegio Nueva Castilla es fomentar la educación integral del alumno y contribuir al progreso de toda la comunidad educativa haciendo que cada estudiante desarrolle sus propias capacidades intelectuales, físicas y morales en un clima de tolerancia y respeto, promocionando el deporte y la cultura.

El personal docente del centro lo forman diplomados/graduados en magisterio de educación infantil y primaria y licenciados/graduados de diferentes especialidades para secundaria. Los profesores y educadores se comprometen con su competencia, responsabilidad y participación activa a construir la comunidad educativa, además de promover la colaboración y participación de los demás miembros de la comunidad. Por último, los administradores y demás personal auxiliar desde sus puestos contribuirán a que el Proyecto Educativo se lleve a cabo (Anexo 10).

En la actualidad las instalaciones disponibles, en comparación con el resto de centros cercanos, reflejan la mayor debilidad del centro. Sin embargo, la próxima temporada esto cambiará. Para el curso 2019/20 hay un proyecto de ampliación y remodelación del centro, en el que se unirán al colegio concertado Zazuar. El nuevo centro estará situado en el ensanche de Vallecas y ampliará su oferta educativa incluyendo bachillerato y Formación Profesional además, de las nuevas instalaciones anteriormente mencionadas.

Desde el ámbito de la educación física, tampoco podemos pasar por alto las posibilidades que nos ofrece este distrito. En el entorno cercano al centro hay gran cantidad de parques y espacios naturales que podrían aprovecharse para la práctica en las clases. El anillo verde ciclista es un circuito que circunvala Madrid y efectúa su paso por Vallecas, así como numerosos carriles bici a lo largo de todo el distrito. En la misma línea, anualmente se celebran numerosas carreras populares en la zona, siendo la más conocida la “San Silvestre Vallecana”. Además de otras federaciones de diferentes deportes, este distrito cuenta con la Fundación Rayo Vallecano que, además de otras categorías, cuenta con un equipo de fútbol masculino en primera división (la ciudad deportiva del Rayo Vallecano se encuentra a escasos metros del colegio). Todas estas características del entorno cercano al centro ofrecen numerosas oportunidades al colegio de acercar y motivar a los alumnos por esa cultura deportiva que les rodea.

3. COMPETENCIAS CLAVE

El Real Decreto 1105/2014, define las competencias como: “capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos” (p. 172).

Para Campos (2010, citado en González y Campos, 2014) las competencias son comportamientos observables que una persona debe desarrollar al poner en práctica no solo una serie de conocimientos sino también a través de procedimientos, habilidades y actitudes de una forma integrada para realizar adecuada y eficientemente una determinada situación, actividad o desempeño profesional. Además este autor enfatiza que para poder desarrollar esos comportamientos incluidos en las competencias los siguientes componentes deben estar presentes: saber (conocimientos), saber hacer (habilidades y destrezas), saber ser-estar (actitudes e intereses), querer hacer (motivación) y poder hacer (medios y recursos).

A efectos de la orden ECD/65/2015, de 21 de enero las competencias clave del currículo son las siguientes: Comunicación lingüística, competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología, competencia digital, aprender a aprender, competencias sociales y cívicas, sentido de iniciativa y espíritu emprendedor y conciencia y expresiones culturales. A continuación se realiza un breve resumen de cada una de ellas:

- Comunicación lingüística (CL). Esta competencia hace referencia al conocimiento y uso del lenguaje, tanto es su forma escrita como oral, además de la comprensión y asimilación de los conceptos a tratar.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT). Engloba la comprensión y análisis de datos matemáticos, así como la capacidad de utilizar información y datos científicos y tecnológicos.
- Competencia digital (CD). Mediante esta competencia se pretende hacer uso de la capacidad para utilizar de forma adecuada y responsable el potencial que tiene el mundo digital, adaptándose a las necesidades sociales actuales.
- Aprender a aprender (AA). Pretende que el sujeto sea consciente de sus capacidades y limitaciones a la hora de aprender y además, que sea capaz de adquirir los contenidos propuestos con estrategias que se adapten a dichas capacidades.

TFM: Patricia López García

- Competencias sociales y cívicas (CSC). Esta competencia abarca las relaciones sociales que se pueden dar en el ámbito escolar, así como el respeto y la inclusión de cualquier individuo con independencia de factores como: procedencia, religión, pensamiento, condición socio-económica, etc.
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE). Hace referencia a la capacidad de administrar y planificar el entorno atendiendo al funcionamiento de la sociedad, teniendo en cuenta el mundo empresarial, la economía y las iniciativas personales y profesionales propias.
- Conciencia y expresiones culturales (CEC). Esta competencia incide en el conocimiento, comprensión y respeto de las manifestaciones artísticas y culturales que se pueden encontrar en la sociedad con la intención de promover la creatividad y la libertad de expresión artístico-cultural del sujeto.

3.1 Adaptación de las competencias al grupo-clase

En las clases de educación física tenemos la oportunidad de trabajar las competencias clave a través de las numerosas situaciones que esta materia nos proporciona. A diferencia del resto de asignaturas, en nuestras clases podemos generar infinidad de contextos para profundizar en el aprendizaje de estas competencias. En este apartado se analiza cómo llevar a la práctica y desarrollar estas competencias con el grupo-clase, para ello se toma como referencia el trabajo de Figueras, Capllonch, Blázquez y Monzonís (2016), sobre las competencias y las investigaciones existentes al respecto.

La práctica de actividad física y deporte requiere de intercambios comunicativos que nos permiten desarrollar la competencia lingüística. Se producen gran cantidad de diálogos en los que es necesario el uso de lengua específico para transmitir conocimientos sobre diferentes disciplinas que abarca la materia, así como: emociones, pensamientos e ideas. Esta comunicación se puede dar a nivel verbal y no verbal. Además, supone un espacio muy apropiado para la incorporación de lenguas extranjeras.

La competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología en el ámbito de la educación física se desarrolla en situaciones en las que es necesario conocer medidas y distancias del campo o adversarios, asumir decisiones teniendo en cuenta el porcentaje de éxito que se puede dar en diferentes acciones o calcular frecuencias cardíacas para planificar ritmos de carrera o de actuación en un deporte.

TFM: Patricia López García

A través de la competencia digital se puede aplicar en distintas situaciones y contextos lenguajes específicos básicos: numérico, textual, visual, icónico, sonoro y gráfico. La incorporación de las TIC, aplicaciones y plataformas digitales como medio de recogida y tratamiento de información sobre el temario a tratar nos puede proporcionar un aumento de interés por parte de los alumnos. Además permite una reflexión sobre la práctica, el trabajo en equipo y la planificación de eventos dentro y fuera del horario escolar.

La planificación de actividades físicas a partir del trabajo en equipo, la experimentación, y el aprendizaje de elementos técnicos, estratégicos y tácticos nos permite desarrollar la competencia aprender a aprender en las clases. Si se potencia la planificación, desarrollo y evaluación de la práctica por parte de los alumnos, se les hará partícipes de su propio aprendizaje.

En cuanto a las competencias sociales y cívicas, la educación física y el deporte deben ser promotores de la integración y el respeto. En las clases de debe potenciar el aprecio y respeto por las normas así como el trabajo en equipo y la cooperación, respetando las diferencias interpersonales.

Desarrollaremos el sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor en los alumnos al enseñarles a autosuperarse ante las dificultades que se les planteen, gestionar su propia actividad física, responsabilizarse de proyectos y del cumplimiento de las normas, y también al desarrollar su capacidad para aceptar los diferentes niveles de ejecución motriz del grupo y de condición física.

Por último, la conciencia y expresiones culturales se puede trabajar a través del movimiento mediante las infinitas posibilidades de expresión corporal y cultural que nos ofrece. Con este fin, podemos recurrir a los juegos, deportes y danzas tradicionales de diferentes culturas o contextos.

4. OBJETIVOS A ALCANZAR POR LOS ALUMNOS

Según el Real Decreto 1105/2014, los objetivos son “referentes relativos a los logros que el estudiante debe alcanzar al finalizar cada etapa, como resultado de las experiencias de enseñanza-aprendizaje intencionalmente planificadas a tal fin” (p. 172).

4.1 Objetivos Generales de la etapa (OGE)

Para esta programación se utilizan los Objetivos Generales de Etapa descritos en el DECRETO 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. El alumnado al finalizar la etapa educativa debe ser capaz de:

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.

TFM: Patricia López García

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.

4.2 Adaptación de los objetivos generales de etapa al grupo-clase

Una vez descritos los objetivos generales de la etapa, analizamos la forma de llevar a cabo, desde una perspectiva práctica, cada uno de ellos con los alumnos.

La creación de grupos heterogéneos en las diferentes actividades nos permite desarrollar la empatía, tolerancia y cooperación. Asignar roles les permite ser conscientes de sus deberes y responsabilidades y favorece un buen clima de trabajo que repercute positivamente en la cohesión del grupo. Ser equitativos en la igualdad de oportunidades y grado de participación en las clases les ayudará a entender sus derechos y a ejercer una igualdad de trato tanto dentro como fuera del entorno escolar.

Las normas son un recurso necesario y muy útil para crear hábitos de disciplina. Si incluimos a los alumnos en la elaboración de las mismas, en la medida de lo posible, aumentará su compromiso hacia ellas. Crear rutinas en la organización de las clases favorece una dinámica más eficaz y contribuye al desarrollo del trabajo individual y en equipo al economizar el tiempo de clase. A continuación se describe, para cada OGE citado en el apartado anterior, la aplicación práctica con el grupo-clase.

- A) Los equipos mixtos acercan a los alumnos hacia la igualdad de derechos y oportunidades con indiferencia del sexo de cada uno. La igualdad de participación por parte de alumnos y alumnas en la realización de todas las actividades ayuda a minimizar los estereotipos creados por la sociedad. Buscar información y dar conocer logros deportivos tanto de mujeres como de hombres les permite valorar y apreciar el esfuerzo con independencia de factores sexistas.
- B) A través de la educación física se procura desarrollar la autoestima de cada uno de los alumnos, intentando repercutir en su personalidad. El planteamiento de actividades que exijan la dependencia de unos y otros y para las cuales deban apoyarse con el fin de conseguir unos objetivos comunes afianzará sus capacidades afectivas y de relación. Dar a conocer situaciones de acoso escolar reales que suceden en los centros les permite desarrollar la empatía. Formar en pautas de actuación y realizar actividades de interpretación que promuevan la resolución pacífica de conflictos les permite estar preparados a la hora de encontrarse en esas situaciones.
- C) La preparación y búsqueda de información de los contenidos previos a las clases les permite desarrollar su criterio a la hora de seleccionar información y valorar la fiabilidad de las fuentes. Incluir en la dinámica de las clases recursos digitales les familiarizará con este tipo de herramientas.
- D) Promover un espíritu interdisciplinar en las clases les permitirá ver la utilidad de los contenidos tratados en otras materias (musculatura, balances energéticos, unidades de medida, cálculos matemáticos, sistemas de puntuación...) y su aplicación práctica en la asignatura de educación física.
- E) La propuesta de retos asequibles para todos refuerza su confianza e iniciativa. Plantear en las clases diferentes opciones, niveles, posibilidades ante los que tengan que elegir en función de sus posibilidades desarrollará su espíritu crítico. Si además, les otorgamos un grado de participación en la dirección de las clases les haremos conscientes de sus responsabilidades y reforzaremos su autonomía.
- F) La propuesta de actividades teórico-prácticas les acercará a fuentes bibliográficas. La necesidad de comunicarse con los compañeros para la realización de las actividades desarrollará su capacidad de expresión. Realizar puestas en común al finalizar las clases dará la oportunidad de expresarse a todos por igual.
- G) Alternar la realización de las clases en inglés les permite conocer tecnicismos propios de la materia.

- H) Los juegos, deportes y danzas procedentes de otros países nos permiten acercarnos a diferentes culturales. La presencia de alumnos de diferentes nacionalidades enriquece culturalmente al resto de la clase y permite otorgar protagonismo a estos alumnos al darles la oportunidad de dar a conocer al resto aspectos culturales de su país. Esto a su vez, promueve la integración y evita conductas racistas discriminatorias.
- I) Dar a conocer los beneficios de cada actividad para nuestro cuerpo y organismo les dará un significado y favorecerá una actitud más positiva hacia la práctica. Estudiar los problemas derivados de la inactividad les hará conscientes de la importancia de incorporar hábitos deportivos en su vida. Facilitar la información y preparación necesaria para que autónomamente puedan practicar actividad física de forma saludable. A través de salidas y actividades programadas en el medio natural podemos promover el cuidado y respeto por los seres vivos así como, relacionar estas salidas con el impacto y consecuencias que las acciones negativas del ser humano tienen en el medio natural favorecerá la aparición de actitudes de conservación del mismo.
- J) La incorporación en las clases de actividades de danza, teatro, improvisación y otros medios de expresión y representación permiten a nuestros alumnos apreciar la creación artística.

5. CONTENIDOS

El Real Decreto 1105/2014 establece la siguiente definición para los contenidos: “Conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que contribuyen al logro de los objetivos de cada enseñanza y etapa educativa y a la adquisición de competencias. Los contenidos se ordenan en asignaturas, que se clasifican en materias y ámbitos, en función de las etapas educativas o los programas en que participe el alumnado” (p. 172).

Según el DECRETO 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria, existen dos ciclos dentro la ESO. El curso de 3º de ESO forma parte del 1er ciclo y sus contenidos son los siguientes (p.220):

1. Actividades individuales en medio estable:
 - Modalidades de atletismo: carrera de vallas y salto de altura estilo Fósbury.
 - Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.

TFM: Patricia López García

- Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.

- Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad, flexibilidad.

- Formas de evaluar el nivel técnico en el paso de las vallas y el salto Fósbury.

- Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.

- La capacidad de aprendizaje motor y el valor relativo de los resultados cuantitativos.

2. Actividades de adversario: el bádminton

- Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.

- Estrategias de juego. Colocación de los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario.

- Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.

3. Actividades de colaboración-oposición: baloncesto

- Habilidades específicas del baloncesto. Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes.

- Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas.

- Estímulos relevantes que en baloncesto condicionan la conducta motriz: situación del balón y la canasta, espacios libres, tiempos de juego, etc.

- La colaboración y la toma de decisiones en equipo.

4. Actividades en medio no estable: orientación

- La orientación como actividad físico deportiva en medio no estable. Interpretación de mapas y uso de la brújula y otros sistemas de orientación (GPS, indicios naturales).

- Equipamiento básico para la realización de actividades de orientación en función de la duración y de las condiciones de las mismas.

TFM: Patricia López García

- La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de orientación.

- Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad. Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de recorridos de orientación. Influencia de las actividades de orientación en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.

5. Actividades artístico expresivas: danzas

- La danza como contenido cultural. Danzas históricas y danzas actuales.

- Diseño y realización de coreografías Agrupamientos y elementos coreográficos.

6. Salud:

- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas.

- Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.

- Métodos para llegar a valores saludables en la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad.

- Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas

- Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo.

