



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA 1º ESO

Trabajo Fin de MÁSTER

Presentado por:

Irene Sanz Cepero

Dirigido por:

Mirella Mansilla Fernández



Alcalá de Henares, marzo de 2019

ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN	1
2.	ANÁLISIS DE LA REALIDAD DEL CENTRO Y DE SU ENTORNO.....	3
2.1	Contexto social, histórico y geográfico en el que se realiza la acción docente	3
2.2	Trayectoria del centro.....	4
2.3	Características psicoevolutivas del Alumnado.....	5
3.	OBJETIVOS	7
3.1	Objetivos generales de Etapa	7
4.	COMPETENCIAS CLAVE.....	8
4.1	Descriptores, Indicadores y niveles de logro de las competencias.....	11
5.	CONTENIDOS	20
6.	LAS UNIDADES DIDÁCTICAS.....	21
6.1	Relación entre los elementos curriculares en las unidades didácticas.....	29
7.	INTERVENCIÓN DIDÁCTICA	30
7.1	Principios metodológicos	30
7.2	Métodos de Enseñanza.....	32
7.3	Técnicas de Enseñanza.....	33
7.4	Estilos de Enseñanza	34
7.5	Estrategias de Enseñanza	36
7.6	Canales de comunicación y Feedbacks	37
7.7	Distribución y Organización del alumnado.....	38
7.8	Actividades de enseñanza y aprendizaje	39
8.	RECURSOS DIDÁCTICOS	40
9.	EVALUACIÓN.....	42
9.1	Criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación.....	42
9.2	Criterios de calificación	47
9.3	Tipos de evaluación.....	48
9.4	Medidas de recuperación.....	48
10	INTERDISCIPLINARIEDAD.....	49
10.1	Interdisciplinariedad.....	49
10.2	Intradisciplinariedad.....	50
11.	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	51
12.	TRATAMIENTO TRANSVERSAL	52

13.	INNOVACIÓN EDUCATIVA PARA LA MEJORA DE LA ENSEÑANZA EN LA EDUCACIÓN FÍSICA.....	55
14.	CONCLUSIÓN.....	56
15.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	57
16.	ANEXOS.....	60
	Anexo 1. Unidad Didáctica	60
1.	INTRODCCIÓN	60
2.	COMPETENCIAS CLAVE.....	60
3.	OBJETIVOS	61
4.	CONTENIDOS	62
5.	TEMPORALIZACIÓN.....	62
6.	METODOLOGÍA	63
7.	ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE	67
8.	RECURSOS DIDÁCTICOS.....	68
9.	EVALUACIÓN.....	69
10.	TRATAMIENTO TRANSVERSAL	78
11.	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	79
12.	CONCLUSIÓN	80
13.	SESIONES	81
	Anexo 2. Ficha del alumno	96
	Anexo 3. Objetivos generales de Etapa.....	97
	Anexo 4. Calendario escolar 2018-2019	104
	Anexo 5. Técnicas de enseñanza.....	105
	Anexo 6. Estilos de Enseñanza	106
	Anexo 7. Contenidos de Inglés de 1º ESO	108
	Anexo 8. Contenidos de la asignatura Tecnología, Programación y Robótica 1º de la ESO.....	109
	Anexo 9. Criterios de evaluación del Primer Ciclo de la ESO.....	110
	Anexo 10. Estándares de aprendizaje evaluables.....	111

Índice de tablas

Tabla 1. Análisis DAFO del IES Gaspar Sanz.....	5
Tabla 2. Descriptores, Indicadores y Niveles de logro de la Competencia CSC .	12
Tabla 3. Descriptores, Indicadores y Niveles de logro de la Competencia SIEE .	13
Tabla 4. Descriptores, indicadores y Niveles de logro de la Competencia AA .	14
Tabla 5. Descriptores, indicadores y Niveles de logro de la Competencia CEC .	15
Tabla 6. Descriptores, indicadores y Niveles de logro de la Competencia CMYCT .	16
Tabla 7. Descriptores, indicadores y Niveles de logro de la Competencia CD .	18
Tabla 8. Descriptores, indicadores y niveles de logro de la Competencia CL .	19
Tabla 9. Temporalización de las Unidades Didácticas.....	22
Tabla 10. Relación entre las Competencias y los demás elementos curriculares .	30
Tabla 11. Relación entre los elementos de la evaluación.....	43
Tabla 12. Porcentajes de calificación por ámbito de trabajo.....	47
Tabla 13. Temporalización de las sesiones .	63
Tabla 14. Ejemplo de rúbrica .	71
Tabla 15. Ejemplo de escala de valoración. (Coevaluación).....	71
Tabla 16. Relación de los criterios de evaluación trabajados en la UD y los demás elementos curriculares .	74
Tabla 17. Porcentaje de calificación por ámbito de trabajo .	77

1. INTRODUCCIÓN

Esta programación didáctica va a permitir al alumnado desarrollar su competencia motriz además de desarrollar destrezas cognitivas y afectivas, esenciales para su vida diaria y como proceso para su proyecto de vida. De acuerdo con Fernández (2009) la asignatura de EF es la base para que el niño despierte su motricidad e inteligencia en la adquisición de experiencias para el desarrollo del conocimiento.

El objetivo fundamental de esta programación será dotar a los alumnos y alumnas de los conocimientos, competencias y recursos que les permitan finalizar este curso con éxito. A la hora de realizar nuestra programación didáctica, vamos a tener en cuenta que será un documento flexible y se adaptará a cualquier circunstancia que pueda surgir durante el curso.

Con esta planificación pretenderé que nuestros alumnos disfruten y aprendan significativamente de la Educación Física, para ello tendré en cuenta las dificultades que puedan surgir en el proceso de aprendizaje. Se empleará una metodología activa, apoyada fundamentalmente en la resolución de problemas y el descubrimiento guiado, utilizando en cada momento, entre todos los recursos disponibles, aquel que considere más adecuado. Entre estos recursos se encuentran:

- el trabajo individual y en grupo.
- las explicaciones a cargo del profesor.
- las discusiones generales.
- el material.
- las nuevas técnicas y los medios audiovisuales como: ordenadores, transparencias, diapositivas...

Esta programación, trata por tanto de una planificación didáctica, sobre una realidad escolar determinada (la del IES Gaspar Sanz de Meco) y con una temporalización concreta (curso 2018-2019), así como de la planificación y distribución de los contenidos para el curso de 1º de la ESO.

La programación que se va a desarrollar va dirigida a los alumnos de 1º ESO del Instituto de Educación Secundaria Gaspar Sanz, para el curso 2018-2019.

Esta programación va a estar basada en las indicaciones del Decreto 48/2015, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria

Obligatoria, junto con Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa y el Real Decreto 1105/2014.

Tal y como se indica en la introducción del Real Decreto 1105/2014 del 26 de diciembre,

“La materia Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados sobre todo a la conducta motora. Asimismo, la Educación Física está vinculada a la adquisición de competencias relacionadas con la salud, a través de acciones que ayuden a la adquisición y consolidación de hábitos responsables de actividad física regular y la adopción de actitudes críticas ante prácticas individuales, grupales y sociales no saludables, fundamentalmente en lo relacionado con las enfermedades de origen cardiovascular” (p. 206).