7. Balance energético entre ingesta y gasto calórico.

5.1 Análisis y secuenciación de los contenidos en unidades didácticas

A continuación se muestra la secuenciación de los bloques de contenidos propuesta, los cuales se han dividido en siete unidades didácticas:

El curso da comienzo en septiembre con la UD Salud y balance energético, la cual sirve de introducción del resto del curso para nuestros alumnos. Posteriormente, se trabajan las actividades individuales en medio estable con la UD de atletismo. La tercera UD comprende

TFM: Patricia López García

las actividades artístico expresivas que se llevan a cabo durante diciembre y enero, permitiendo desarrollar a tiempo la coreografía a representar en la actuación de carnaval.

Las actividades de adversario se desarrollan en la UD de bádminton durante los meses de invierno. Aprovechando que durante este periodo las condiciones climatológicas suelen ser más adversas, este deporte reúne las características apropiadas para trabajarlo en el pabellón cubierto.

Hacia el mes de marzo, con la llegada de la primavera y el buen tiempo con la finalidad de poder realizar sesiones al aire libre, se desarrollan las actividades de colaboración-oposición en la UD de baloncesto y las actividades en medio no estable con la UD de orientación. Para finalizar el curso, el mes de mayo comienza la última UD, salud II.

6. UNIDADES DIDÁCTICAS

Para Rodríguez (2010) la unidad didáctica es definida como el elemento de trabajo que permite al docente organizar su práctica educativa con la finalidad de proporcionar un aprendizaje de calidad y adaptarse al grupo en su diversidad. Para ello se emplean los diferentes procesos de enseñanza.

A continuación, se detallan las unidades didácticas que se desarrollan en esta programación anual para el grupo 3º A (ESO). Esta programación comienza en septiembre de 2019 y finaliza en el mes de junio de 2020, tiempo durante el cual se desarrollarán siete unidades didácticas.

6.1 Relación, secuenciación y temporalización de las unidades didácticas

Esta programación anual cuenta con un total de siete unidades didácticas para el curso 2019/2020 que transcurren desde los meses de septiembre a junio.

Tanto al comienzo como al final del curso se desarrollan unidades didácticas dedicadas al contenido de salud. El curso comienza con una valoración inicial del estado de forma físico, valores saludables, ingesta y gasto calórico, así como aspectos preventivos y otras nociones a tener en cuenta para el desarrollo de las siguientes unidades didácticas.

A continuación, aprovechando aún el buen tiempo que permite realizar sesiones al aire libre, se desarrolla la unidad didáctica de atletismo centrándonos en las modalidades de carrera de vallas y salto de altura estilo Fósbury.

TFM: Patricia López García

En la siguiente unidad didáctica se trabajan las actividades artístico expresivas. Una de las actividades será diseñar una coreografía para interpretar en carnaval por este motivo se realiza en los meses previos al mismo.

El curso continua con bádminton. Durante los meses de invierno muchas sesiones tienen que realizarse dentro del pabellón y para este contenido esas instalaciones son muy apropiadas.

La unidad didáctica de baloncesto se realiza en marzo. Durante este mes, suele haber un clima favorable que permite disfrutar de esta actividad al aire libre sin exceso de calor, ya que durante estas sesiones la demanda física suele ser elevada.

Durante abril y mayo están previstas sesiones al aire libre para trabajar el contenido de orientación, tanto en el patio escolar como parques próximos al entorno escolar.

El curso finaliza con actividad física y salud. Con la intención de, además de trabajar otros contenidos, dar a conocer las ventajas para la salud de la práctica de actividad física y deporte en los alumnos así como las nociones necesarias para realizarla de forma correcta. De este modo se pretende que los hábitos obtenidos a lo largo del curso se mantengan durante el verano.

Tabla 1. Unidades Didácticas curso 2019/2020

Nº	Título	Fecha	Trimestre	Nº Sesiones
1	Empezamos... ¿Estamos en forma?	Septiembre/Octubre	1º	8
2	Atletismo	Octubre/Noviembre	1º	10
3	1, 2, 3... ¡A bailar!	Diciembre/Enero	2º	7
4	Bádminton	Enero/Febrero	2º	9
5	¡Jugamos al baloncesto!	Marzo	3º	8
6	Orientándonos	Abril/Mayo	3º	9
7	Actividad física y salud	Mayo/Junio	3º	7

7. RELACIÓN ENTRE LOS ELEMENTOS DE LA PROGRAMACIÓN

A continuación se refleja la relación de los diferentes elementos curriculares.

Temporalización 1ª Evaluación

Septiembre		Octubre				Noviembre					
		1	1	1	1	2	2	2	2	2	2

Colegio Nueva Castilla					
EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO			1ª Evaluación		
Contenidos	OGE	Criterios de Evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Competencias Clave
UD 1. EMPEZAMOS... ¿ESTAMOS EN FORMA? Métodos para llegar a valores saludables en la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad. Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación. La capacidad de aprendizaje motor y el valor relativo de los resultados cuantitativos.	G H K	4, 5 y 6	4.5 4.6 5.1 5.2 6.1 6.2	Brainstorming Observación Pruebas orales Diario de sesión	AA SIEE CL
UD 2. ATLETISMO Modalidades: carrera de vallas y salto de altura estilo Fósbury. Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico. Formas de evaluar el nivel técnico en el paso de las vallas y el salto Fósbury. Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad y flexibilidad. Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.	A D	1, 6	1.1 1.2 1.3 1.4 6.3	Observación Lista de control	AA CSC SIEE

Temporalización 2ª Evaluación

Diciembre			Enero			Febrero					
3	3	3			3	4	4	4	4	4	4

Colegio Nueva Castilla					
EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO			2ª Evaluación		
Contenidos	OGE	Criterios de Evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Competencias Clave
<p>UD 3. 1, 2, 3... ¡A BAILAR! La danza como contenido cultural. Danzas históricas y danzas actuales. Diseño y realización de coreografías. Agrupamientos y elementos coreográficos.</p>	J L	2, 7 y 10	2.1 2.2 2.3 2.4 7.2 10.2	Observación Heteroevaluación	CSC CL CD CEC
<p>UD 4. BÁDMINTON Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas. Estrategias de juego. Colocación de los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario. Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.</p>	B C	3, 4, 7 y 9	3.4 4.1 7.1 9.1	Registro de acontecimientos Autoevaluación	AA CSC SIEE

Temporalización 3ª Evaluación

Marzo				Abril			Mayo				Junio				
5	5	5	5	6		6	6	6	7	7	7	7			

Colegio Nueva Castilla					
EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO			3ª Evaluación		
Contenidos	OGE	Criterios de Evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Competencias Clave
<p>UD 5. ¡JUGAMOS AL BALONCESTO!</p> <p>Habilidades específicas del baloncesto. Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes.</p> <p>Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos.</p> <p>Capacidades implicadas.</p> <p>Estímulos relevantes que en baloncesto condicionan la conducta motriz: situación del balón y la canasta, espacios libres, tiempos de juego, etc.</p> <p>La colaboración y la toma de decisiones en equipo.</p>	<p>D</p> <p>E</p> <p>I</p>	<p>3, 7 y 10</p>	<p>3.1</p> <p>3.2</p> <p>3.3</p> <p>7.3</p> <p>10.1</p>	<p>Brainstorming</p> <p>Observación</p> <p>Trabajo escrito</p> <p>Coevaluación</p> <p>Rúbrica</p> <p>Kahoot</p>	<p>AA</p> <p>CSC</p> <p>CL</p> <p>CD</p> <p>SIEE</p>

<p>UD 6. ORIENTÁNDONOS La orientación como actividad físico deportiva en medio no estable. Interpretación de mapas y uso de la brújula y otros sistemas de orientación (GPS, indicios naturales). Equipamiento básico para la realización de actividades de orientación en función de la duración y de las condiciones de las mismas. La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de orientación. Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad. Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de recorridos de orientación. Influencia de las actividades de orientación en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.</p>	<p>F G</p>	<p>1, 8 y 9</p>	<p>1.5 8.1 8.2 9.2 9.3</p>	<p>Observación Pruebas orales Rúbrica</p>	<p>SIEE CL CMCT</p>
<p>UD 7. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas. Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas. 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. Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardíaca, la escala de percepción de esfuerzo. Balance energético entre ingesta y gasto calórico.</p>	<p>D F K</p>	<p>4, 5 y 8</p>	<p>4.2 4.3 4.4 5.3 5.4 8.3</p>	<p>Brainstorming Observación Entrevistas Trabajo escrito</p>	<p>AA SIEE CMCT</p>

8. METODOLOGÍA Y PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS

La metodología didáctica es un “conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados” (RD1105/2014, p.172).

Tal y como recalcan González y Campos (2014) es muy importante la relación existente entre los elementos personales del proceso de enseñanza y aprendizaje ya que estas condicionan las interacciones que se producen entre los tres grandes agentes del proceso didáctico: el alumnado, el profesorado y las actividades de enseñanza y aprendizaje.

La dinámica de las clases de educación física a lo largo de su historia ha ido evolucionando desde metodologías más instructivas por parte del docente, las cuales limitaban la labor del alumno a un modo más pasivo, hacia metodologías que suponen una participación más activa del alumnado. Esta programación sigue esta misma línea de actuación ya que está enfocada en el alumno, siendo este el elemento fundamental del aprendizaje.

De este modo se pretende favorecer un clima colaborativo, donde el alumnado tenga un alto grado de participación y no solo sea receptor de información sino que sea un sujeto activo que adquiere un aprendizaje significativo. Por este motivo, se considera fundamental buscar la autoconciencia del alumnado, centrándose en crear ambientes favorecedores para el aprendizaje y apostar por el aprendizaje colaborativo o cooperativo (Solaz-Portolés, Del Campo y Sanjosé, 2016).

En cuanto a cualidades individuales del alumnado se refiere, se buscará grupos heterogéneos en cuanto a habilidades sociales, características personales, género, país de procedencia, o cualquier otra diferenciación. También se utilizarán distintos roles que en diferentes momentos de las sesiones los alumnos y alumnas tendrán que asumir, pasando por diferentes en función del tipo de trabajo y contenido a desarrollar. Entre ellos destacan las siguientes figuras: moderador, encargado de material, portavoz, apuntador u otros posibles roles que puede haber dentro de un grupo de trabajo.

En este sentido, la función del docente para enfocar el proceso de enseñanza-aprendizaje es fundamental. En función del tipo de comunicación que este emplee para transmitir la información a sus alumnos y las interacciones que en este proceso se den, se determinan diferentes tipos de técnicas de enseñanza. Sin embargo, tal y como amplia Delgado (1991) el

término de estilo de enseñanza no solo abarca las relaciones didácticas de tipo técnico y comunicativo, sino también de tipo organizativo del grupo clase y de tipo socioafectivo en las clases de educación física. Por tanto, al tratarse de un término más global nos centraremos en este concepto.

8.1 Estilos de enseñanza

En este apartado, se exponen en líneas generales diferentes estilos de enseñanza. A lo largo de esta programación se utilizan diferentes estilos de enseñanza en función del contenido a tratar, la contextualización y el tipo de actividades diseñadas. Delgado (1991) destaca la importancia de no encasillarse en un único estilo. Apuesta por una combinación de diferentes estilos para la cual es necesario tanto el conocimiento como el dominio de todos ellos. De este modo el docente será capaz de combinarlos llegando incluso a transformarlos y crear unos nuevos a partir de su observación, reflexión e investigación en el aula.

Este mismo autor, divide los estilos de enseñanza en dos grandes grupos: los estilos reproductivos: (que reproducen un modelo por parte del alumnado) y los estilos productivos (el alumnado tiene un papel más activo en el proceso de enseñanza y aprendizaje). Dentro de estos dos grandes grupos se encuentran los siguientes estilos de enseñanza (Delgado, 1991):

- Los estilos de enseñanza tradicionales entre los que se incluyen: mando directo, mando directo modificado y asignación de tareas.
- Los estilos de enseñanza que fomentan la individualización como por ejemplo: programa individual, trabajo por grupo de interés, trabajo por grupo de nivel, enseñanza modulada y enseñanza programada.
- Los estilos de enseñanza que posibilitan la participación del alumnado en la enseñanza, aquí se incluyen la enseñanza recíproca, grupos reducidos y microenseñanza.
- Los estilos de enseñanza que propician la socialización a partir de diferentes dinámicas de grupo Philips 66, role-playing, lluvia de ideas...
- Los estilos de enseñanza que implican cognoscitivamente de forma más directa al alumno en su aprendizaje donde se incluyen descubrimiento guiado y resolución de problemas.
- Los estilos de enseñanza que favorecen la creatividad: sinéctica.

A lo largo de esta programación se combinan diferentes estilos de enseñanza. En ocasiones se emplean estilos de enseñanzas más tradicionales como el mando directo y la asignación de

tareas para trabajar ciertos contenidos. Sin embargo, al pretender que la participación del alumnado tenga un carácter más activo y participativo, las actividades de enseñanza-aprendizaje se enfocan también bajo estos estilos: Descubrimiento guiado, resolución de problemas, brainstorming...

8.2 Tipos de actividades

Las actividades representan el elemento central del proceso de enseñanza y aprendizaje. Por ello adquiere vital importancia analizar los diferentes tipos de actividades que podemos llevar a cabo a lo largo de las sesiones.

Medina (1990) incide en la importancia de la coherencia del pensamiento y la conducta del docente. Para este autor, la calidad del estilo de enseñanza del profesor y el aprendizaje del alumno están determinados por las actividades, ya que las considera un elemento curricular característico de ambos. Un análisis de las diferentes actividades y el tipo de enfoque bajo el que se impartan proporciona mucha información sobre el perfil del docente.

Siguiendo la propuesta de Díaz (1994), a continuación se describen los diferentes tipos de actividades:

- Actividades de motivación: su finalidad es motivar al alumnado hacia los contenidos propuestos.
- Actividades de iniciación: nos permiten averiguar los conocimientos previos del contenido a tratar.
- Actividades de desarrollo: se emplean para desarrollar los aprendizajes principales.
- Actividades de consolidación: permiten asentar y asegurar los aprendizajes.
- Actividades de refuerzo: se utilizan cuando el docente detecta carencias en los aprendizajes del alumnado.
- Actividades de ampliación: útiles cuando tenemos alumnos que aprenden más rápido que los demás.
- Actividades de profundización: previstas para cuando un contenido genera un gran interés.
- Actividades de síntesis: permiten constatar la asimilación de los contenidos por parte del alumnado.

A lo largo de la programación se combinan diferentes tipos de actividades en función de la unidad didáctica y el contenido a tratar. En líneas generales para la mayoría de unidades

TFM: Patricia López García

didácticas, y para la unidad didáctica de baloncesto que se desarrolla por completo (Anexo 1), se sigue la misma línea de actuación.

En primer lugar, al iniciar la unidad didáctica, se presentan actividades de motivación con la finalidad de presentar el contenido a trabajar y motivar a los alumnos para las siguientes sesiones. Estas actividades suelen ser de carácter más lúdico y recreativo pero a la vez van sentando las bases para el aprendizaje en las próximas sesiones.