Para ello, la presente Programación Didáctica de la asignatura de Educación Física debe tomar como punto de partida las características del alumnado, del centro y del contexto sociocultural en el que nos encontramos.

Los objetivos se conseguirán mediante la adquisición del conocimiento de los contenidos de este curso relacionados de manera directa con la educación física (a nivel cognitivo y motor), el desarrollo del ámbito socioafectivo (valores personales, cívicos y éticos) y el desarrollo del alumno como persona para su futuro profesional. Dentro de las Unidades Didácticas, encontraremos las actividades que tendrán como objetivo el desarrollo de estas características.

De manera general, las tareas también van a ir muy dirigidas a favorecer la inclusión de todos los alumnos, creando un buen ambiente dentro de la clase que facilite y mejore la experiencia del alumnado en esta asignatura. Por lo tanto, se va a poner mucha atención al desarrollo de los alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo que estarán en nuestra clase para facilitar tanto la adquisición de conocimientos como el desarrollo social y personal de estos alumnos, para los que se tomarán una serie de medidas generales de atención a la diversidad.

2. ANÁLISIS DE LA REALIDAD DEL CENTRO Y DE SU ENTORNO

Siguiendo a Viciano (2002), una de las cosas más importantes a la hora de desarrollar una programación, es conocer las características del centro mediante un análisis previo. Con este análisis podremos valorar y diseñar la programación acercándonos a la realidad del centro y acorde a sus posibilidades.

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

El IES Gaspar Sanz es un Centro de Educación Secundaria de titularidad pública¹. Nace como centro educativo en el curso 2001-02, como sección del IES Antonio Machado de Alcalá de Henares, por lo que entonces sólo se imparten enseñanzas de E.S.O. Cuenta entonces con 16 unidades de E.S.O., pero ya para su tercer año de existencia el Centro acoge a 18 grupos, por lo que se hace necesaria y urgente una ampliación. Es en el curso 2006-07 cuando esta ampliación se hace efectiva, con la construcción de un edificio anexo, y cuando el IES Gaspar Sanz es reconocido como centro independiente desde el punto de vista jurídico, implantando además estudios de Bachillerato. Desde el curso 2010-11, el IES Gaspar Sanz es oficialmente uno de los Centros de Educación Secundaria con Programa Bilingüe de la Comunidad de Madrid. (IES Gaspar Sanz, 2018).

El “IES Gaspar Sanz” se encuentra situado en el municipio de Meco (C/del Acueducto, 3, 28880), que pertenece a la Comunidad de Madrid. En 2017 contaba con 13 570 habitantes empadronados de los cuales el 17% es inmigrante. Cabe destacar que la población extranjera ha crecido desde 2001 en casi un 51% (Wikipedia, 2018).

Meco se encuentra a 35 km de Madrid capital y 8 km del centro de Alcalá de Henares. Dispone de una estación de Cercanías Madrid perteneciente a la línea C-2, situada a 2 km del casco urbano. Una salida a la Autovía Radial 2 y dos salidas por carreteras distintas a la A2 (M-116 y M-121) (Wikipedia, 2018).

Este municipio tiene una larga tradición agrícola de secano. Ha sido durante mucho tiempo exportador de cereales como el trigo, harina y pan hacia Alcalá de Henares,

¹ Entrevista personal a Roberto Riquelme Ganados, el 20 de diciembre de 2018. Jefe de estudios del IES Gaspar Sanz (Meco).

Guadalajara y Madrid. También se explotan la ganadería ovina y caprina. Hay dos polígonos industriales, uno dentro del pueblo y el otro, más moderno, entre las autopistas R-2 y la A-2 (Wikipedia, 2018).

Todas estas características hacen que nivel sociocultural de las familias de los alumnos es medio y medio-bajo, aunque hay también un porcentaje reducido de familias cuyo nivel está por encima de la media (Wikipedia, 2018).

2.2 Trayectoria del centro

Actualmente en el centro educativo Gaspar Sanz se imparte enseñanza desde 1º de ESO hasta 2º de Bachillerato. Dicho centro educativo cuenta con 3 grupos por curso académico (A, B y C). En el caso del curso de 1º de la ESO, los tres grupos son muy numerosos con una media de 28 alumnos por clase, lo cual dificulta el trabajo diario y la atención individualizada que se pretende, sobre todo en últimas horas de la mañana, ya que no existen desdobles. La asignatura de Educación Física consta de dos períodos lectivos semanales, la cual es obligatoria de 1ºESO a 1º de Bachillerato.

El centro cuenta con tres profesores para la impartición de la asignatura de Educación Física, dos de ellos a tiempo completo y uno con media jornada.

Los valores que se desean compartir como señas de identidad del centro en nuestra comunidad educativa son los siguientes: la solidaridad, la libertad, la responsabilidad a la hora del estudio, de la convivencia en el centro y del desempeño futuro de las labores profesionales, la solución positiva y eficaz de los conflictos diarios, la convivencia democrática y participativa y la creencia de que la educación es un derecho universal que ha de ajustarse a las necesidades e intereses de cada uno.

En cuanto al proceso de enseñanza-aprendizaje, se pone especial énfasis en la adquisición de competencias básicas que permitan a los alumnos un avance seguro. Se establecen los criterios de evaluación en función de las adaptaciones necesarias para atender a las aspiraciones y necesidades de nuestro alumnado. Y se investigan en los recursos metodológicos como uno de los instrumentos más eficaces de trabajo con el que contamos.

○ **Análisis DAFO**

La siguiente tabla es un análisis DAFO en la que encontramos a primera vista los principales puntos fuertes y puntos débiles del centro, lo que condicionará nuestra

programación y así podremos tener en cuenta las características necesarias para ello y anteponernos a ciertas situaciones que puedan ocurrir en el futuro.

Tabla 1. Análisis DAFO del IES Gaspar Sanz

Contexto interno	Contexto externo
<p>Debilidades</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elevada ratio profesor-alumno - Gran diversidad del alumnado - Bajos recursos económicos. Lo que hace que se disponga de poco material deportivo - Poca colaboración y comunicación entre departamentos <p>Fortalezas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alumnado dispuesto a participar activamente en su proceso de enseñanza-aprendizaje. - Estrecha colaboración con el AMPA 	<p>Amenazas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Constantes cambios normativos - Recortes en educación. - Mayor sedentarismo del alumnado debido en muchos casos al uso excesivo e incorrecto de las nuevas tecnologías como móviles, ordenadores, tables... <p>Oportunidades</p> <ul style="list-style-type: none"> - Muy cerca de la capital y bien comunicado - Zonas de parque cercanas - Disponibilidad de varias instalaciones deportivas de la comunidad.

2.3 Características psicoevolutivas del Alumnado

Esta programación didáctica va dirigida al curso de 1º de la ESO A. El alumnado tiene una edad comprendida entre 12/13 años. El centro educativo mixto IES Gaspar Sanz es un centro con titularidad pública. El curso de 1º de la ESO consta de tres grupos (A, B y C), de entre 27 y 28 alumnos por grupo. En el grupo A, contamos con 14 chicas y 14 chicos.