A continuación, se sigue la dinámica actividades iniciación, desarrollo y consolidación para finalizar la unidad didáctica con actividades de síntesis. Por ejemplo, en el caso de la unidad didáctica ¡Jugamos al baloncesto!, las actividades de síntesis tienen carácter competitivo. A través de un campeonato en el que los alumnos participan muy motivados, se constata el logro o asimilación de los contenidos.

En cuanto a los agrupamientos en las actividades, se utilizarán diferentes en función del contenido y la forma de trabajar. En ciertos momentos de la programación se llevará a cabo trabajo individual fomentando el desarrollo personal y la adquisición de habilidades técnicas.

En otros momentos, en función de las necesidades educativas del alumnado y de la organización de la clase, se realizarán trabajos por parejas o tríos. Y también, se realizarán agrupamientos mayores para poner en práctica otras metodologías como, por ejemplo, el aprendizaje cooperativo.

9. RECURSOS DIDÁCTICOS

Los recursos didácticos son todos aquellos instrumentos que, por una parte, ayudan a los formadores en su tarea de enseñar y por otra, facilitan a los alumnos el logro de los objetivos de aprendizaje (Corrales y Sierras, 2012). Estos recursos tienen un papel fundamental en el proceso educativo ya que su correcta selección y utilización condicionarán su eficacia. Por tanto, constituyen un apoyo para el docente en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Igual que una programación debe ser flexible, la utilización de los recursos también. Corrales y Sierras (2012) continúan explicando cómo puede darse el caso de que un recurso resulte fantástico para un grupo y ese mismo recurso no consiga el mismo resultado esperado para otro curso. Aquí, destaca la importancia de la habilidad del docente de conocer sus diferentes grupos y jugar con los recursos que tiene a su alcance para sacarles el mayor partido posible.

TFM: Patricia López García

En cuanto al material y la instalación deportiva, con todos sus espacios, no son solo elementos esenciales para alcanzar los objetivos de la educación física sino que además, su conocimiento y correcta utilización evitará que los beneficios generados a través de su práctica se conviertan en riesgos y problemas derivados de una incorrecta intervención docente (González y Campos, 2014).

A continuación se exponen los principales recursos materiales, espaciales y humanos relevantes en el ámbito de la educación física y, a su vez, se van detallando los existentes para esta programación.

9.1 Recursos materiales

En este apartado, seguiremos la clasificación propuesta por Blázquez (2001) que distingue entre: recursos materiales no específicos de educación física y recursos materiales propios de educación física.

Algunos ejemplos de recursos materiales no específicos son los siguientes: medios impresos, medios visuales fijos y proyectados, recursos sonoros, medios audiovisuales, recursos informáticos y TIC, recursos soporte...

En concreto, para el desarrollo de nuestra programación hay disponibilidad de: libros de texto, pizarras digitales, televisión y ordenadores fijos y portátiles.

En cuanto a los recursos materiales propios de la educación física tenemos los siguientes ejemplos: Material fijo inventariable polivalente (canastas, espalderas, portería, etc.), material móvil inventariable polivalente (colchoneta, plinto, etc.), material móvil fungible polivalente (aros, picas, conos, cuerdas, etc.), material móvil fungible específico (balón de fútbol, pelota de tenis, etc.).

El colegio cuenta con los recursos materiales propios de la educación física suficientes para la correcta realización de las clases.

Tanto en las pistas exteriores como en el pabellón cubierto se dispone de canastas y porterías. Un lateral del pabellón está formado por espalderas. También hay diferentes modelos de colchonetas y quitamiedos disponibles. Hay variedad en cuanto a aros, conos, picas, pelotas, chinchetas, cuerdas... También encontramos variedad de móviles e implementos: raquetas y plumas de bádminton así como, balones de diferentes modalidades deportivas.

9.2 Recursos espaciales

Cada contenido de educación física requiere unos espacios que se ajusten a las características de las actividades que se van a realizar (Blández, 2005).

Para la planificación y desarrollo de las clases de educación física hay que tener en cuenta tanto las instalaciones deportivas escolares como también aquellas que se utilizan con la finalidad de alcanzar los objetivos y competencias del área de educación física. Una instalación deportiva es toda instalación de cualquier característica dedicada a la práctica de actividad física y deporte. Esto incluye en toda su gama de modalidades o finalidades, incluyendo: las zonas de equipamiento, complementarias o funcionalmente necesarias para el desarrollo de la actividad (González y Campos, 2014).

A continuación, se profundiza en la definición de las características de los espacios e instalaciones dedicados a la práctica de las clases de educación física en el colegio Nueva Castilla.

- Patio exterior: formado por dos pistas (baloncesto y fútbol) separadas entre sí por una valla. Además estas pistas tienen las líneas pintadas para practicar diferentes modalidades deportivas.
- Pabellón multi-deporte cubierto, tiene una longitud de 30 metros de largo, techo alto y dos filas de asientos en la grada. También está adaptado para la práctica de diferentes modalidades deportivas.
- Aseos y servicios higiénico-sanitarios. Tanto para el pabellón exterior como para las instalaciones interiores.

Además de todos estos espacios deportivos, se tendrá en cuenta la utilización de la sala de ordenadores, sala de tecnología y otras aulas a disposición del profesor de educación física con previa autorización.

También es imprescindible tratar en este punto el equipamiento necesario tanto del profesor como de los alumnos. Ambos deben acudir a las clases con ropa deportiva.

En el caso de los alumnos deben llevar el chándal perteneciente al uniforme escolar. En cuanto al calzado deben utilizar zapatillas deportivas que garanticen una correcta sujeción del pie y les permitan realizar todas las actividades propuestas.

9.3 Recursos humanos

A continuación, se describen los recursos humanos disponibles para el colegio Nueva Castilla.

En el colegio conviven los profesores de diferentes especialidades y ciclos con personal que trabaja en el centro pero que no desarrolla una labor docente. Entre estos servicios, el colegio cuenta con secretaria disponible durante todo el horario lectivo, así como conserje. También comparten espacio los trabajadores de mantenimiento, limpieza y trabajadores del comedor. Los cargos directivos tienen su despacho en el edificio central del colegio.

Profesorado de educación física: El colegio dispone de un profesor de educación física para infantil y primaria (1º-5º curso). Y el otro profesor trabaja con primaria (6º curso) y ESO (1º-4º curso). Uno de ellos ejerce también como profesor de actividades físicas extraescolares en el centro, el resto de profesores de estas actividades no pertenecen al equipo docente. Los profesores de educación física también deberán trabajar de forma coordinada con los monitores de natación y los monitores de las actividades extraescolares programadas.

Al compartir el pabellón cubierto con otro instituto también es fundamental la coordinación con los profesores del otro centro, así como con el colectivo de padres y AMPA.

10. EVALUACIÓN

La evaluación no solo tiene como finalidad conocer y dar a conocer los resultados del alumnado. Tal y como afirman González y Campos (2014) el profesorado, durante la evaluación, debe tener presente todos los elementos tanto del proceso de aprendizaje del alumnado como del desempeño del docente.

Anteriormente ya se han expuesto los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje fijados por el Decreto 48/2015 de la Comunidad de Madrid y por el Real Decreto 1105/2014. Este Real Decreto menciona la evaluación continua como parte importante del documento, intentando promoverlo en la medida de lo posible junto a la potenciación de las competencias, desde un punto de vista continuo, formativo e integrador. Existen muchos factores que afectan a la evaluación, por lo que se trata de un proceso muy complejo sin además olvidar que el aprendizaje está supeditado a los objetivos, contenidos, competencias, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje propuestos por la ley.

La evaluación, por tanto, está inmersa en un proceso de evaluación formativa ayudando de este modo a mejorar de forma continua y sistemática tanto al proceso didáctico como al alumnado y profesorado (González y Campos, 2014). La finalidad que cada docente le otorgue a la evaluación está íntimamente ligada al momento en que se realice, además en función de cómo entienda el profesorado el proceso educativo existirán diferentes finalidades. Centrarse solo en un modo de evaluar estaría haciendo que el docente pasara mucha información relevante en el proceso educativo por lo que la idea sería que los diferentes tipos de evaluación fueran conjugados y tenidos en cuenta dentro del proceso evaluador.

En esta programación, la evaluación tomará todos esos caminos en función del objeto a evaluar, puesto que se buscará una mejora tanto de la práctica docente, de la programación de la asignatura y del aprendizaje del alumnado.

10.1 Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado

A lo largo de este apartado se va a analizar el proceso de aprendizaje del alumnado. Para ello, se comenzará describiendo los criterios y estándares de aprendizaje.

10.1.1 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

Los criterios de evaluación son definidos como “el referente específico para evaluar el aprendizaje del alumnado. Describen aquello que se quiere valorar y que el alumnado debe lograr, tanto en conocimientos como en competencias; responden a lo que se pretende conseguir en cada asignatura” (RD1105/2014, p.172).

Por otro lado, los estándares de aprendizaje evaluables se definen como las “especificaciones de los criterios de evaluación que permiten definir los resultados de aprendizaje, y que concretan lo que el estudiante debe saber, comprender y saber hacer en cada asignatura; deben ser observables, medibles y evaluables y permitir graduar el rendimiento o logro alcanzado” (RD1105/2014, p.172).

Ambos conceptos no son específicos de cada curso si no que engloban los diferentes ciclos. En el caso de 3º E.S.O los criterios de evaluación (azul) y los estándares de aprendizaje (blanco) que se exponen a continuación en base al Decreto 48/2015, son comunes para el 1er ciclo de E.S.O (cursos 1º, 2º y 3º).

Tabla 3. Criterios y Estándares de aprendizaje

<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p>
<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>
<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.</p>
<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>
<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p>
<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>
<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p>
<p>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.</p> <p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>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</p> <p>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.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>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</p>

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 fases 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 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.

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

Para la evaluación del proceso de aprendizaje se utilizarán diferentes instrumentos de evaluación a lo largo del curso en función de la unidad didáctica en la que nos encontremos y los contenidos a trabajar.

Bozú y Canto (2009) recalcan la importancia de una evaluación por procesos y no por logros ya que estamos evaluando por competencias y no por logros. Por tanto a la evaluación se le dedica más tiempo y atención ya que no solo se realiza al final sino que forma parte de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En líneas generales, en todas ellas se realizará al inicio una evaluación para diagnosticar el nivel, experiencias previas y motivaciones en relación al contenido a trabajar. Para analizar el progreso y aprendizaje a lo largo de las sesiones se realizarán pruebas de evaluación continua o formativa. En las últimas sesiones de cada unidad, se realizará una evaluación final para medir y calificar el progreso de cada alumno.

En cuanto a los instrumentos de evaluación existe gran variedad de unas unidades didácticas a otras. Dentro de cada unidad didáctica se emplean diferentes instrumentos de evaluación. Algunos requieren un menor grado de participación por parte de los alumnos como por ejemplo: Observación, lista de control, registro de acontecimientos, rúbrica, etc. Sin embargo, se pretende involucrar al alumnado en el proceso evaluador por eso, estos instrumentos, se combinan con los que requieren un mayor grado de participación del alumnado como por ejemplo: Brainstorming, autoevaluación, diario de sesión, coevaluación, pruebas orales, Heteroevaluación, trabajo escrito, Kahoot, etc.

Las siete unidades didácticas que se desarrollan a lo largo del curso tienen un peso equitativo para la evaluación final, siendo necesaria la aprobación de cada una de ellas. Los criterios de calificación se exponen a continuación en el próximo apartado.

10.1.3 Criterios de calificación

Siguiendo la Orden 2398/2016, la nota numérica estará en el rango de 1 a 10, de forma que cada nota corresponda: Insuficiente de 1 a 4, Suficiente el 5, Bien el 6, Notable 7 y 8 y Sobresaliente 9 y 10. El aprobado se conseguirá superando el 5. Para saber de dónde sale esta nota, se dividirá en porcentajes según diferentes dimensiones. Por lo tanto, a la hora de evaluar al alumnado se tendrá en cuenta:

- Dimensión conceptual: se le dará importancia a la transmisión de los conocimientos y la verbalización. Esta dimensión supondrá un 25% de la calificación del alumnado (2,5 puntos). Se valorará la información obtenida mediante la observación, evaluaciones iniciales y exposiciones/trabajo escrito.

- Dimensión actitudinal/social: para dar importancia al clima en clase y la relación entre los alumnos, esta dimensión supondrá el 25% de la calificación del alumnado (2,5 puntos). Incluye resultados obtenidos mediante la observación, fichas de coevaluación y Kahoot.

- Dimensión procedimental: se revisará la aplicación práctica de los conocimientos impartidos en clase y la progresión en las habilidades practicadas. Esta dimensión supondrá un 50% de la calificación del alumnado (5 puntos). La valoración de este apartado dependerá de la observación y rúbrica.

De esta forma, el alumnado podrá obtener una puntuación comprendida entre el 0 y el 10, tal y como se describe en la Orden 2398/2016, de 22 de julio, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en la Educación Secundaria Obligatoria. En esta orden se indica que la evaluación debe expresarse mediante una:

Calificación numérica, sin emplear decimales, en una escala del 1 al 10, que irá acompañada de los siguientes términos: Insuficiente (IN), Suficiente (SU), Bien (BI), Notable (NT), Sobresaliente (SB), aplicándose las siguientes correspondencias (p.189):

— Insuficiente: 1, 2, 3 o 4.

— Suficiente: 5.

— Bien: 6.

— Notable: 7 u 8.

TFM: Patricia López García

— Sobresaliente: 9 o 10.

10.1.4 Recuperación de la materia

Recuperaciones de evaluación del curso: Si el estudiante no consigue aprobar la evaluación, debe recuperar aquellos apartados en los que no ha superado. La evaluación se realizará en el trimestre siguiente. En caso de que aun así no consiga superar la evaluación, deberá realizar un examen extraordinario en septiembre.

Pruebas finales de junio y extraordinarias de septiembre: Las pruebas finales y extraordinarias se realizarán en junio y septiembre. Se tratará de un examen en el que podrán obtener: apto o no apto.

Recuperación de materias pendientes de cursos anteriores: Tal y como establece la Orden 2398/2016 el alumnado con materias pendientes debe matricularse en las mismas y recibir una hora a la semana de clase dentro de los programas de refuerzo. Se realizarán evaluaciones periódicas para valorar los conocimientos que van adquiriendo.

10.2 Evaluación de la programación y de la práctica docente

El proceso de enseñanza, ayudará al alumnado a entender y valorar los progresos que marcan su aprendizaje, además de ayudar al docente en la mejora de la metodología y el uso de los recursos durante el proceso de aprendizaje.

González y Campos (2014) atribuyen las siguientes finalidades a la evaluación del proceso de enseñanza: Comprobar los resultados previstos en función de los objetivos establecidos, proporcionar información para modificar y mejorar la intervención didáctica y la programación, identificar las diferencias individuales para adaptarse a ellas, analizar el proceso de enseñanza para comprobar su adecuación, obtener datos para la investigación en el aula, valorar la eficacia de la enseñanza y ayudar al profesorado a mejorar su enseñanza. Con este propósito se utiliza una ficha de evaluación del proceso de enseñanza (Anexo 11).

11. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Toro y Zarco (1995) definen la atención a la diversidad como las estrategias educativas que permiten modificar o ajustar algunos elementos educativos con el fin de facilitar el proceso de enseñanza y aprendizaje al alumno que lo necesite (se trate de un alumno o no con necesidad específica de apoyo educativo).

El Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre establece en su artículo 9 que se deben tomar las medidas necesarias para la correcta evolución del alumnado que tenga unas necesidades educativas especiales y tal y como aparece en el artículo 2 del Decreto 48/2015, de 14 de mayo la Educación Secundaria Obligatoria se organiza de acuerdo con los principios de educación común y de atención a la diversidad de los alumnos.

La finalidad de las medidas de atención a la diversidad en esta etapa estarán orientadas a responder a las necesidades educativas concretas de los alumnos y al logro de los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y la adquisición de las competencias correspondientes y no podrán, en ningún caso, suponer una discriminación que les impida alcanzar dichos objetivos y competencias y la titulación correspondiente.

11.1 Adaptaciones curriculares no significativas

“Las adaptaciones curriculares no significativas consisten en la modificación de los elementos didácticos de la programación para responder a las diferencias individuales del alumnado, pero no implica modificaciones de los elementos prescriptivos o básicos del currículo” (González y Campos, 2014, p. 92). Estos mismos autores, describen las siguientes acciones para la aplicación de estas medidas ordinarias:

- Evaluación y diagnóstico con el fin de conocer las posibilidades de cada alumno a nivel cognitivo, perceptivo y motriz y además, poder obtener información acerca de sus intereses y motivaciones.
- Adaptación de la programación priorizando aspectos en función de la información obtenida en la evaluación inicial.
- Conocimiento del ritmo de ejecución del alumno y actitud respetuosa hacia el mismo.
- Planificación y desarrollo, actividades de enseñanza-aprendizaje como por ejemplo: actividades de refuerzo, actividades de profundización y actividades de consolidación.
- Adaptación de diferentes elementos en función de las características y posibilidades del alumno, por ejemplo: de espacios y tiempos, recursos didácticos (diferentes tamaños, pesos y formas de los recursos didácticos materiales), agrupación de alumnos y elección del nivel de ayuda necesario para cada alumno.
- Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos. Por ejemplo mediante la asignación de roles de observador, anotador, ayudas y diferentes tipos de feedback.

TFM: Patricia López García

- Modificación de elementos estructurales del juego como por ejemplo: espacios, tiempos número de jugadores, materiales, complejidad organizativa, nivel de dificultad, etc.
- Transmisión de la información de forma eficiente mediante el uso de diferentes canales de comunicación. Esto puede llevarse a cabo mediante demostraciones, ayudas visuales y sonoras, medios visuales auxiliares, descripciones, explicaciones, ayudas manuales y automáticas.
- Información de ejecuciones y progresos: mediante diferentes tipos de feedback. Además de un refuerzo permanente de los logros obtenidos por el alumnado.
- Libertad de expresión frente a limitaciones o dificultades a través de un clima favorable.
- Trabajo coordinado: profesor-tutor y además, con el resto de profesores que intervienen en el grupo, incluido el profesorado que atiende a los alumnos con necesidades educativas de apoyo específico.

También es necesario hacer referencia a casos específicos de alumnado a los que el docente debe atender ofreciendo las medidas oportunas. Estas medidas variarán dependiendo del tiempo que el alumnado no pueda hacer la práctica de actividad física o según el motivo.

En el grupo 3ºA ESO al que va dirigida la programación no hay alumnos con necesidades especiales de apoyo educativo (ACNEAE) pero, como en cualquier grupo, no podemos olvidar dar atención a los tres grupos de alumnado que describen González y Campos (2014, p. 94).

- “Alumnado que por alguna lesión no puede realizar prácticas de actividad física durante una sesión o en una actividad concreta”.
- “Alumnado que asiste a clase durante determinadas sesiones sin la ropa deportiva adecuada para la práctica de actividad física y deporte (habría que analizar la causa y el número de sesiones)”.
- “Alumnado que por alguna enfermedad o lesión tienen impedimento en la participación de actividades físico deportivo durante un determinado periodo”.

En cuanto a la lesión del alumno que le impide su práctica durante varias sesiones (dos semanas) consiste en una fractura del radio de su brazo derecho (dominante). El alumno lleva escayola que le impide movilizar la articulación de la muñeca y realizar pronosupinaciones,

sin embargo puede realizar leves flexo-extensiones en la articulación del codo. La escayola le permite movilizar los dedos pero apenas puede agarrar objetos.

11.2 Adaptaciones curriculares significativas

Las adaptaciones curriculares significativas, según Toro y Zarco (1995) se realizan previa evaluación psicopedagógica y en coordinación con el departamento de orientación y el tutor. Estas adaptaciones modifican objetivos generales de la etapa y del área, contenidos básicos o criterios de evaluación y por tanto afectan a los elementos prescriptivos del currículo oficial.

A nivel administrativo, el estado debe facilitar en la medida de lo posible que los centros educativos tengan las herramientas necesarias para poder realizar las adaptaciones que el alumnado con necesidades educativas especiales requiera.

González y Campos (2014) corroboran esta idea afirmando que la legislación educativa (LOE y LOMCE) establece que si un alumno requiere atención educativa diferente a la ordinaria deben alcanzar el máximo desarrollo posible de sus capacidades personales y de los objetivos establecidos con carácter general para todo el alumnado. Independientemente de a cuál de estos tres factores se deba: dificultades específicas de aprendizaje, altas capacidades intelectuales, incorporación tardía al sistema educativo o por condiciones personales o de historia escolar.

La atención a la diversidad queda recogida en el Capítulo 1 (referido al alumnado con Necesidad Específica de Apoyo Educativo) perteneciente al Título II de la Equidad en la Educación. Aquí se reconocen tres secciones (González y Campos, 2014, p.95):

“Sección 1ª: Alumnado que presenta necesidades educativas especiales”.

“Sección 2ª: Alumnado con altas capacidades intelectuales”.

“Sección 3ª: Alumnado con integración tardía en el sistema educativo español”.

11.3 Unidades didácticas y atención a la diversidad

Las medidas ordinarias generales a llevar a cabo durante las diferentes unidades didácticas que componen la programación, según los tipos de alumnado indicados en el punto anterior, son los siguientes:

TFM: Patricia López García

Alumnado que no puede realizar la sesión:

- Adaptación de la programación priorizando aspectos en función de la información obtenida en la evaluación inicial. **(2)**
- Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos. Por ejemplo mediante la asignación de roles de observador, anotador, ayudas y diferentes tipos de feedback. **(3)**

Alumnado sin chándal:

- Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos. Por ejemplo mediante la asignación de roles de observador, anotador, ayudas y diferentes tipos de feedback. **(3)**
- Trabajo coordinado: profesor-tutor y además, con el resto de profesores que intervienen en el grupo, incluido el profesorado que atiende a los alumnos con necesidades educativas de apoyo específico. **(5)**

Alumnado lesionado:

- Evaluación y diagnóstico con el fin de conocer las posibilidades de cada alumno a nivel cognitivo, perceptivo y motriz y además, poder obtener información acerca de sus intereses y motivaciones. **(1)**
- Adaptación de la programación priorizando aspectos en función de la información obtenida en la evaluación inicial. **(2)**
- Información de ejecuciones y progresos: mediante diferentes tipos de feedback. Además de un refuerzo permanente de los logros obtenidos por el alumnado. **(4)**
- Conocimiento del ritmo de ejecución del alumno y actitud respetuosa hacia el mismo. **(6)**
- Modificación de elementos estructurales del juego como por ejemplo: espacios, tiempos número de jugadores, materiales, complejidad organizativa, nivel de dificultad, etc. **(7)**

A cada medida ordinaria se le ha asignado un número al que se hará referencia en las actividades de cada sesión en el apartado de atención a la diversidad. En el caso de que el profesor crea oportuna su utilización tiene disponibles hojas de observación para el alumno que no pueda realizar la práctica por diferentes motivos (Anexo 12).

12. ENSEÑANZAS TRANSVERSALES

La enseñanza transversal es de vital importancia también en los centros de secundaria, debido a la incidencia que tiene sobre la vida cotidiana de los alumnos (Ureña, 1997) Este mismo autor explica cómo no se trata de ampliar el número de temas a impartir, ni de trabajarlos de forma aislada sino de realizar un cambio de orientación en el tratamiento y objetivos que se pretende en relación a ciertos temas. Por tanto, no solo atañe a la asignatura de educación física si no al resto también y por tanto debe tratarse de forma coordinada quedar reflejado en el proyecto educativo del centro. A nivel legislativo, el Decreto 48/2015 en su artículo 9 hace referencia a los elementos transversales del currículo.

A continuación se presentan los temas para el tratamiento transversal durante este curso:

- Igualdad de hombres y mujeres y prevención de violencia de género.
- Interculturalidad.
- Trabajo en equipo y sensibilización hacia las personas con discapacidad.
- No discriminación por condición física o social.
- Resolución pacífica de conflictos en los ámbitos personal, familiar y social.
- Actividad física, alimentación equilibrada y salud.
- Desarrollo sostenible y medio ambiente.
- Educación vial.
- Desarrollo del espíritu emprendedor.

13. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Las actividades complementarias planteadas en este curso están relacionadas con los contenidos a tratar según el currículo y se realizan en las clases de educación física. Es importante promover estas actividades para el desarrollo del alumnado y para complementar el trabajo realizado durante el curso en clase. Actividades complementarias planificadas para este curso:

- Actividad de orientación dentro del instituto, de forma que se realiza una introducción previa de la unidad didáctica de orientación.
- Visita y charla de un nutricionista para concienciar sobre cómo se debe comer y las cantidades de cada comida. Partiendo de esa charla, el alumnado deberá planificar un menú de un día según lo aprendido y ponerlo en práctica en casa. Se realizará durante la unidad didáctica de nutrición.

TFM: Patricia López García

- Selección de películas cuya temática está en relación con los contenidos y que sensibilizan al alumnado con diferentes temas: superación, igualdad, justicia y derechos humanos.
- Preparación de una coreografía para representar ante el resto de cursos en el desfile de carnaval.

En cuanto a las actividades extraescolares distinguimos entre las realizadas en horario lectivo y fuera del horario escolar. Fuera del horario escolar ya se han descrito toda la gama de actividades disponibles en el apartado de contextualización. A continuación se enumeran las actividades extraescolares realizadas en horario lectivo (excursiones).

- Ruta en bicicleta por el anillo verde ciclista. Se realizará en el primer trimestre, en octubre al finalizar la UD1: ¿Estamos en forma?
- San Silvestre Vallecana, se creará un grupo del colegio para todos aquellos alumnos que quieran participar y realizar la carrera de forma conjunta. La carrera se realiza el día 31 de diciembre.
- Excursión a la granja: Durante dos días se realizarán actividades en el medio natural profundizando en los contenidos de orientación y realizando una gymnkana. Está prevista para el mes de abril, en el cual las condiciones climatológicas y la temperatura suelen ser apropiadas para la realización de actividades al aire libre y además, ya se habrán trabajado los contenidos de la UD 6: ¡Orientándonos!
- Visita a la ciudad deportiva del Rayo Vallecano y presencia en el entrenamiento del equipo femenino. La fecha está pendiente por confirmar en función de la disponibilidad del club.
- Viaje fin de curso: La duración es de una semana y el destino está pendiente de negociar entre alumnos, padres y profesores. Preferiblemente se valorarán destinos con playa para realizar actividades acuáticas con los alumnos.

Para la realización de estas actividades extraescolares que se realizan fuera del centro y del horario lectivo es necesaria la autorización de las familias (Anexo 13).

14. EL PROCESO DE COMUNICACIÓN ENTRE PROFESOR, ALUMNO Y FAMILIA. UN PROYECTO INNOVADOR: TOKAPP SCHOOL

La comunicación entre el alumnado, las familias y los profesores y tutores es fundamental para el desarrollo del alumnado y para que el proceso de enseñanza-aprendizaje se pueda desarrollar plenamente. Es importante que sea una comunicación fluida y constructiva,

TFM: Patricia López García

buscando que el alumnado se involucre y responsabilice de su propio aprendizaje. Para que esto ocurra, se plantea las siguientes propuestas en la comunicación entre las familias y los docentes:

- Reunión inicial: se realizará una reunión con los padres/madres/tutores para exponer las nociones básicas del curso, normas en cuanto a la correcta vestimenta, higiene y calzado, así como los objetivos, contenidos y formas de evaluación durante el curso. Se mencionarán las actividades complementarias y extraescolares que se realizarán a lo largo del curso. Además se explicara un nuevo proyecto de comunicación entre las familias la aplicación Tokapp School.

- Agenda escolar y llamada telefónica: Aquellos padres que no quieran utilizar la aplicación tienen la opción de realizar un comentario individualizado en la agenda personal del alumno o recurrir a la llamada telefónica.

- Tokapp School: Es una aplicación española que facilita la comunicación entre los centros educativos, padres/madres y alumnos mediante un servicio de mensajería instantánea. Esta aplicación permite reducir el tiempo de gestión y mantiene la privacidad de los usuarios. Los mensajes son ilimitados y se recibe confirmación de lectura con fecha y hora. Se trata de un entorno virtual de aprendizaje con conexión a libros digitales, contenidos gratuitos, gestión del profesorado, asesoramiento o formación entre otras muchas posibilidades como envío de imágenes y documentos.

- Reuniones personalizadas: se trata de reuniones breves entre el docente y el padre/madre/tutor. Puede ser solicitado por ambas partes.

- Tablón de anuncios virtual: en la página web del colegio se colgará información relevante.

- Comunicación de las notas: la comunicación de las notas de evaluación estará a cargo del tutor/a de cada grupo, siguiendo el protocolo del centro. En cuanto a las calificaciones que se den durante cada trimestre, el alumnado será responsable de comunicarlo.

Por último, es importante mencionar que la realización de la actividad física y el seguimiento normal de las clases sólo se verá interrumpida por parte del alumnado mediante un justificante firmado por su padre/madre/tutor o mediante un justificante médico.

15. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y LEGISLATIVAS

Blández, J. (2005) *La utilización del material y del espacio en educación física: propuestas y recursos didácticos*. Colección educación física. 3ª Edición. Zaragoza: INDE

Blázquez, D. (2001) *La educación física*. Biblioteca temática del deporte. Zaragoza: INDE.

Bozú, Z. y Canto, H. (2009) *El profesorado universitario en la sociedad del conocimiento. Competencias profesionales docentes*. Revista de formación e innovación universitaria vol. 1, nº 2, p. 87-97.

Corrales, M. I. y Sierras, M. (2012) *Diseño de medios y recursos didácticos*. Málaga: Innovación y Cualificación.

DECRETO 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria.

Delgado, M. Á. (1991). *Los estilos de enseñanza en la Educación Física: Propuesta para una reforma de la enseñanza*. Granada: ED. ICE de la Universidad de Granada.

Díaz, J. (1994) *El currículo de la educación física en la reforma educativa*. Zaragoza: INDE

Figueras, S., Capllonch, M., Blázquez, D. y Monzonís, N. (2016). *Competencias básicas y educación física: estudios e investigaciones*. Apunts. Educación Física y Deportes, 123(1), p. 34-43.

García, M., y Llopis, R. (2017) *La popularización del deporte en España. Encuestas de hábitos deportivos 1980-2015*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) y Consejo Superior de Deportes (CSD).

González, J., y Portolés, A. (2013) *Actividad física extraescolar: relaciones con la motivación educativa, rendimiento académico y conductas asociadas a la salud*. Murcia: Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte Vol. 9, nº 1 p. 51-65.

González, M., y Campos, A. (2014) *Intervención docente en educación física en secundaria y en el deporte escolar*. Madrid: Síntesis.

INE (2017). *Indicadores urbanos 2017*. Recuperado de http://www.ine.es/prensa/ua_2017.pdf

TFM: Patricia López García

López, O. (2008) *Enseñar creatividad. El espacio educativo*. Universidad Nacional de Jujuy: Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, núm. 35, pp. 61-75.

Muguruza, A., González, E., Ocaña, I., Uriondo, A. & Domínguez, J.L. (2009) *100 propuestas para minibasket*. Guipúzcoa: Diputación foral de Guipuzkoa

Nicoletti, J. M. (2016) *Fundamento y construcción del Acto Educativo*. Buenos Aires: Docencia e Investigación: revista de la Escuela Universitaria de Magisterio de Toledo, ISSN 1133-9926, N° 16, pp. 257-278. Recuperado de: https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/8065/Fundamento_y_construcci_n_del_Acto_Educativo_.pdf?sequence=1&isAllowed=y

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

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

Organización Mundial de la Salud (1948). Constitución de la Organización Mundial de la Salud. Recuperado de http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf

Organización Mundial de la Salud (2010). Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. Recuperado de http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977_spa.pdf;jsessionid=5B6A8B73EB06634A79B6700D3E814C76?sequence=1

Página Oficial Tokapp School (2019) Recuperado de <https://www.tokappschool.com/>

Pérez, N., & Navarro, I. (2011) *Psicología del desarrollo humano: del nacimiento a la vejez*. Alicante: Editorial Club Universitario (ECU)

Portal Web del Ayuntamiento de Madrid (2018) Recuperado de <https://www.madrid.es/portales/munimadrid/es/Inicio/El-Ayuntamiento/Estadistica/Areas-de-informacion-estadistica/Demografia-y-poblacion/Cifras-de-poblacion/Padron-Municipal-de-Habitantes-explotacion-estadistica-/?vgnextfmt=default&vgnextoid=>

REAL DECRETO 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.

TFM: Patricia López García

Rodríguez, J. (2010) *De las programaciones didácticas a la unidad didáctica1: incorporación de competencias básicas y la concreción de tareas*. Revista docencia e investigación. ISSN: 1133-9926 p. 245-270.

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

Toro, S., y Zarco, J.A. (1995) *Educación física para niños y niñas con necesidades educativas especiales*. Málaga: Ediciones Aljibe.

Ureña, F., González, M. D., Hernández, M. A., Martínez, A. y Soriano, L.M. (1997) *La educación física en secundaria. Elaboración de materiales curriculares. Fundamentación teórica*. Zaragoza: Inde.

Vary, P. (2010) *1000 ejercicios y juegos de baloncesto*. Barcelona: Editorial Hispano Europea.

ANEXOS

Anexo 1. Unidad Didáctica ¡Jugamos al baloncesto!

Esta UD va dirigida a los alumnos de 3ºA (E.S.O). Este grupo está formado por 20 alumnos en total de los cuales 17 son chicas y 13 son chicos con edades comprendidas entre los 14 y 16 años.

Los alumnos vienen de trabajar en la UD anterior un deporte de adversario (bádminton) para comenzar a trabajar un deporte de colaboración-oposición: baloncesto. En este caso se trata de una UD monográfica ya que abarca un único bloque de contenidos. Posteriormente, la programación continúa desarrollando la UD de orientación.

Esta UD está vinculada a los objetivos generales de etapa: D, E, I. En primer lugar por la importancia que se le otorga al componente afectivo al realizar un deporte de equipo. Las diferentes sesiones promoverán un ambiente de cooperación, respeto y rechazo de la violencia. Enfocando algunas de las sesiones al ámbito competitivo se pretende adquirir el respeto por las normas y códigos de conducta. En segundo lugar, en ciertas sesiones deben impartir ellos algunas actividades por lo que deben prepararse para ello, documentarse y recurrir a diferentes fuentes de información incluyendo aquellas que estén en otro idioma.

Este bloque de contenidos se trabaja sobre contenidos previos adquiridos en cursos anteriores en deportes de colaboración-oposición (balonmano y fútbol) y se orienta para generar una transferencia positiva hacia los deportes de equipo en general. Sentando la base para aprendizajes en cursos posteriores.

Al tratarse de un deporte de colaboración-oposición ofrece un gran abanico de posibilidades para trabajar el ámbito social. Se pretende buscar una proyección social para el día a día de los alumnos desarrollando capacidades que serán de gran ayuda para su futuro tanto académico como personal: cooperación, autosuperación, respeto, cohesión grupal, aceptación de las diferencias, etc.

Esta unidad didáctica se desarrolla en el mes de marzo, este mes suele caracterizarse por un clima favorable y de este modo se podrán realizar la mayoría de las sesiones al aire libre. Está compuesta de ocho sesiones de cincuenta minutos cada una.

A continuación se enumeran los objetivos didácticos. Al finalizar la UD los alumnos deben ser capaces de:

TFM: Patricia López García

- Conocer las características específicas del baloncesto y las funciones de los jugadores.
- Realizar correctamente los gestos técnicos requeridos: pase, bote, tiro a canasta, entrada a canasta.
- Identificar y practicar las principales acciones ofensivas y defensivas.
- Adecuar su actuación a la situación real de juego.
- Colaborar con el equipo y participar en la toma de decisiones.
- Conocer y respetar el reglamento básico del baloncesto.

En cuanto a la relación con las competencias clave, se priorizará la consecución de las siguientes:

Aprender a aprender: Haciéndoles partícipes de su propio aprendizaje, otorgándoles protagonismo en las clases. Ampliando los conocimientos previos con los nuevos obtenidos a través de la experimentación y el desarrollo de la autonomía personal.

Competencias sociales y cívicas: Priorizando la integración y el respeto por encima de las diferencias interpersonales a través del trabajo en equipo. El trabajo en equipos heterogéneos también promueve el desarrollo de lazos afectivos y la cohesión grupal. Además, estableciendo unas normas que creen un clima de trabajo favorable y eviten la aparición de conductas disruptivas.

Competencia lingüística: La existencia de objetivos comunes en las actividades y la competición evidenciarán la necesidad del diálogo y la comunicación para su consecución. Para el trabajo escrito tienen que prestar atención a una correcta redacción de los contenidos. Además el día de la exposición oral, de cada grupo al resto de compañeros, deben hacer llegar la información a sus compañeros de forma clara y concisa. Al obtener las notas de la coevaluación con los compañeros, si no estuvieran de acuerdo tendrían la posibilidad de justificar argumentando su opinión por lo que desarrollarían en mayor medida aún esta competencia.

Competencia digital: La utilización de internet para la revisión bibliográfica, la discriminación del contenido relevante, la fiabilidad de las fuentes de información, la utilización de diferentes plataformas digitales y programas para la elaboración del trabajo evidencian el peso de esta competencia para esta unidad didáctica.

TFM: Patricia López García

La UD comienza con actividades de motivación para introducir el deporte del baloncesto. A través de juegos y actividades lúdicas se presentan las principales características del mismo y se pretende aumentar la motivación de los alumnos de cara a las siguientes clases.

La segunda sesión se acude a la sala de ordenadores, cada alumno recibe un contenido a trabajar y debe realizar un trabajo escrito sobre el mismo además de, diseñar una actividad. La actividad diseñada la presentarán a sus compañeros, al inicio de la sesión, el día que toque trabajar dicho contenido.

Posteriormente se desarrollan actividades de iniciación y desarrollo de los contenidos principales. El enfoque competitivo de la última sesión práctica permite la consolidación de los contenidos ya que en los partidos deberán aplicar todo lo aprendido.

Finalmente, la última sesión, se desarrolla también en el aula de ordenadores. La primera parte de esa sesión está destinada a dar a conocer las notas de la coevaluación realizada entre los compañeros y justificar la argumentación en el caso de no estar de acuerdo. El tiempo restante está dedicado a una actividad de síntesis con el fin de valorar el grado de consecución del aprendizaje. Se realiza mediante un concurso de preguntas por equipos a través de la plataforma digital Kahoot.

Todas estas sesiones se enfocarán bajo una metodología que sitúa al alumno como un sujeto activo en su aprendizaje, dejando a su alcance una amplia gama de situaciones que le permita experimentar y crear su propio conocimiento. De este modo de se pretende evitar que sean simples receptores de información y por el contrario, fomenten su autonomía e iniciativa. Pero todo esto, sin perder de vista el componente físico permitiendo a los alumnos aprovechar al máximo el tiempo destinado a la educación física semanalmente por ley.

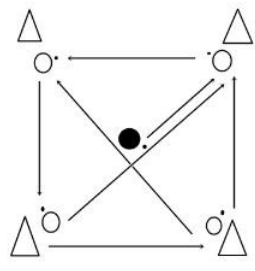
Las tablas que aparecen a continuación desarrollan las diferentes sesiones que componen esta unidad didáctica.

Cada tabla corresponde a una sesión diferente en la cual aparecen desarrollados los elementos propios de cada una.

Tabla 4. Sesión 1: UD ¡Jugamos al baloncesto!

Sesión nº: 1		Título de la UD:	
Duración: 50´		¡Jugamos al baloncesto!	
Objetivos específicos de la sesión			
<ul style="list-style-type: none"> - Valorar los conocimientos previos del alumno en relación con el contenido que se va a trabajar. - Formar los equipos de trabajo para la unidad didáctica. - Conocer diferentes fuentes de información. - Discriminar la información más relevante para su contenido a trabajar. - Realizar un documento que sintetice la información. - Diseñar una actividad/juego acorde a la información recogida. 			
Competencias			
CD/CL/SIEE			
Intervención didáctica			
Estilo de Enseñanza		Descubrimiento guiado y trabajo por grupos de interés	
Recursos			
Espaciales		Materiales	Humanos
Aula de Informática		Ordenadores	Responsable del aula de informática y profesor
Tratamiento transversal			
Atención a la Diversidad			
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje			
<p>Formación de los grupos. Se crearán 4 grupos de 5 componentes cada uno. De forma aleatoria se le asignará a cada grupo unos contenidos.</p>			
<p>Recogida de información. Cada grupo busca información sobre el contenido a trabajar. Posteriormente, deben seleccionar la información más relevante para ellos y elaborar un documento escrito para presentar al profesor.</p>			
<p>Diseño de la actividad. Finalmente, deben diseñar una actividad/juego que permita a sus compañeros desarrollar ese contenido.</p>			
<p>Observaciones y reflexiones: Si no hay problemas de relación en el grupo se puede dar la opción de que creen ellos mismos los grupos. Si hay unanimidad en la elección de contenidos no sería necesario realizarla al azar.</p>			

Tabla 5. Sesión 2: UD ¡Jugamos al baloncesto!

Sesión nº: 2		Título de la UD:	
Duración: 50'		¡Jugamos al baloncesto!	
Objetivos específicos de la sesión			
<ul style="list-style-type: none"> - Promover un carácter lúdico y recreativo que aumente la motivación de los alumnos hacia el baloncesto. - Conocer los elementos básicos del baloncesto. - Familiarizar a los alumnos con las dimensiones del campo, altura de las canastas y manejo del balón. - Identificar las principales acciones y entender la globalidad del juego en lo relativo tanto a gestos técnicos como a movimientos. - Practicar la dinámica de juego y entender las funciones de cada componente del equipo. - Conocer el reglamento básico. 			
Competencias			
AA/CSC/CL			
Intervención didáctica			
Estilo de Enseñanza	Asignación de tareas y resolución de problemas		
Recursos			
Espaciales	Materiales	Humanos	
Pistas al aire libre	Balones, conos, canastas y aros	Profesor	
Tratamiento transversal			
Atención a la Diversidad			
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje			
<p>Las cuatro esquinas. Los alumnos están divididos en grupos de cinco cada uno con un balón, se colocan cuatro conos a modo de esquinas. Uno de coloca en el medio y a la señal, todos deben cambiar de cono desplazándose botando el balón. El que se queda sin cono se queda en el medio.</p>			
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Rellena hoja de observación durante la sesión. Lesión temporal: (1) Valorar las limitaciones de la lesión y las nuevas posibilidades de movimiento. (7) Puede realizar la actividad con el balón cogido sin botar. Impedimento para realizar la sesión: (3) Ayuda en la formación de los grupos.</p>			
<p>Variantes y observaciones: Se puede realizar con distintos tipos de bote o formas de desplazamiento. Para aumentar la dificultad se puede hacer doble con ocho esquinas y dos en el medio.</p>			
<p>Blancos y negros. Se divide la clase en dos grupos (blancos y negros) y cada uno se pone a un lado de la línea del centro. Se colocan dándose la espalda. El profesor anuncia uno de los grupos,</p>			