En cuanto a las características específicas del grupo-clase cabe destacar que el alumnado en general es bastante homogéneo. De los 112 alumnos que conforman el curso de 1º de la ESO, hay 8 repetidores. Hay 32 alumnos inmigrantes, pero solo un 9 son nuevos en este curso académico. Estos alumnos se han incorporado este año a nuestro sistema educativo.

El nivel de desarrollo de los chicos y chicas de esta edad, inician una etapa de desarrollo que está marcada por el cambio: la preadolescencia. Son muchas los cambios que van a experimentar: cambios cognitivos, motores y en los ámbitos afectivo-social.

○ **Nivel de desarrollo del alumnado**

● **Cognitivo**

Los estudiantes a los que va dirigida esta programación presentan las siguientes características desde el punto de vista cognitivo (Álvarez, 2010):

- Grandes cambios intelectuales.
- Se consolida el pensamiento de carácter abstracto y la capacidad de razonamiento.
- Consolidación de las operaciones lógico-concretas y el comienzo, la apertura a un nuevo razonamiento.

● **Motor**

El desarrollo motor del alumnado de 1º ESO, ira de la mano de la maduración de sus propios sistemas, tanto a nivel mental como a nivel orgánico. Por lo tanto, la adquisición de las habilidades motrices dependerá mucho de estos sistemas. Siguiendo a Larráyoiz (2016), los principales cambios motores son los siguientes:

- Incremento regular de la eficiencia con la que realizan los movimientos.
- Crecimiento físico continuado.
- Atender a la diferencia entre edad biológica y edad cronológica.
- Diferencias significativas en la talla de niños y niñas.
- Mejora de las actividades de ritmo.
- Consolidación de cualidades anteriormente adquiridas.

● **Socioafectivo**

De acuerdo con Álvarez (2010), el alumnado de 1º ESO se enfrenta a la llegada de la pubertad, dónde se producen numerosas modificaciones fisiológicas que inciden directamente en diversos cambios psicológicos que se producen en el adolescente, los cambios que se suceden en este periodo se deben al aumento de las secreciones hormonales, principalmente a la progesterona de la mujer y la testosterona del hombre. Por ello, se pueden encontrar inquietos, irritables, agresivos y con dificultad para mantener la atención y la concentración. A la vez estos cambios corporales les hacen sentirse extraños con su nuevo aspecto y, por ello, preocupados por su imagen corporal y con miedo a no ser aceptados en su apariencia actual.

○ **Características específicas del grupo-clase**

● **Comportamiento general del alumnado**

La clase de 1º ESO A cuenta con 28 alumnos (14 chicas y 14 chicos). Entre los cuales, hay un alumno que padece hipoacusia moderada, que, a pesar de no tener problemas a la

hora de relacionarse, ya conoce a la mayoría de sus compañeros puesto que la mayoría de ellos han sido compañeros durante la primaria. Tenemos 3 alumnas y 2 alumnos nuevos para este curso que proceden de otros centros educativos. Cabe destacar que en este grupo hay dos alumnos repetidores.

- **Alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo**

Encontramos en la clase un alumno con hipoacusia moderada que presenta dificultades de comunicación, usa una prótesis auditiva para poder desarrollar el lenguaje. Está incluido en el grupo grande de la clase y no tiene problemas de socialización. Deberemos de tener en cuenta esto durante las clases de Educación Física, para tomar una serie de medidas con el fin de que este alumno desarrolle las sesiones sin dificultad.

- **Alumnado inmigrante**

Debido a las características del centro, encontramos alumnos de diferentes nacionalidades.

Hay dos alumnos de origen rumano que están completamente adaptados, puesto que llegaron a España cuando eran pequeños, aunque a pesar de ello a veces se comunican entre ellos en su lengua materna.

También contamos con una alumna de origen colombiano y otro alumno de origen búlgaro. Ambos llegaron a España hace dos años. No tienen problemas de sociabilización y están integrados en el grupo.

Con el fin de conocer más al alumnado, tendremos una ficha que cada alumno deberá rellenar al principio del curso para tener más controlado a cada uno de los alumnos y poder recoger más información sobre ellos, además de conocer sus intereses y motivaciones. Se puede ver esta ficha en el Anexo 2.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivos generales de Etapa

Los Objetivos Generales de etapa son el primer nivel de concreción curricular, permitiendo una coordinación entre los docentes de distintos departamentos. Los Objetivos Generales de Etapa, están recogidos en el Real Decreto 1105/2014. El objeto de esto es que el alumnado al acabar la etapa educativa debe ser capaz de conseguir estos objetivos, que se pueden ver en el Anexo 3.

4. COMPETENCIAS CLAVE

Según el Decreto 48/2015, las competencias clave permiten aplicar de manera integral los contenidos de cada curso permitiendo una coherencia durante las distintas etapas educativas.

En la Recomendación 2006/962/CE, encontramos la importancia de programar por competencias para llevar a cabo un buen proceso de enseñanza-aprendizaje. Esta programación didáctica, se va a basar en esta recomendación para su desarrollo. En este documento se definen las competencias clave como una combinación de conocimientos, capacidades y actitudes adecuadas al contexto. Las competencias clave son aquéllas que todas las personas precisan para su realización y desarrollo personales, así como para la ciudadanía activa, la inclusión social y el empleo.

Además, la Orden ECD/65/2015, establece lo que se debe trabajar en cada una de estas competencias.

a) Comunicación lingüística (CL).

Comprende la acción comunicativa en las prácticas sociales, donde el individuo interactúa a través de diferentes soportes (tanto a nivel oral y escrito, como por medio de la tecnología).

En la asignatura de Educación Física, podremos tratar principalmente el componente pragmático discursivo, mediante actividades cooperativas; y el componente estratégico, mediante actividades de resolución de problemas en grupo. Esta competencia la trabajaremos principalmente en las unidades didácticas 1, 2, 3 y 4, ya que durante estas unidades didácticas se pedirá al alumnado que por grupos que expliquen ciertos contenidos y/o habilidades técnicas a sus compañeros por lo tanto se trabajará mediante actividades grupales y en las que la comunicación es fundamental para obtener un éxito en la actividad.

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

La competencia matemática hace referencia a la capacidad de aplicar el razonamiento matemático. Se relaciona con términos numéricos y operaciones. Por su parte, las competencias básicas en ciencia y tecnología, se relaciona con el acercamiento al mundo físico y su consecuente relación con él.

En el caso de Educación Física, podremos trabajar la primera mediante actividades relacionadas con control de intensidades y medidas, actividades que se llevarán a cabo

durante las unidades didácticas 6 y 7, durante estas unidades didácticas se pedirá a los alumnos que midan la frecuencia cardíaca. También trabajaremos esta competencia mediante el cálculo de la ingesta calórica aproximada en un día. La segunda la trabajaremos a través de trabajos, en los que incluyamos la búsqueda en diferentes fuentes de información digitales para la elaboración de trabajos teóricos con una posterior exposición práctica apoyados con algún medio audiovisual, este tipo de actividades las desarrollaremos durante las unidades didácticas 1 y 3.

c) Competencia digital (CD).

Busca el uso de las tecnologías, de una manera creativa, crítica y segura. Tendrá una gran importancia de cara al futuro de nuestros alumnos, para que aprendan a gestionar las nuevas tecnologías haciendo un buen uso de ellas. Los puntos más importantes de abordar en esta competencia son la información, la comunicación, la creación de contenidos, la seguridad y la resolución de problemas.