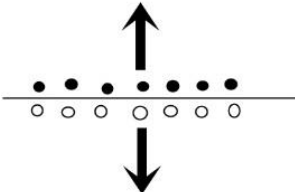
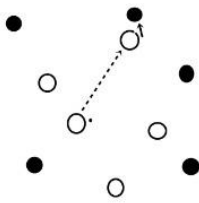
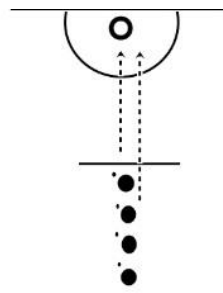
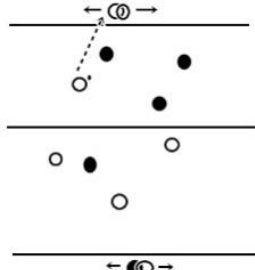
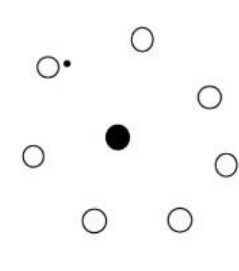
<p>los cuales deberán girarse e ir a pillar a todos los que puedan del otro equipo antes de que lleguen a la línea de fondo. Todos se desplazan corriendo y botando el balón.</p>	
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Ayuda a organizar los grupos. Lesión temporal: (7) Su distancia a recorrer al ser pillado es menor. Impedimento para realizar la sesión: Da las indicaciones (blancos o negros).</p>	
<p>Tiempo: 10´</p>	
<p>Variantes y observaciones: Se puede realizar por parejas o en grupo.</p>	
<p>¡Que te pilló! Un equipo tiene balón y el otro no. Los que tienen balón deben tocar a los del equipo que no tiene. Para ello deberán desplazarse dándose pases. Si se les cae el balón al recibir los pases, comienza el otro equipo.</p>	
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Ayuda en la recogida y preparación del material. Lesión temporal: (7) Si se le cae el balón al recibir no pierden la posesión. Impedimento para realizar la sesión: (3) Explica la actividad.</p>	
<p>Tiempo: 10´</p>	
<p>Variantes y observaciones: Se puede limitar el espacio para crear variaciones en el juego.</p>	
<p>K.O. Se forman filas frente a las canastas en la línea de tiro libre. El primero comienza tirando a canasta y si falla insiste hasta que consiga encestar, después del primer tiro el segundo de la fila tira a canasta también y si encesta antes que el primero le elimina. Así sucesivamente hasta que solo queda un jugador.</p>	
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Controla las eliminaciones en una de las canastas. Lesión temporal: (6) El compañero que viene detrás tiene que meter dos canastas para eliminarle. Impedimento para realizar la sesión: (3) Controla las eliminaciones en una de las canastas.</p>	
<p>Tiempo: 10´</p>	
<p>Variantes y observaciones: Realizar el lanzamiento desde diferentes puntos. Se puede realizar por parejas.</p>	
<p>Tiro al aro. Partido entre dos equipos. Uno de los jugadores de cada equipo se sitúa en la línea de fondo con un aro en las manos. Los de su equipo deben encestar en su aro en vez de en la canasta. Para ayudarles, el que tiene el aro puede desplazarse lateralmente por la línea de fondo.</p>	
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Realiza los grupos. Lesión temporal: (4) Recibe feedback del profesor para mejorar su actuación. Impedimento para realizar la sesión: (3) Ejerce de árbitro.</p>	
<p>Tiempo: 10´</p>	
<p>Variantes y observaciones: Para aumentar la participación se puede exigir que todos toquen el balón antes de lanzar.</p>	
<p>Observaciones y reflexiones</p>	

Tabla 6. Sesión 3: UD ¡Jugamos al baloncesto!

Sesión nº: 3 Duración: 50´		Título de la UD: ¡Jugamos al baloncesto!	
Objetivos específicos de la sesión			
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer y practicar los diferentes tipos de bote en baloncesto: Velocidad y protección. - Realizar cambios de ritmo botando sin perder el control del balón. - Conocer y practicar los diferentes tipos de pase en baloncesto: de pecho, picado y por encima de la cabeza. - Seleccionar el tipo de pase más apropiado en función de la situación de juego. 			
Competencias			
AA/CSC/CL/SIEE			
Intervención didáctica			
Estilo de Enseñanza	Enseñanza recíproca/Asignación de tareas/Resolución de problemas		
Recursos			
Espaciales	Materiales	Humanos	
Pistas al aire libre	Balones y canastas	Profesor	
Tratamiento transversal			
Atención a la Diversidad			
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje			
Actividad Grupo 1. Actividad propuesta por los alumnos del G1 para trabajar los contenidos: pase y/o bote.		Tiempo: 15´	
<p>¡Qué mareo! Los alumnos se colocan en círculo, uno de ellos se queda en el centro. Los que forman el círculo deben darse pases entre sí evitando que el del medio intercepte el balón. Si consigue interceptar el balón se cambiará por el que ha dado el último pase que pasaría al centro del círculo.</p> <p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Ayuda al profesor en la organización de los grupos para realizar la actividad. Lesión temporal: (7) Puede realizar siempre el tipo de pase que prefiera ya que está trabajando con su brazo no dominante. Impedimento para realizar la sesión: (3) Ir marcando los cambios de los diferentes pases durante la actividad.</p>			
		Tiempo: 5´	
<p>Variantes y observaciones: Cambiar o limitar el tipo de pase. Poner dos alumnos en el medio. Añadir más de un balón. : Los círculos no deben ser demasiado grandes para que la participación sea mayor, adaptar el número de círculos al total de alumnos.</p>			
Relevos locos. Se divide la clase en grupos y se realizan carreras de relevos. El equipo que antes completen el recorrido todos sus participantes gana. Deben ir botando siempre y se van realizando variantes en el desplazamiento.			

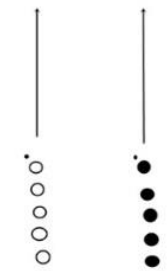
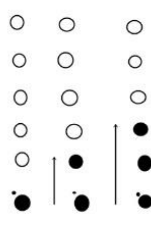
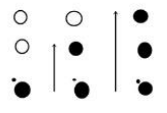
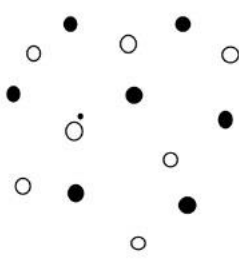
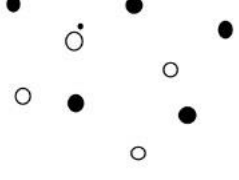
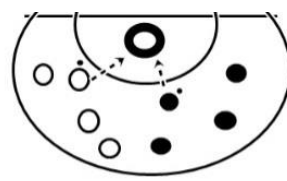
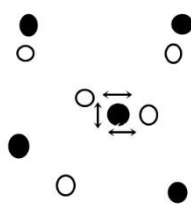
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Organización de los equipos. Lesión temporal: (7) Acortamiento de la distancia a recorrer para estar en igualdad de condiciones con sus compañeros ya que él está trabajando con el brazo no dominante. Impedimento para realizar la sesión: (3) Dar la señal de salida y vigilar el cumplimiento del recorrido.</p>	 <p>Tiempo: 10´</p>
<p>Variantes y observaciones: Botando hacia atrás, realizando zigzag entre los compañeros hasta que el primero llegue a tocar la pared, pasando por debajo de las piernas de los compañeros...</p>	
<p>Carrera de pases. Por los mismos grupos que en el anterior, se colocan en filas. El primero de ellos mirando hacia el resto de la fila. Este, debe ir dando pases a todos los compañeros de su fila que se irán agachando para que el pase pueda llegar al siguiente. Cuando se consigue llegar al último se realiza en orden inverso. Gana el grupo que antes consiga realizar todos los pases.</p>	
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Ayudar en la organización de los grupos. Lesión temporal: (2) Tiene permitido realizar siempre el tipo de pase que quiera. Impedimento para realizar la sesión: (3) Ir marcando el cambio en los tipos de pase.</p>	 <p>Tiempo: 10´</p>
<p>Variantes y observaciones: Variar el tipo de pases. Ir cambiando cada ronda al alumno que da los pases. Si el balón cae al suelo deben volver a empezar.</p>	
<p>Los 10 pases. Realizamos dos grupos. El grupo que tienen el balón tiene que intentar dar 10 pases seguidos sin que el otro grupo les robe el balón, si consiguen quitárselo cambian. Cada diez pases completados sumarán un punto. No se puede correr con el balón.</p>	
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Elaborar un feedback sobre los aspectos a mejorar en el contenido trabajado en la sesión y exponerlo al final de la clase a sus compañeros. Lesión temporal: (6) Si se le cae el balón en la recepción su equipo no debe empezar de cero los pases. Impedimento para realizar la sesión: (3) Supervisar el juego y cumplimiento de la normativa.</p>	 <p>Tiempo: 10´</p>
<p>Variantes y observaciones: Permitir que se desplacen también cuando tengan el balón botando. Meter como norma que todo el grupo deba tocar el balón para que el punto sea válido al completar los 10 pases.</p>	
<p>Observaciones y reflexiones</p>	

Tabla 7. Sesión 4: UD ¡Jugamos al baloncesto!

Sesión nº: 4 Duración: 50´		Título de la UD: ¡Jugamos al baloncesto!	
Objetivos específicos de la sesión			
<ul style="list-style-type: none"> - Realizar lanzamientos de tiro libre con la técnica adecuada. - Entender la utilidad de la finta y practicarla en situaciones de juego relacionándola con el pase y el bote trabajados con anterioridad. - Conocer y practicar la secuencia de pasos en la entrada a canasta por ambos lados. 			
Competencias			
AA/CSC/CL/SIEE			
Intervención didáctica			
Estilo de Enseñanza	Enseñanza recíproca/Asignación de tareas/Resolución de problemas		
Recursos			
Espaciales	Materiales	Humanos	
Pistas al aire libre	Balones, dos cajas, tizas, canastas.	Profesor	
Tratamiento transversal			
Atención a la Diversidad			
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje			
Actividad Grupo 2. Actividad propuesta por los alumnos del G2 para trabajar los contenidos: Tiro a canasta, finta y/o entrada a canasta.		Tiempo: 15´	
El rebote. Dos equipos en cada área. Deben encestar todos los componentes del equipo antes que el equipo contrario. Se lanza desde donde se coge el rebote.			
<u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Rellena hoja de observación. Lesión temporal: (7) Puede dar dos pasos más desde donde coge el rebote antes de tirar. Impedimento para realizar la sesión: (3) Organiza los grupos.		Tiempo: 10´	
Variantes y observaciones: Siempre se debe seguir el mismo orden de lanzamientos.			
Las fintas. Un jugador se coloca en el medio y tiene que dar pases a sus compañeros colocados en círculo a su alrededor. Para ello solo puede girar sobre su pierna de apoyo. El otro equipo debe intentar interceptar los balones, si lo consiguen cambian de roles.			
<u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Organiza los grupos. Lesión temporal: (7) Deben interceptarle dos veces el balón para que se realice el cambio de roles. Impedimento para realizar la sesión: (3) Controla el juego.		Tiempo: 5´	
Variantes y observaciones:			

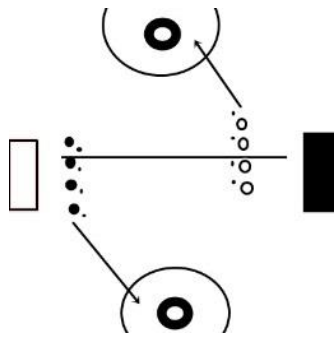
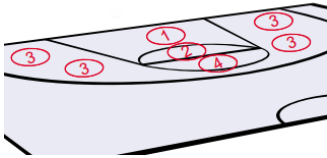
<p>Las dos cajas. Dos filas enfrentadas cada una orientada hacia una canasta. En los laterales del campo se sitúan dos cajas correspondientes a cada fila. Por orden van saliendo de las filas y realizando entradas a canasta. Si fallan dejan el balón en su caja y si encestan en la de la fila contraria. Cuando se terminen los balones el que menos tenga en su caja gana.</p>	
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (5) Ayuda al alumno lesionado en caso de necesitarlo. Lesión temporal: (2) Solo aprenderá a realizar entradas por el lado izquierdo. (4) Recibe feedback de su ejecución para ir mejorando la técnica.</p>	Tiempo: 5'
Impedimento para realizar la sesión: (3) Cuenta los balones.	
Variantes y observaciones: Practicar las entradas por ambos lados.	
<p>21. Dos equipos en cada canasta. A cada zona del área se le asigna un valor numérico (pintado en el suelo con tiza) que irán sumando a la puntuación total del equipo si consiguen encestar desde esa zona. Entre todos los componentes del grupo tienen que lograr llegar a 21.</p>	
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Ayuda en la formación de los equipos. (5) Ayuda al compañero lesionado si lo necesita. Lesión temporal: (7) Siempre que toque el aro suma un punto. Impedimento para realizar la sesión: (3) Explica y supervisa el juego.</p>	Tiempo: 15'
Variantes y observaciones: Se puede jugar doblando las marcas si tira con la mano no dominante.	
Observaciones y reflexiones	

Tabla 8. Sesión 5: UD ¡Jugamos al baloncesto!

Sesión nº: 5 Duración: 50'	Título de la UD: ¡Jugamos al baloncesto!
Objetivos específicos de la sesión	
<ul style="list-style-type: none"> - Comprender el concepto de ataque en baloncesto y la importancia del trabajo en equipo. - Identificar las diferentes situaciones de juego y sus posibilidades. - Practicar situaciones de juego con superioridad numérica y conocer las opciones que tienen para resolverlas. - Realizar contraataques. 	
Competencias	
AA/CSC/CL/SIEE	
Intervención didáctica	
Estilo de Enseñanza	Enseñanza recíproca/Asignación de tareas/Resolución de problemas
Recursos	

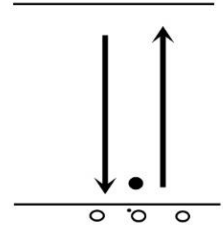
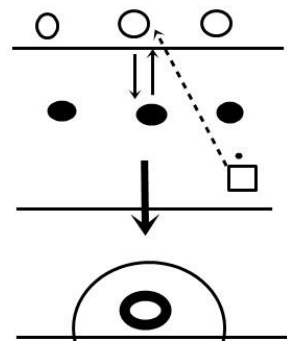
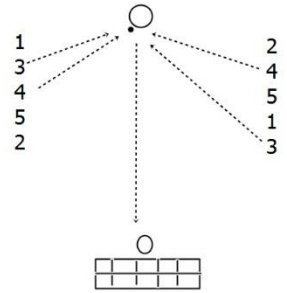
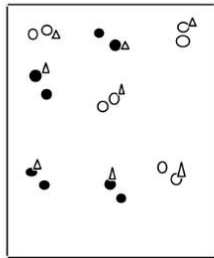
Espaciales	Materiales	Humanos
Pista al aire libre	Balones y canastas	Profesor
Tratamiento transversal		
Atención a la Diversidad		
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje		
Actividad Grupo 3. Actividad propuesta por los alumnos del G3 para trabajar el contenido: Ataque.		Tiempo: 15'
3 c 1. Desde la línea de fondo salen tres con balón dándose pases contra uno que debe interceptarlo antes de que lleguen a la otra línea de fondo y vuelvan. Si consiguen completar el recorrido sin que les quiten el balón suman un punto.		
<u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Organiza las filas. Lesión temporal: (6) Cuando le toca defender sale junto con otro compañero. Impedimento para realizar la sesión: (3) Supervisa el juego.		
Variantes y observaciones: Aumentar la dificultad (3 c 2).		
La liebre. Equipo de tres atacantes distribuidos por la línea de fondo y tres defensores enfrentados a la altura de la línea de fondo. El profesor lanza el balón a un atacante y su defensor antes de bajar a defender debe tocar la línea de fondo. El equipo atacante debe finalizar la jugada rápido aprovechando la superioridad numérica hasta que vuelva el tercer defensor.		
<u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Explica el juego. Lesión temporal: (7) Si recibe el balón su atacante él no tiene que ir a tocar la línea de fondo. Impedimento para realizar la sesión: (3) Lanza el balón en el juego.		
Variantes y observaciones: Se puede empezar desde diferentes posiciones.		
Pañuelo. Cada equipo se sitúa a un lado del campo sin sobrepasar las líneas marcadas. Cada jugador tiene asociado un número. El profesor lanza el balón al medio y dice uno o varios números. Los jugadores que tengan esos números deben correr hacia el balón. El equipo del jugador que coge el balón ataca y el otro defiende.		
<u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Elaborar un feedback sobre los aspectos a mejorar en el contenido trabajado en la sesión y exponerlo al final de la clase a sus compañeros. Lesión temporal: (4) Recibe feedback del profesor. (7) Está en el grupo que se encuentra situado a la izquierda de la canasta. Impedimento para realizar la sesión: (3) Va diciendo los números.		
Variantes y observaciones: Modificar el número de participantes en cada jugada.		
Observaciones y reflexiones		

Tabla 9. Sesión 6: UD ¡Jugamos al baloncesto!

Sesión nº: 6 Duración: 50´		Título de la UD: ¡Jugamos al baloncesto!	
Objetivos específicos de la sesión			
<ul style="list-style-type: none"> - Comprender el concepto de defensa en baloncesto y la importancia del trabajo en equipo. - Identificar las diferentes situaciones de juego y sus posibilidades. - Conocer los principios básicos de defensa tanto a jugador con balón como sin balón. - Trabajar en situaciones reales de juego en inferioridad numérica. 			
Competencias			
AA/CSC/CL/SIEE			
Intervención didáctica			
Estilo de Enseñanza	Enseñanza recíproca/Asignación de tareas/Resolución de problemas		
Recursos			
Espaciales	Materiales	Humanos	
Pistas al aire libre	Balones y cintas	Profesor	
Tratamiento transversal			
Atención a la Diversidad			
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje			
Actividad Grupo 4. Actividad propuesta por los alumnos del G4 para trabajar el contenido: Defensa.		Tiempo: 15´	
<p>Cola de caballo. Todos se colocan una cinta colgando del pantalón. Se desplazan botando el balón intentando no perder el control y además deben robarle las cintas a sus compañeros y evitar que se la quiten a ellos. Finalmente, ganará el que más cintas haya conseguido.</p>			
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Rellena hoja de observación. Lesión temporal: (7) Se coloca la cinta más corta que el resto de compañeros. Impedimento para realizar la sesión: (3) Explica el juego.</p>		Tiempo: 5´	
Variantes y observaciones: La cinta debe ser visible. Se puede realizar primero por parejas y luego individual para ir incrementando la dificultad.			
<p>La muralla. Se coloca un jugador a modo de muralla en en la línea del medio campo, el cual solo puede desplazarse de forma lateral. El resto deben atravesar el campo desde una línea de fondo hasta la otra botando el balón sin que se lo roben. Todos a los que les roban el balón se ponen a defender en la línea que les han pillado a modo de muralla.</p>			
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Explica el juego. Lesión temporal: (6) No empieza ligando en esta actividad.</p>			

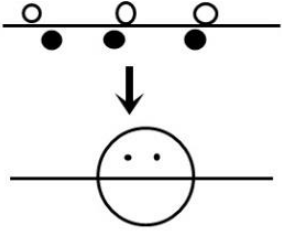
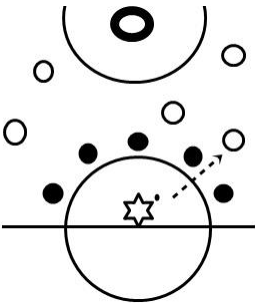
Impedimento para realizar la sesión: (3) Supervisa el juego.	Tiempo: 10´
Variantes y observaciones: Crear diferentes líneas en función de los alumnos pillados.	
<p>¡No te escapes! Por parejas (atacante y defensor) en la línea de fondo. En la línea del medio hay un balón menos de las parejas que hay. Los atacantes deben escaparse de sus defensores y llegar a la línea del medio a por un balón, evitando llegar el último para no quedarse sin balón.</p>	
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (5) Ayuda al alumno lesionado en caso de necesitarlo. Lesión temporal: (4) Recibe feedback. Impedimento para realizar la sesión: (3) Supervisa el juego.</p>	
Variantes y observaciones: Se puede variar distancias, número de jugadores y colocación de los balones.	
<p>A defender... El profesor se coloca en el medio del campo rodeado por los defensores en semicírculo. Otros cinco jugadores atacan y están distribuidos en medio campo en posiciones de ataque. El profesor pasa el balón a un atacante y todos los defensores deben correr a ocupar su posición y defender teniendo como referencia el balón y su atacante.</p>	
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Organiza los grupos. Lesión temporal: (4) Recibe feedback del profesor. Impedimento para realizar la sesión: (3) Lanza el balón a los atacantes.</p>	
Variantes y observaciones: Marcando posiciones de los atacantes o dejándoles colocación libre.	
Observaciones y reflexiones	

Tabla 10. Sesión 7: UD ¡Jugamos al baloncesto!

Sesión nº: 7	Título de la UD:
Duración: 50´	¡Jugamos al baloncesto!
Objetivos específicos de la sesión	
<ul style="list-style-type: none"> - Aplicar en situaciones reales de práctica los contenidos aprendidos en las sesiones anteriores. - Trabajar en equipo y fomentar la cooperación. - Conocer el sistema de puntuación. - Actuar de acuerdo a las normas básicas del reglamento: pasos, dobles, campo atrás, faltas personales... y tener una actitud de respeto hacia ellas. - Valorar la función del árbitro y respetar sus decisiones. 	
Competencias	
CL/CSC/SIEE	

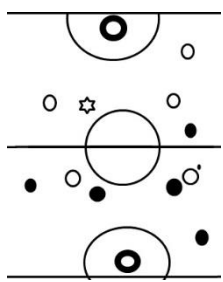
Intervención didáctica		
Estilo de Enseñanza	Asignación de tareas y resolución de problemas	
Recursos		
Espaciales	Materiales	Humanos
Pistas al aire libre	Balones, canastas y petos.	Profesor
Tratamiento transversal		
Atención a la Diversidad		
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje		
<p>Competición. Se enumera a los alumnos del 1 al 4. Con el fin de que todos jueguen con todos y no haya desequilibrios en los equipos se realizarán tres partidos en los que se distribuirán de la siguiente forma: 1º (1 y 2 vs 3 y 4), 2º (1 y 3 vs 2 y 4) y 3º (1 y 4 vs 2 y 3).</p>		
<p><u>Atención a la diversidad</u> Sin chándal: (3) Organiza los equipos en cada partido. Lesión temporal: (4) Recibe feedback del profesor. (7) Su canasta vale doble. Impedimento para realizar la sesión: (3) Ejerce de árbitro.</p>		
Variantes y observaciones:		
Observaciones y reflexiones		

Tabla 11. Sesión 8: UD ¡Jugamos al baloncesto!

Sesión nº: 8 Duración: 50´	Título de la UD: ¡Jugamos al baloncesto!	
Objetivos específicos de la sesión		
<ul style="list-style-type: none"> - Argumentar las notas de las fichas de coevaluación. - Justificar de forma adecuada su propia nota. - Valorar los contenidos a nivel teórico, técnico y táctico adquiridos durante la unidad didáctica. - Terminar la unidad didáctica de forma recreativa. 		
Competencias		
CD/CL/CSC/SIEE		
Intervención didáctica		
Estilo de Enseñanza	Descubrimiento guiado y trabajo por grupos de interés	
Recursos		
Espaciales	Materiales	Humanos

Aula de informática	Ordenadores	Responsable del aula de informática y profesor
Tratamiento transversal		
Atención a la Diversidad		
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje		
<p>Puesta en común de las hojas de coevaluación. Se analizan las notas de cada grupo en las hojas de coevaluación que han rellenado al final de cada sesión valorando el trabajo de los compañeros de cada grupo. Es el momento para argumentar la evaluación y justificar las notas. Si algún grupo no está de acuerdo con la nota recibida por sus compañeros tiene la posibilidad de justificar su propia evaluación y correctamente argumentada presentarla al profesor la próxima sesión.</p>		
<p>Kahoot. Se realiza un concurso a través de la plataforma Kahoot. Cada grupo elige un nombre para participar e introduce el código del cuestionario. Las preguntas van saliendo en el proyector y cada grupo responde de forma individual en su ordenador. En total deben responder a 15 preguntas, para la puntuación cuenta el número de aciertos y la velocidad a la hora de responder. Después de cada pregunta va apareciendo la clasificación y al terminar el cuestionario se proyecta el pódium con los grupos ganadores.</p>		
Observaciones y reflexiones		

A continuación, se detalla el proceso de evaluación para la unidad didáctica ¡Jugamos al baloncesto!:

Brainstorming y Observación (evaluación inicial): Antes de iniciar la primera sesión se realiza una prueba oral para que los alumnos aporten todo lo que conocen sobre el contenido a tratar y como creen que se va a desarrollar la unidad didáctica. Mediante la observación de la primera sesión, en la que se realizan actividades de motivación para introducir el contenido del baloncesto, se pretende obtener el nivel de motivación hacia el contenido así como el nivel de ejecución del que partimos.

Prueba escrita y coevaluación (evaluación continua o formativa): La clase se dividirá en grupos y a cada uno se le asignará un tema. Deben buscar información y presentar un trabajo escrito en el formato digital que prefieran (PowerPoint, Word...) y además, preparar una actividad en relación a ese contenido para presentarla a los compañeros. Los compañeros evaluarán esa exposición mediante unas fichas de coevaluación (Anexo 14).

Observación/Rúbrica y Kahoot (evaluación final): En la última sesión aplicarán todos los contenidos trabajados en una competición. A través de la observación de los partidos se rellenará una rúbrica por cada alumno (Anexo 15). Para finalizar la unidad didáctica se realizará un Kahoot. Esta herramienta digital nos permite realizar un concurso por grupos realizando preguntas sobre los contenidos tratados en la unidad didáctica para valorar el grado

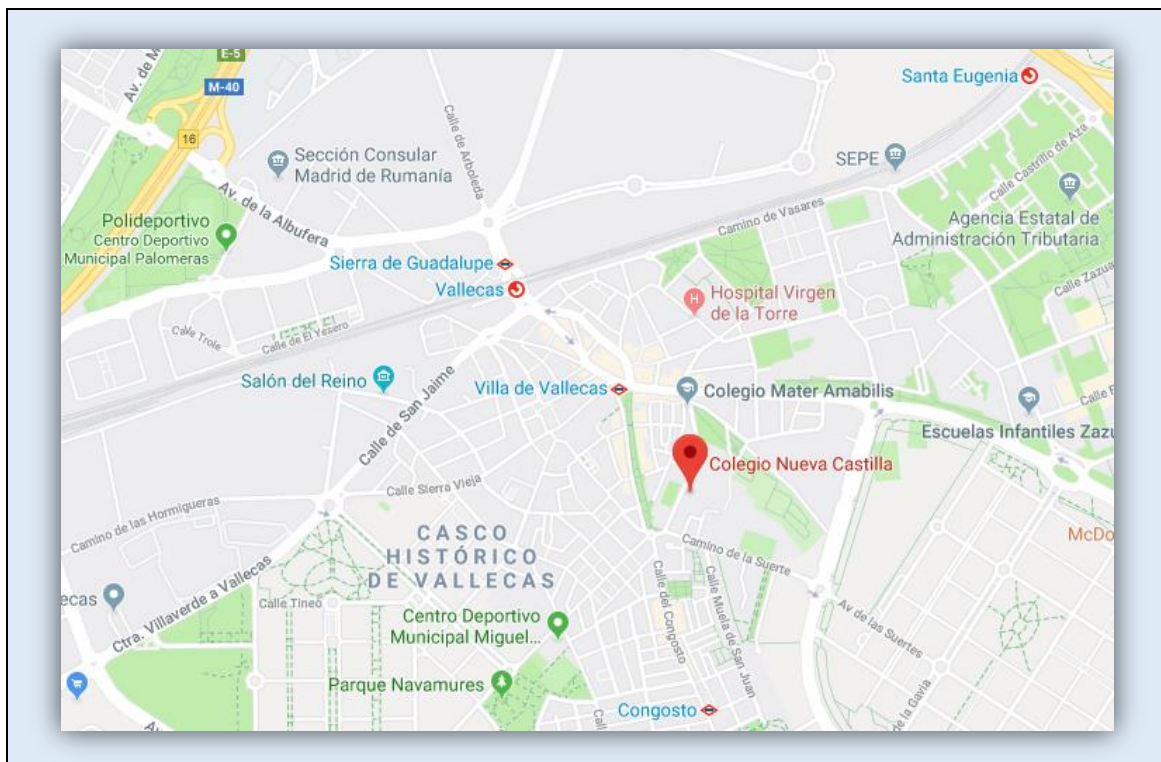
TFM: Patricia López García

de asimilación de los mismos. La siguiente tabla muestra los porcentajes de calificación asociados a cada estándar de aprendizaje.

Tabla 12. Estándares de aprendizaje y porcentajes de calificación.