En Educación Física, lo podremos trabajar a través del uso de redes sociales por ejemplo durante la unidad didáctica 4 en la que los alumnos deberán subir videos y fotos a una red social para que tanto los compañeros como el profesor pueda seguir el proceso y ver los avances de cada grupo. Además, también la trabajaremos ligeramente durante las unidades didácticas 3, 6 y 7 durante las cuales se pedirá a los alumnos que busquen información e investigue en diferentes fuentes de información sobre ciertos contenidos de dichas Uds. para que el aprendizaje sea más significativo.

d) Aprender a aprender (AA).

El objetivo de esta competencia es, que los alumnos, sean capaces de desarrollar una organización propia para adquirir diferentes conocimientos, a través de diferentes formas de aprendizaje. Es importante que sean conscientes de su propio aprendizaje. A su vez, se busca que los alumnos consigan una mayor independencia y autonomía, que podrán ayudarles a aumentar la participación en grupos. Para esta competencia, será importante la motivación del alumno.

Esta competencia va a estar presente de forma directa o indirecta durante todas las unidades didácticas, pero sobre todo trataremos de trabajarla mediante actividades de resolución de problemas en las que los propios alumnos sean los protagonistas del planteamiento y desarrollo de la actividad. Por ejemplo, al comienzo de las unidades

didácticas se les pedirá a los alumnos que investiguen sobre el contenido principal que se va a tratar, y en la primera sesión de cada UD se hará una puesta en común.

e) Competencia social y cívica (CSC).

Esta competencia va dirigida al comportamiento que prepara a una persona para desarrollarse en la vida social y profesional. Busca que se aprenda a resolver conflictos. Por otro lado, busca que se adquieran una serie de conocimientos de conceptos y estructuras sociopolíticas para facilitar la participación y correcta dentro del contexto social en el futuro de los alumnos.

Durante nuestra programación, esta competencia se va a estar presente en todas las UD ya que pretendemos desde el primer momento que el alumnado tenga un comportamiento respetuoso hacia el profesor y sus compañeros. A pesar de ello, esta competencia tendrá un mayor en las unidades didácticas 2, 4 y 5. En la 2 se intentará crear buen clima de deportividad y respeto durante los torneos de bádminton. En la 4 se trabajará a través de tareas cooperativas o de conocimiento de otras culturas a través de los juegos dramáticos y actividades de mimo. Y en la 5 mediante la elaboración de una serie de normas y pautas que se trabajarán en la salida a la naturaleza.

f) Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE).

Comprende los conocimientos para reconocer oportunidades existentes para las actividades personal, profesionales y comerciales. Se relaciona con la anterior, en cuanto a la importancia de conocer los aspectos más importantes del funcionamiento de la sociedad.

En resumen, adquirir una serie de valores éticos que permitan una correcta organización de un grupo de trabajo. Trabajaremos esta competencia en las unidades didácticas 2, 4, 5 y 6 mediante actividades en grupo. Durante la UD 2 trabajaremos en parejas y en las posteriores Uds. el trabajo será en grupos más numerosos.

g) Conciencia y expresiones culturales (CEC).

Conocer, valorar y respetar diferentes culturas con una actitud abierta. Se deben entender como fuentes de enriquecimiento y considerarlo parte de una comunidad. Comprender la relación entre esas culturas y su sociedad. A parte, busca que los alumnos sean capaces de expresarse por distintos medios verbales y no verbales.

Trabajaremos esta competencia a través de los contenidos artístico-expresivos durante la unidad didáctica 4.

4.1 Descriptores, Indicadores y niveles de logro de las competencias

Como dice Blázquez y Sebastiani (2009), para programar por competencias, estas tienen que tener una relación con todos los elementos del currículo. Hemos concretado el trabajo por competencias en descriptores e indicadores y niveles de logro.

Las tablas 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8 muestran los descriptores e indicadores de cada competencia, así como los niveles de logro de cada indicador.

Tabla 2. Descriptores, Indicadores y Niveles de logro de la Competencia CSC (Elaboración Propia).

COMPETENCIA SOCIAL Y CÍVICA		
DESCRIPTORES	INDICADORES	NIVELES DE LOGRO
CSC-1. Respetar las instalaciones y el material, así como el entorno urbano en el que se realiza actividad física y el medio natural, cuidándolo y protegiéndolo.	CSC-1a) Cuida el medio (natural y urbano) donde realiza actividad física no ensuciándolo y eliminando residuos que haya en él.	Nivel 1: No cuida el medio donde realiza la actividad física además lo ensucia y lo descuida.
		Nivel 2: Descuida el medio donde practica la actividad física.
	CSC-1b) Respeta las instalaciones y el material que utiliza en las sesiones de Educación Física.	Nivel 3: Cuida el medio donde realiza la actividad física.
		Nivel 4: Cuida el medio donde realiza la actividad física y retira residuos que hay en él.
		Nivel 1: No respeta ni las instalaciones ni el material y hace un uso inadecuado de éste.
		Nivel 2: Respeta las instalaciones, pero no el material de las clases de EF.
CSC-2. Elegir democráticamente las normas de la clase y respetar las normas y el reglamento de los distintos deportes practicados.	CSC-2a) Participa junto con sus compañeros y el profesor en la elección de las normas de la clase.	Nivel 3: Respeta las instalaciones y el material.
		Nivel 4: Respeta las instalaciones y el material haciendo un uso adecuado de éste.
	CSC-2b) Cumple las normas de la clase y respeta las reglas de juego de los deportes practicados en ella.	Nivel 1: No participa en la elección de las normas de clase.
		Nivel 2: Participa pasivamente en la elección de las normas de clase
		Nivel 3: Participa en la elección de las normas de clase, pero no propone ninguna.
		Nivel 4: Participa y propone diferentes normas de clase de manera activa.
CSC-3. Mostrar tolerancia, deportividad, cooperación y autocontrol en el papel de espectador, de árbitro y de jugador, respetando tanto a compañeros como adversarios.	CSC-3a) Practica el juego limpio en las actividades físicas y deportivas, y en las artístico-expresivas practicadas a lo largo de la programación.	Nivel 1: No cumple las normas de clase ni respeta las reglas de juego propuestas.
		Nivel 2: Cumple las normas de clase, pero no respeta las reglas de las actividades.
	CSC-3b) Mantiene una actitud flexible y dialogante con sus compañeros y adversarios, así como con los árbitros, en las diferentes actividades físico-deportivas.	Nivel 3: Cumple las normas de clase y respeta las reglas de juego de las actividades trabajadas.
		Nivel 4: Cumple el nivel 3 y además propone variantes.
		Nivel 1: Hace trampas durante las actividades. No juega limpio
		Nivel 2: En situaciones desventajosas no practica el juego limpio
CSC-4. Valorar la actividad física como una opción adecuada de ocupación del tiempo de ocio.	CSC-4a) Elige realizar actividad física y deportiva en su tiempo de ocio en lugar de otras actividades más sedentarias.	Nivel 3: Practica el juego limpio en las actividades realizadas en clase
		Nivel 4: Practica el juego limpio en las actividades realizadas y acepta el resultado con deportividad
	CSC-4b) Mantiene una actitud flexible y dialogante con sus compañeros y adversarios, así como con los árbitros, en las diferentes actividades físico-deportivas.	Nivel 1: Muestra una actitud incorrecta y despreciativa hacia sus compañeros, adversarios y al profesor.
		Nivel 2: No muestra una actitud flexible y dialogante durante las actividades propuestas.
		Nivel 3: Muestra actitud flexible y dialogante hacia sus compañeros y adversarios.
		Nivel 4: Cumple el nivel 3 y además, es mediador en los conflictos que surgen durante la actividad.
CSC-4b) Mantiene una actitud flexible y dialogante con sus compañeros y adversarios, así como con los árbitros, en las diferentes actividades físico-deportivas.	Nivel 1: Nunca realiza actividad física en su tiempo de ocio.	
	Nivel 2: Realiza algunas veces actividad física en su tiempo de ocio.	
	Nivel 3: Realiza casi siempre actividad física en su tiempo de ocio.	
	Nivel 4: Realiza siempre que puede actividad física en su tiempo de ocio.	

Tabla 3. Descriptores, Indicadores y Niveles de logro de la Competencia SIEE (Elaboración Propia).

SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR		
DESCRIPTORES	INDICADORES	NIVELES DE LOGRO
SIEE-1. Ser creativo a la hora de poner en práctica actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.	SIEE-1a) Participa en la creación y realización de diferentes actividades artístico-expresivas en grupo.	Nivel 1: No participa en la creación y realización de diferentes actividades artístico-expresivas en grupo.
		Nivel 2: Participa en las artístico-expresivas, pero no propone nada.
		Nivel 3: Participa en la realización de diferentes actividades artístico-expresivas en grupo.
		Nivel 4: Participa activamente proponiendo diferentes actividades artístico-expresivas y realizando diferentes actividades mímicas en grupo.
	SIEE-1b) Organiza y colabora junto a sus compañeros al realizar ejercicios de diferentes deportes y actividades físicas.	Nivel 1: Ni organiza ni colabora al realizar ejercicios de diferentes deportes y actividades físicas.
		Nivel 2: No organiza, pero si colabora al realizar ejercicios de diferentes deportes y actividades físicas.
Nivel 3: Organiza y colabora al realizar ejercicios de diferentes deportes y actividades físicas.		
Nivel 4: Organiza y colabora activamente proponiendo ejercicios de diferentes deportes y actividades físicas.		
SIEE-2. Trabajar de forma autónoma y participar en las clases activamente, aprovechándolas y teniendo una actitud positiva de esfuerzo y superación.	SIEE-2a) Elabora con soltura y corrección calentamientos generales.	Nivel 1: No elabora calentamientos y copia a sus compañeros.
		Nivel 2: Elabora calentamientos generales mediocres y no varía de ejercicios.
		Nivel 3: Elabora calentamientos generales.
		Nivel 4: Elabora con soltura calentamientos generales proponiendo actividades originales.
	SIEE-2b) Es autónomo a la hora de aplicar hábitos higiénicos en su práctica de actividad física.	Nivel 1: No aplica hábitos higiénicos en su práctica de actividad física.
		Nivel 2: Aplica hábitos higiénicos generales en su práctica de actividad física
		Nivel 3: Aplica hábitos higiénicos generales y específicos para cada actividad en su práctica de actividad física.
		Nivel 4: Aplica de manera autónoma hábitos generales y específicos para cada actividad higiénicos en su práctica de actividad física y corrige a sus compañeros.

Tabla 4. Descriptores, indicadores y Niveles de logro de la Competencia AA (Elaboración Propia).

APRENDER A APRENDER		
DESCRIPTORES	INDICADORES	NIVELES DE LOGRO
AA-1. Relacionar la actividad física y otros hábitos con la salud mostrando una actitud crítica frente a estilos de vida poco saludables	AA-1a) Sabe cuál es el estado de su condición física y el de sus compañeros a través del tratamiento de los datos obtenidos en diferentes pruebas realizadas en clase.	Nivel 1: No sabe interpretar el estado de su condición física tras los datos obtenidos en las diferentes pruebas.
		Nivel 2: Interpreta el resultado obtenido tras las pruebas, pero no sabe interpretarlo y definir su estado de condición física.
		Nivel 3: Sabe interpretar el estado de su condición física tras los datos obtenidos en las diferentes pruebas.
		Nivel 4: Sabe interpretar el estado de su condición física tras los datos obtenidos en las diferentes pruebas y propone ejercicios para mejorarlo.
	AA-1b) Mejora sus niveles previos de condición física grupal en cada una de las pruebas que se realizan reconociendo cuales son los niveles saludables acordes con su desarrollo y sus capacidades.	Nivel 1: Empeora sus niveles previos de condición física.
		Nivel 2: Sus niveles de condición física se mantienen sin cambios.
AA-2. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando la técnica, la táctica y las estrategias más adecuadas de las actividades físico-deportivas propuestas en clase, ya sea en condiciones reales o adaptadas.	AA-2a) Demuestra conocimientos sobre los aspectos básicos de la táctica y la técnica de las actividades físico-deportivas realizadas aplicándolos en la práctica, consiguiendo así el objetivo de la acción en situaciones prácticas.	Nivel 1: No demuestra ningún conocimiento sobre la táctica y la técnica de las actividades físico-deportivas trabajadas.
		Nivel 2: Conoce algún aspecto técnico/táctico de las actividades físico-deportivas trabajadas.
		Nivel 3: Conoce los aspectos técnicos y tácticos de las actividades físico-deportivas trabajadas.
		Nivel 4: Conoce los aspectos técnicos y tácticos de las actividades físico-deportivas trabajadas y lo aplica a la practica en situaciones de juego.
AA-3. Reproducir diferentes expresiones mímicas y juegos de arte dramático utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	AA-3a) Participa de forma activa en la realización de las diferentes expresiones mímicas y juegos de arte dramático con o sin música.	Nivel 1: No participa en la realización de expresiones mímicas ni de juegos de arte dramático.
		Nivel 2: Participa en la realización de actividades mímicas.
		Nivel 3: Participa y realiza expresiones mímicas sin música y juegos de arte dramático.
		Nivel 4: Participa y realiza de forma activa expresiones mímicas con música y juegos de arte dramático.

Tabla 5. Descriptores, indicadores y Niveles de logro de la Competencia CEC (Elaboración Propia).

CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES		
DESCRIPTORES	INDICADORES	NIVELES DE LOGRO
CEC-1. Conocer distintos deportes populares y tradicionales de la cultura española y de otras culturas del mundo.	CEC-1a) Expone juegos tradicionales y populares a sus compañeros.	Nivel 1: No expone ningún tipo de juegos a sus compañeros.
		Nivel 2: Expone juegos populares a sus compañeros.
		Nivel 3: Expone juegos tradicionales populares a sus compañeros.
		Nivel 4: Expone y lleva a cabo juegos tradicionales populares a sus compañeros.
CEC-2. Realizar acciones motrices con la finalidad de expresar sentimientos y emociones, utilizando entre otras, técnicas de expresión corporal.	CEC-2a) Colabora y propone ideas para realizar de forma grupal los retos expresivos y juegos dramáticos propuestos por el docente expresando ideas, emociones y sentimientos.	Nivel 1: No participa en los retos expresivos ni en juegos dramáticos propuestos por el docente, ni expresando ideas, ni emociones y ni sentimientos.
		Nivel 2: Participa en las actividades expresando emociones y sentimientos, pero no participa en las actividades de juegos dramáticos.
		Nivel 3: Participa en las actividades expresando ideas y emociones y juegos dramáticos.
		Nivel 4: Participa activamente en los retos expresivos propuestos por el docente, expresando ideas, emociones, sentimientos juegos dramáticos.
	CEC-2b) Pone en práctica diferentes expresiones corporales reflejando sentimientos y estados de ánimo.	Nivel 1: No realiza ninguna actividad expresivo-corporal reflejando estados de ánimo y/ sentimientos.
		Nivel 2: Realiza actividades expresivo-corporales estados de ánimo.
		Nivel 3: Realiza actividades expresivo-corporales que reflejan sentimientos y estados de ánimo.
		Nivel 4: Realiza actividades expresivo-corporales originales que reflejan sentimientos y estados de ánimo.

Tabla 6. Descriptores, indicadores y Niveles de logro de la Competencia CMYCT (Elaboración Propia).

COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIAS BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA		
DESCRIPTORES	INDICADORES	NIVELES DE LOGRO
<p>CMYCT-1. Reconocer la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca para trabajar entre los márgenes de mejora de la condición física.</p>	<p>CMYCT-1a) Identifica las diferentes capacidades físicas básicas y sus tipos, relacionándolas con distintos tipos de actividades físico-deportivas realizadas.</p>	<p>Nivel 1: No identifica ninguna capacidad física básica ni las relaciona con los tipos de actividades físico-deportivas.</p>
		<p>Nivel 2: Identifica alguna capacidad física básica.</p>
		<p>Nivel 3: Es capaz de identificar las diferentes capacidades físicas básicas y sus tipos.</p>
		<p>Nivel 4: Es capaz de identificar las diferentes capacidades físicas básicas y sus tipos, relacionándolas con distintos tipos de actividades físico-deportivas realizadas.</p>
	<p>CMYCT-1b) Toma conciencia de la importancia de llevar una buena respiración y utiliza la frecuencia cardíaca para controlar la intensidad del esfuerzo durante la práctica de actividad física.</p>	<p>Nivel 1: No entiende ni identifica el concepto de frecuencia cardíaca.</p>
		<p>Nivel 2: Entiende el concepto de frecuencia cardíaca pero no sabe aplicarlo a la realidad.</p>
		<p>Nivel 3: Sabe el significado del concepto de frecuencia cardíaca y es consciente de la importancia de este en la realización de actividad física.</p>
		<p>Nivel 4: Sabe el significado del concepto de frecuencia cardíaca y es consciente de la importancia de este en la realización de actividad física. Además, es capaz de controlar la intensidad del esfuerzo durante la práctica.</p>
<p>CMYCT-2. Practicar actividad física dentro de los márgenes de la salud y de acuerdo con las posibilidades personales y ser crítico con aquellos hábitos que sean perjudiciales para la salud.</p>	<p>CMYCT-2a) Es capaz de identificar las características que debe tener la actividad física para ser saludable reconociendo los beneficios que esta produce y es crítico con los hábitos de vida perjudiciales.</p>	<p>Nivel 1: No sabe identificar las características que tiene que tener la actividad física para que sea saludable.</p>
		<p>Nivel 2: Sabe identificar las características que debe tener la actividad física para ser saludable.</p>
		<p>Nivel 3: Sabe identificar las características que debe tener la actividad física para ser saludable y los pone en práctica.</p>
		<p>Nivel 4: Es consciente de los aspectos que tiene que tener la actividad física para ser saludable y relaciona los beneficios de esta además de criticar los hábitos de vida perjudiciales.</p>
	<p>CMYCT-2b) Aplica los principios de higiene postural tanto en actividades de la vida cotidiana como en las actividades físicas y deportivas que practica.</p>	<p>Nivel 1: No aplica ningún principio de higiene postural.</p>
		<p>Nivel 2: Lleva a cabo algún principio de higiene postural tanto en actividades de la vida cotidiana.</p>
		<p>Nivel 3: Lleva a cabo los principios de higiene postural tanto en actividades de la vida cotidiana como en las actividades físicas y deportivas que practica.</p>
		<p>Nivel 4: Aplica los principios de higiene postural tanto en actividades de la vida cotidiana como en las actividades físicas y deportivas que practica además de corregir a sus compañeros.</p>

<p>CMYCT-3. Mostrar actitud responsable con el entorno natural siendo conscientes de todas las posibilidades físico-deportivas que ofrece.</p>	<p>CMYCT-3a) Respeta el medio natural donde practica actividad física al no ensuciarlo ni destruirlo.</p>	<p>Nivel 1: No respeta el medio natural.</p> <p>Nivel 2: Respeta el medio natural.</p> <p>Nivel 3: Respeta el medio natural donde practica actividad física al no ensuciarlo ni destruirlo.</p> <p>Nivel 4: Respeta el medio natural donde practica actividad física al no ensuciarlo ni destruirlo y además advierte a sus compañeros de ello.</p>
	<p>CMYCT-3b) Limpia de residuos el medio natural protegiendo así la flora y la fauna.</p>	<p>Nivel 1: No limpia los residuos que encuentra en el medio natural y lo ensucio con los suyos propios.</p> <p>Nivel 2: No limpia los residuos que encuentra en el medio natural.</p> <p>Nivel 3: Limpia el medio natural protegiendo su flora y su fauna de los posibles residuos que haya.</p> <p>Nivel 4: Limpia el medio natural protegiendo su flora y su fauna y advierte y avisa a sus compañeros de que lo hagan.</p>
<p>CMYCT-4. Adoptar medidas de seguridad a la hora de realizar actividades físicas y deportivas en cualquier medio para prevenir posibles lesiones y saber actuar frente a estas.</p>	<p>CMYCT-4a) Previene las posibles lesiones y accidentes, ocasionados al realizar actividad física, tanto en medio estable como no estable, respetando en todo momento en cuenta las normas de seguridad y realizando siempre un calentamiento adecuado.</p>	<p>Nivel 1: No tiene en cuenta ningún aspecto de seguridad ni de prevención de lesiones.</p> <p>Nivel 2: Tiene en cuenta ciertos aspectos de seguridad, pero no respeta las normas.</p>
		<p>Nivel 3: Tiene en cuenta todos los aspectos de seguridad y es previsor con las posibles lesiones y/o accidentes en el medio estable. Además, respeta las normas de seguridad.</p> <p>Nivel 4: Tiene en cuenta todos los aspectos de seguridad y es previsor con las posibles lesiones y/o accidentes tanto en medio estable como en no estable. Además, respeta las normas de seguridad.</p>
	<p>CMYCT-4b) Responde correctamente ante las lesiones deportivas más frecuentes como traumatismos, esguinces o heridas.</p>	<p>Nivel 1: No sabe actuar ante las posibles lesiones.</p> <p>Nivel 2: No sabe responder ante las lesiones ocasionadas durante la actividad física.</p>
		<p>Nivel 3: Responde correctamente ante las posibles lesiones.</p> <p>Nivel 4: Responde correctamente ante las posibles lesiones actuando rápidamente.</p>

Tabla 7. Descriptores, indicadores y Niveles de logro de la Competencia CD (Elaboración Propia).