Colegio Nueva Castilla			
EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO		3ª Evaluación	
Contenidos.	Criterios de Evaluación	Estándares de aprendizaje	% de Calificación
UD 5. ¡JUGAMOS AL BALONCESTO! Habilidades específicas del baloncesto. Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes. Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas. Estímulos relevantes que en baloncesto condicionan la conducta motriz: situación del balón y la canasta, espacios libres, tiempos de juego, etc. La colaboración y la toma de decisiones en equipo.	3, 7 y 10	3.1	20%
		3.2	20%
		3.3	20%
		7.3	20%
		10.1	20%

Anexo 2: Ubicación del colegio Nueva Castilla en el mapa



Anexo 3. Evolución de la población

	Población a 1 de enero										
	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016
18. Villa de Vallecas	66.846	67.163	73.281	80.711	88.201	92.365	95.076	97.490	98.767	99.636	102.140
18.1. C. H. de Vallecas	39.534	39.978	46.139	53.797	61.657	66.164	69.466	72.221	74.062	75.174	77.752
18.2. Santa Eugenia	27.312	27.185	27.142	26.914	26.544	26.201	25.610	25.269	24.705	24.462	24.388
Ciudad de Madrid	3.205.334	3.187.062	3.238.208	3.273.006	3.284.110	3.269.861	3.237.937	3.215.633	3.166.130	3.141.991	3.165.883

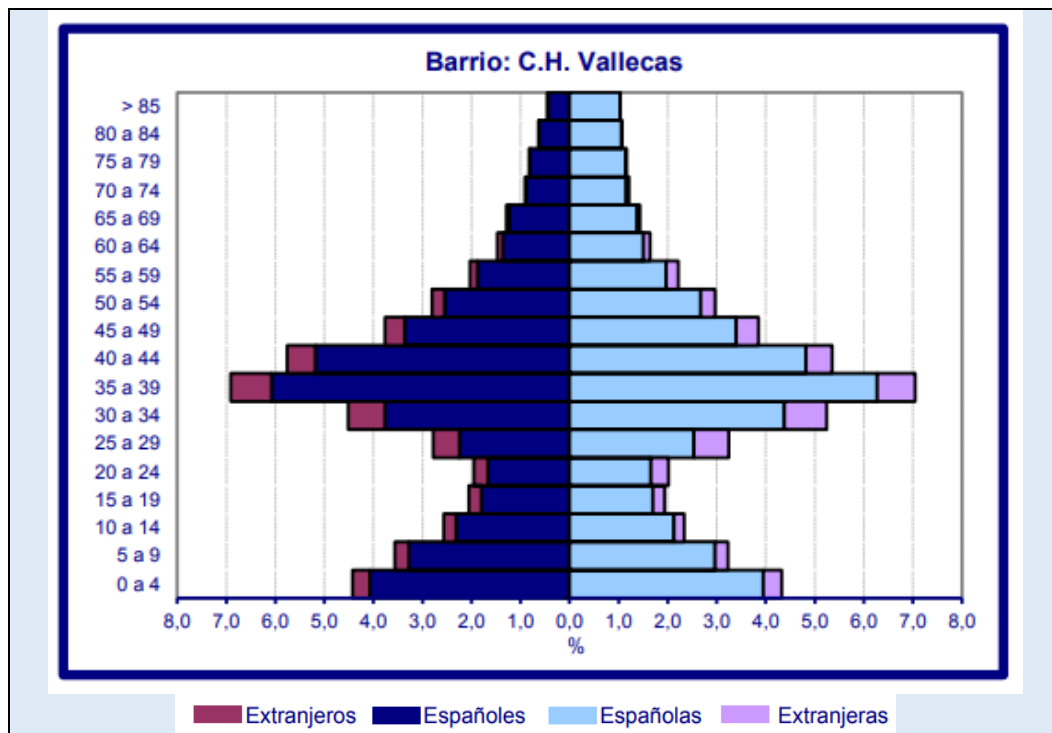
Anexo 4. Altas y bajas por nacimiento y defunción

	Altas por nacimiento	Tasa Bruta de Natalidad	Tasa General Fecundidad	Bajas por defunción	Tasa Bruta de Mortalidad	Crecimiento Vegetativo	
						Absoluto	%
18. Villa de Vallecas	1.597	15,8	57,9	539	5,3	1.058	10,5
18.1. C. H. de Vallecas	1.404	18,4	63,0	377	4,9	1.027	13,4
18.2. Santa Eugenia	193	7,9	36,4	162	6,6	31	1,3
Ciudad de Madrid	29.737	9,4	39,2	27.757	8,8	1.980	0,6

Anexo 5. Indicadores demográficos de edad

	Edad Media	Edad mediana	Proporción de juventud	Proporción de envejecimiento	Proporción de sobre-envejecimiento	Índice de envejecimiento	Índice de juventud	Índice de dependencia	Índice de estructura de la población activa	Índice de reemplazamiento de la población activa	Razón de progresividad demográfica
18. Villa de Vallecas	38,1	38,1	19,2	12,0	29,2	62,6	159,7	45,5	105,6	82,1	124,0
18.1. C. H. de Vallecas	36,2	37,0	21,4	9,9	31,8	46,4	215,5	45,7	116,3	103,1	128,1
18.2. Santa Eugenia	44,2	45,9	12,2	18,7	24,6	153,6	65,1	44,7	77,9	54,2	99,1
Ciudad de Madrid	43,9	43,5	14,5	20,5	35,5	141,0	70,9	53,8	83,6	64,3	99,0

Anexo 6. Porcentaje de población por edad y sexo



Anexo 7. Población extranjera por país de nacionalidad.

6. Población extranjera por país de nacionalidad												
	Extran- jeros	Rumania	China	Ecuador	Marruecos	República Dominicana	Bolivia	Colombia	Paraguay	Perú	Italia	Resto de Países
18. Villa de Vallecas	10.884	3.505	575	530	1.534	241	252	465	154	442	247	2.939
18.1. C. H. de Vallecas	8.543	2.044	479	479	1.501	218	219	412	133	374	210	2.474
18.2. Santa Eugenia	2.341	1.461	96	51	33	23	33	53	21	68	37	465
Ciudad de Madrid	385.913	47.075	34.052	26.739	21.440	17.957	17.733	16.973	16.781	14.954	14.793	157.416

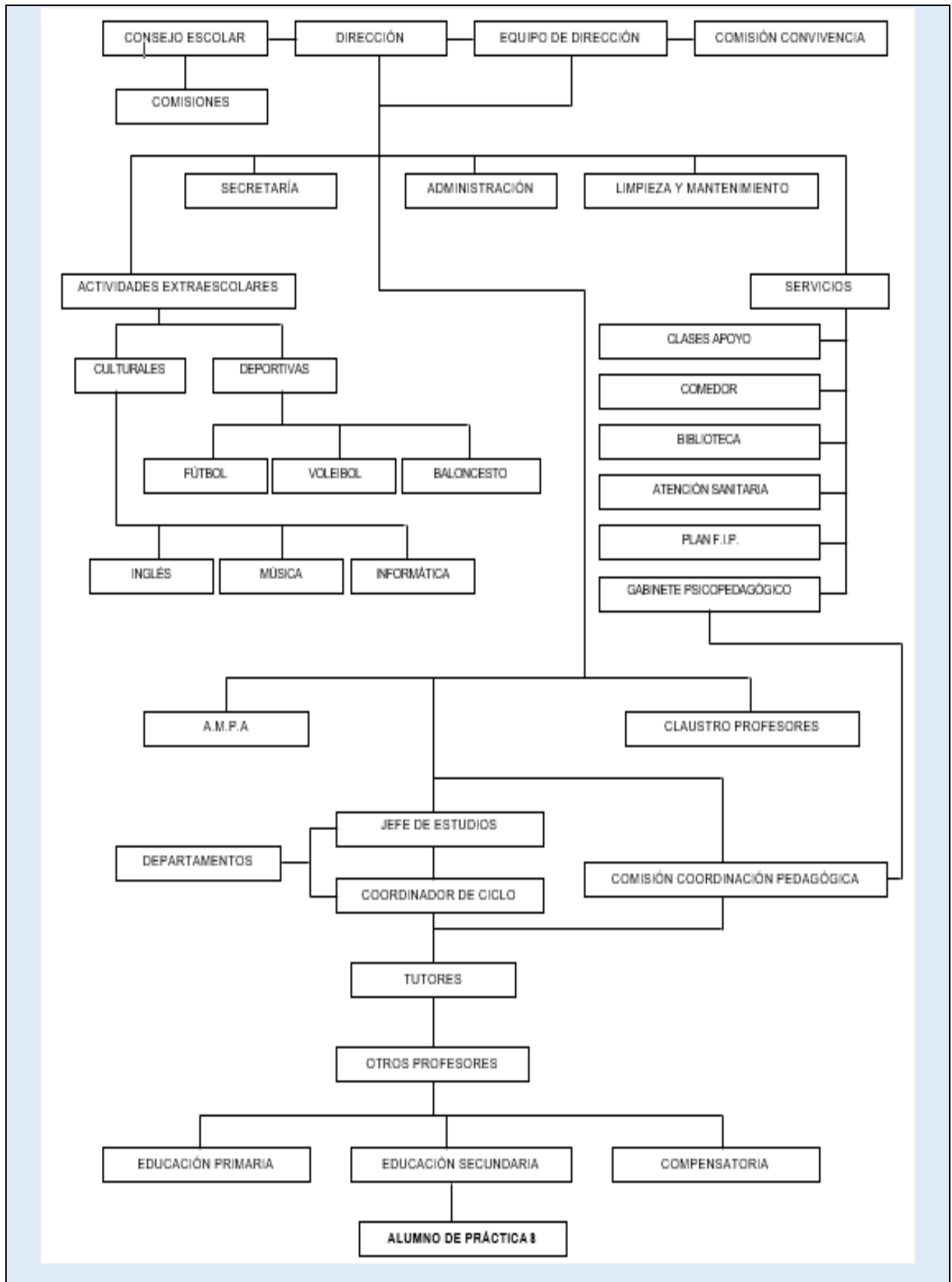
Anexo 8. Evaluación inicial del alumnado (Cuestionario)

Nombre:	Curso:
¿Qué expectativas tienes para este curso? ¿Qué esperas o qué te gustaría aprender?	
¿Realizas algún deporte de forma extraescolar?	
¿Cuántas horas a la semana dedicas a la práctica de actividad física y deporte? ¿Con quién la realizas?	
¿Crees que mantienes una dieta sana y equilibrada? ¿Te sientes cómodo con tu aspecto físico?	
¿Cuántas horas duermes al día?	
¿Cuál es tu deporte preferido? ¿Ves espectáculos deportivos por televisión?	
¿Participas en eventos deportivos?	
¿Tu familia y amigos practican deporte?	
Sugerencias para el profesor	

Anexo 9. Instalaciones del Colegio Nueva Castilla



Anexo 10. Organigrama del Colegio Nueva Castilla



Anexo 11: Ficha de evaluación del proceso de enseñanza

EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA				
ASPECTOS A OBSERVAR	GRADO DE ADECUACION			
	MUY BUENA	BUENA	NORMAL	MALA
OBJETIVOS, CONTENIDOS Y CRITERIOS.				
- Adecuación de los objetivos propuestos al nivel de los alumnos.				
- Adecuación de los contenidos propuestos a los objetivos que se pretenden alcanzar.				
- Adecuación de los criterios de evaluación al nivel de los alumnos.				
- Correspondencia entre los criterios de evaluación y los objetivos didácticos.				
ACTIVIDADES PROPUESTAS.				
- Adecuación de las tareas al nivel de los alumnos.				
- Adecuación de las tareas a los objetivos que se pretenden alcanzar.				
- Adecuación de las tareas a los contenidos que se trabajan.				
MATERIALES UTILIZADOS.				
- Adecuación de los materiales a las necesidades de las tareas propuestas.				
- Control sobre el uso y mantenimiento de los materiales.				
- Uso de materiales variados con el fin de proporcionar experiencias mas enriquecedoras.				
INSTALACIONES UTILIZADAS.				
- Adecuación de las instalaciones y espacios a las necesidades de las tareas propuestas.				
- Control sobre el uso de las instalaciones y su mantenimiento.				
ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO.				
- Adecuación del tiempo a las tareas planteadas.				
- Adecuación de la duración de las tareas en función de la dificultad del contenido trabajado.				
ORGANIZACIÓN DEL GRUPO-CLASE.				
- Adecuación de las agrupaciones a las necesidades de las tareas planteadas.				
- Aprovechamiento de las agrupaciones a lo largo de las sesiones para economizar el tiempo.				

Anexo 12. Ficha de observación para el alumno que no puede realizar la práctica

FICHA DE OBSERVACIÓN	
Nombre:	Fecha:
Motivo por el que no puedo realizar la práctica:	
¿Qué contenidos están trabajando mis compañeros? - - - - -	
Enumera todas las actividades que se han realizado durante la sesión:	
¿Qué me ha parecido más interesante de la sesión?	
¿Qué me ha parecido más difícil de la sesión?	
Observaciones sobre el comportamiento de mis compañeros	
Positivas:	Negativas:
Observaciones para el profesor:	

Anexo 13. Autorización actividades extraescolares

Yo..... como padre, madre o tutor del alumno	
le autorizo a la realización de la actividad	
programada para el día.....	
Firma:	Fecha:

Anexo 14. Ficha de coevaluación

PLANILLA DE OBSERVACIÓN		
Grupo que evalúa:		Grupo observado:
ITEMS	OBSERVACIONES	PUNTUACIÓN
Claridad en la explicación. ¿He entendido lo que hay que hacer?		
Participación. ¿Todos los componentes del grupo participan y tienen un rol asignado?		
Materiales. ¿Es adecuado? ¿Está previsto con anterioridad y colocado correctamente?		
Cooperación. ¿Trabajan en equipo los componentes del grupo? ¿Hablan y se ayudan unos a otros?		
Organización. ¿La actividad o grupos para su realización se han realizado coherentemente? ¿Han surgido imprevistos?		
Actividad. ¿Era dinámica? ¿Todos podían participar? ¿Se ha desarrollado con normalidad?		
Contenidos. ¿Se trabajan en la actividad o juego los contenidos propuestos?		
Actitud. El grupo que expone, ¿Tiene una actitud positiva? ¿Se preocupa de que salga bien la actividad? ¿Intenta motivar y ayudar a sus compañeros?		

Originalidad. ¿Era creativa la actividad? ¿Fue divertida? ¿Me lo pasé bien?		
Utilidad. ¿Qué me ha aportado la actividad? ¿He aprendido algo?		
PUNTUACIÓN:		

Anexo 15. Rúbrica UD: ¡Jugamos al Baloncesto!

RÚBRICA UD BALONCESTO				
ALUMNO:				
CURSO:				
	ÓPTIMO (2)	ADECUADO (1,5)	SUFICIENTE (1)	INSUFICIENTE (0,5)
Interés y participación	Participa de manera activa en todas las actividades sin mostrar desinterés en ninguna de ellas	Muestra desempeño e interés por desarrollar la mayoría de actividades	Participa de manera ocasional y pone interés en intervenir en el juego	No realiza ningún esfuerzo por participar en la actividad
Comportamiento	Su comportamiento es ejemplar durante todas las sesiones	Los ejercicios los realiza con un buen comportamiento aunque no ocurre lo mismo en los momentos de inactividad	En ocasiones tiene comportamiento disruptivos durante las clases	Muestra un mal comportamiento impidiendo que el resto de compañeros puedan realizar las actividades
Gestos técnicos	Conoce y sabe cómo y cuándo realizar los diferentes gestos técnicos practicados	Conoce e intenta realizar los gestos técnicos aunque no consigue una correcta ejecución	Conoce los gestos técnicos pero no es capaz de llevarlos a la práctica	No conoce ni realiza ninguno de los gestos técnicos practicados
Juego en equipo	Participa en equipo e involucra a sus compañeros en el juego intentando ayudarles en sus dificultades	Participa en equipo intentado involucrar a todos sus compañeros pero sin mostrar un gesto de ayuda hacia ellos	Participa en equipo pero muestra más interés por unos compañeros que por otros	No trabaja en equipo ni pone interés ni intención de ayudar a sus compañeros
Posicionamiento en ataque y defensa	Sabe colocarse y lo hace de una manera dinámica y activa durante el transcurso de los ejercicios	Se coloca correctamente aunque se muestra muy estático	Sabe colocarse pero en ocasiones pierde el interés por el juego y deja de colocarse correctamente	No sabe colocarse en el campo

Anexo 16. Ficha modelo de sesión

Sesión n°:		Título de la UD:	
Duración:			
Objetivos específicos de la sesión			
Competencias			
Intervención didáctica			
Estilo de Enseñanza			
Recursos			
Espaciales	Materiales	Humanos	
Tratamiento transversal			
Atención a la Diversidad			
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje			
Título y descripción		Gráfico	
Variantes y observaciones			
Atención a la diversidad		Tiempo	
Observaciones y reflexiones			