COMPETENCIA DIGITAL		
DESCRIPTORES	INDICADORES	NIVELES DE LOGRO
<p>CD-1 Utilizar de forma ética y crítica las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales tras un proceso previo de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p>	<p>CD-1a) Recurre a las TIC para ampliar su conocimiento sobre contenidos de la Educación Física.</p>	<p>Nivel 1: No usa las TIC.</p>
		<p>Nivel 2: Usa las TIC para ampliar su conocimiento sobre contenidos trabajados solo cuándo el profesor lo demanda.</p>
		<p>Nivel 3: Usa las TIC de manera autónoma para ampliar conocimientos de los contenidos de la asignatura.</p>
	<p>CD-1b) Emplea un adecuado proceso de búsqueda y es crítico con la información que encuentra contrastándola con varias fuentes.</p>	<p>Nivel 4: Usa las TIC de manera autónoma para ampliar conocimientos en todos los contenidos de la asignatura y consulta diferentes fuentes de información.</p>
		<p>Nivel 1: No realiza procesos de búsqueda de información.</p>
		<p>Nivel 2: Realiza procesos de búsqueda, pero no es crítico con la información que obtiene.</p>
<p>CD-2 Exponer y defender trabajos elaborados sobre temas relacionados con la actividad física y deportiva, empleando diferentes recursos tecnológicos.</p>	<p>CD-2a) Elabora documentos propios sobre temas relacionados con la actividad física y deportiva empleando diferentes recursos tecnológicos.</p>	<p>Nivel 3: Realiza procesos de búsqueda adecuados y es crítico con la información que obtiene.</p>
		<p>Nivel 4: Realiza procesos de búsqueda adecuados y es crítico con la información que obtiene. Además, la contrasta con otras fuentes de información.</p>
		<p>Nivel 1: No elabora documentos.</p>
		<p>Nivel 2: Elabora documentos con información desactualizada.</p>
	<p>CD-2b) Presenta en formato tecnológico trabajos grupales de diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, además de aquellos trabajos que tengan que ver con la salud.</p>	<p>Nivel 3: Elabora documentos propios relacionados con los contenidos que se están tratando.</p>
		<p>Nivel 4: Elabora documentos propios relacionados con los contenidos que se están tratando y además emplea diferentes recursos tecnológicos para su elaboración.</p>
		<p>Nivel 1: No presenta en formato tecnológico ningún trabajo.</p>
		<p>Nivel 2: Presenta en formato tecnológico algún trabajo requerido.</p>
		<p>Nivel 3: Presenta en formato tecnológico los trabajos requeridos.</p>
		<p>Nivel 4: Presenta en formato tecnológico todos los trabajos requeridos con bibliografía actualizada.</p>

Tabla 8. Descriptores, indicadores y niveles de logro de la Competencia CL (Elaboración Propia).

COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA		
DESCRIPTORES	INDICADORES	NIVELES DE LOGRO
CL-1. Expresar correctamente ideas y sentimientos tanto de forma oral como escrita en los trabajos propuestos por el profesor.	CL-1a) Escribe y expone trabajos usando el vocabulario adecuado de la actividad física.	Nivel 1: No escribe ni expone trabajos.
		Nivel 2: Escribe trabajos relacionados con la actividad física
		Nivel 3: Escribe y expone trabajos oralmente leyendo su contenido usando el vocabulario específico de la actividad física.
		Nivel 4: Escribe y expone trabajos oralmente usando el vocabulario específico de la actividad física
	CL-1b) Expone de forma oral o escrita sentimientos e ideas y argumenta sobre las clases y su dinámica, su participación en ellas y la labor docente.	Nivel 1: No expone ni de forma oral ni escrita, ni participa en las clases.
		Nivel 2: Expone de manera oral los contenidos trabajados en las clases.
		Nivel 3: Expone de manera oral y escrita ciertos contenidos y participa activamente en las clases.
		Nivel 4: Expone de manera oral y escrita sobre cualquier contenido trabajado en las clases. Además, participa activamente en ellas.
CL-2. Buscar, analizar y seleccionar información relevante sobre temas de la actualidad relacionados con las actividades físico-deportivas.	CL-2a) Estudia cuales son las técnicas correctas de la actividad físico-deportiva en el medio natural evitando así cualquier riesgo.	Nivel 1: No distingue cuáles son las técnicas de las actividades físico-deportivas en el medio natural, lo que supone un riesgo para el alumno.
		Nivel 2: Sabe cuáles son las técnicas de las actividades físico-deportivas en el medio natural pero no las lleva a cabo.
		Nivel 3: Sabe y comunica cuales son las técnicas correctas de las actividades físico-deportivas en el medio natural y evita riesgos.
		Nivel 4: Sabe y comunica cuales son las técnicas correctas de las actividades físico-deportivas en el medio natural y las lleva a cabo en todo momento para evitar cualquier riesgo.
	CL-2b) Es capaz de elaborar documentos propios relacionados con la actividad física y la salud.	Nivel 1: No es capaz de elaborar documentos relacionados con la actividad física y la salud.
		Nivel 2: Elabora documentos propios relacionados con la actividad física haciendo uso de una fuente de información.
		Nivel 3: Elabora documentos propios relacionados con la actividad física haciendo uso de una fuente de información, pero no los pone en práctica.
		Nivel 4: Elabora documentos propios relacionados con la actividad física y la salud, consultando diferentes fuentes de información y poniéndolos en práctica.

5. CONTENIDOS

Los contenidos que se desarrollarán durante el curso vienen predeterminados por el Decreto 48/2015 y son los siguientes:

1. Actividades físico-deportivas individuales en medio estable.
 - 1.1 Modalidades de atletismo: carrera de velocidad, salto de longitud y lanzamiento de jabalina adaptado.
 - Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.
 - Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.
 - Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad.
 - 1.2 Formas de evaluar el nivel técnico en la carrera de velocidad, el salto de longitud y el lanzamiento de jabalina.
 - 1.3 Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.
 - 1.4 Autovaloración, autoimagen y autoestima asociadas a los aprendizajes de actividades físico-deportivas individuales. El sentimiento de logro
2. Actividades de adversario: bádminton
 - 2.1 Golpeos básicos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.
 - 2.2 Puesta en juego y golpeos de fondo de pista.
 - 2.3 Principios estratégicos, posición básica y recuperación de la situación en el campo tras los golpeos.
 - 2.4 Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición
3. Actividades de colaboración-oposición: balonmano
 - 3.1 Habilidades específicas en balonmano. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.
 - 3.2 Aspectos funcionales y principios estratégicos; papel y conductas de los jugadores en las fases del juego. Capacidades implicadas.
 - 3.3 Estímulos relevantes que en balonmano condicionan la conducta motriz: situación de los jugadores, del balón y de la portería, ocupación de los espacios, etc.
 - 3.4 La colaboración y la toma de decisiones en equipo.
4. Actividades en medio no estable:
 - 4.1 El senderismo como actividad físico deportivas en medio no estable. 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 actividades físico-deportivas.

- 4.2 Equipamiento básico para la realización de actividades de senderismo en función de la duración y de las condiciones de las mismas.
- 4.3 La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de senderismo.
- 4.4 Influencia de las actividades físico-deportivas en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.

- 5. Actividades artístico-expresivas:
 - 5.1 La conciencia corporal en las actividades expresivas.
 - 5.2 Técnicas expresivas de mimo y juego dramático. Control e intencionalidad de los gestos, movimientos y sonidos.

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

- 7. Hidratación y alimentación durante la actividad física.

6. LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

La programación didáctica, va dirigida a 1º de la ESO del curso académico 2018/2019. Para ello, adaptaremos los diferentes contenidos teniendo en cuenta el calendario escolar de la Comunidad de Madrid Anexo 4, que viene predeterminado por la Orden 2227/2018. De igual manera, tendremos en cuenta las condiciones meteorológicas de cada mes para trabajar lo mejor posible los contenidos de cada Unidad Didáctica.

Las sesiones de Educación Física se llevarán a cabo los martes y los jueves durante la 6ª hora del horario escolar. Debemos de tener en cuenta los días festivos o los días que se van a perder por actividades complementarias o extraescolares.

Las clases comenzarán el 10 de septiembre de 2018 y finalizan el 21 de junio de 2019. Cada trimestre se englobará de la siguiente manera:

- ✓ Primer trimestre: 10 de septiembre de 2018 a 21 de diciembre de 2018 (26 sesiones).
- ✓ Segundo trimestre: 8 de enero de 2018 a 11 de abril de 2019 (28 sesiones).
- ✓ Tercer trimestre: 23 de abril de 2019 a 21 de junio de 2019 (18 sesiones).

La temporalización de la programación didáctica está pensada de tal forma que los alumnos vayan trabajando primero de manera individual, como por ejemplo en la UD1, posteriormente en parejas (UD2) y a medida que van pasando los días el trabajo sea más grupal (resto de UD). Los grupos irán variando para fomentar el trabajo con todos los compañeros. Además, los contenidos a trabajar también están situados estratégicamente en el tiempo. La primera UD se desarrollará en el patio y pista exterior del recinto para así aprovechar los resquicios del buen tiempo. Las demás UD se realizarán en el pabellón cerrado a excepción de ciertas actividades, como por ejemplo la salida de senderismo en la UD5.

Tabla 9. Temporalización de las Unidades Didácticas

TRIMESTRE	UD	FECHAS	NOMBRE	SESIONES
1º	1	13/9/2018 a 23/10/2018	A sus puestos, listos, ¡¡ya!!	12
	2	25/10/2018 a 13/12/2018	Nos divertimos con el Bádminton	12
2º	3	18/12/2018 a 7/2/2019	Balonmano para todos.	12
	4	12/2/2019 a 21/3/219	¿Cómo nos movemos?	12
	5	26/3/2019 a 7/5/2019	Andamos por la naturaleza.	10
3º	6	9/5/2019 a 28/5/2019	Nos movemos para estar sanos.	6
	7	30/5/2019 a 18/6/2019	Somos lo que comemos.	6
Excursiones	5	4/04/2019	Senderismo, al Pico Ocejón	

En cuanto a la duración de las UD, he creído conveniente dar un mayor número de sesiones a los contenidos como son el Atletismo, el Bádminton, el Balonmano, la expresión corporal, y el medio ambiente puesto que son contenidos extensos en los que hay que trabajar aspectos concretos para una mejor asimilación. Las dos últimas UD tienen un número de sesiones más reducidas por qué considero que estos contenidos se van a desarrollar en mayor profundidad en los siguientes cursos académicos de la ESO.

A continuación, he elaborado un cuadro resumen de cada una de las Unidades Didácticas donde se puede observar los elementos que se trabajarán en cada una de ellas.

UNIDAD DIDÁCTICA 1: A sus puestos, listos, ¡ya!		
N.º SESIONES: 12	1º ESO - Primer Trimestre	FECHAS: 13/9/2018 a 23/10/2018
1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA		
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer los fundamentos básicos de las carreras de velocidad - Conocer los fundamentos básicos del salto de longitud. - Conocer los fundamentos básicos del lanzamiento de jabalina adaptada. - Trabajar el calentamiento general y específico para cada modalidad. - Iniciarse al trabajo de la autoevaluación. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: AA, CMYCT, CL y CSC		
3. CONTENIDOS		
Ámbito cognitivo	<p>Conocimiento de las diferentes carreras de velocidad, y los fundamentos básicos del salto de longitud y del lanzamiento de jabalina.</p> <p>Conocimiento de la importancia del calentamiento, las fases de éste y el calentamiento específico para cada actividad.</p>	
Ámbito motriz	<p>Trabajar el talonamiento en el salto de longitud, la fase de tándem y la caída.</p> <p>Trabajar la técnica de carrera para las carreras de velocidad.</p> <p>Iniciarse al calentamiento de forma autónoma.</p>	
Ámbito socio afectivo	Trabajo de autoevaluación y respeto a los compañeros.	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza	4.2 Estilos de enseñanza	
Instrucción directa	Mando directo	
Descubrimiento	Descubrimiento guiado	
5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE: Actividades de iniciación, desarrollo y consolidación.		
6. RECURSOS DIDÁCTICOS		
6.1 Humanos	6.2 Especiales	6.3 Materiales
27 alumnos	Pabellón cubierto	Cinta métrica
1 profesor	Pista de recreo exterior	Bancos suecos
		Jabalinas de iniciación
7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Consolidar las relaciones del grupo-clase.		
8. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>En las explicaciones, deberemos tener en cuenta la posición del alumno con hipoacusia, nos situaremos de tal manera que el alumno tenga una perfecta visión hacia el profesor en cada explicación.</p> <p>Utilizar recursos visuales y/ o bien ejemplificaciones por parte del profesor o de otro alumno.</p>		
9. EVALUACIÓN		
<p>La evaluación de esta Unidad Didáctica se llevará a cabo mediante un diario del profesor, donde lo más importante será el proceso y la progresión que los alumnos han tenido en el aprendizaje de las disciplinas de atletismo trabajadas.</p> <p>Además, también se usará una rúbrica de heteroevaluación en la que el profesor ira rellenando a medida que se van desarrollando las sesiones.</p>		
Criterios Evaluación	Estándares de Aprendizaje	Instrumento de Evaluación
1; 5; 6; 10	1.3; 6.1; 6.2; 10.1	<p>Diario del profesor</p> <p>Rúbrica de heteroevaluación</p> <p>Autoevaluación</p>

UNIDAD DIDÁCTICA 2: Nos divertimos con el Bádmiton		
N.º SESIONES: 12	1º ESO - Primer Trimestre	FECHAS: 25/10/2018 a 13/12/2018
1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA		
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer el deporte del bádmiton a nivel cooperativo y competitivo - Adquirir la técnica básica - Comprender la táctica básica en individual y por parejas - Entender el bádmiton como un deporte recreativo que se puede usar en el tiempo libre. - Respetar el material y hacer un buen uso de él. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: AA, CL, CSC y SIEE		
3. CONTENIDOS		
Ámbito cognitivo	Conocimiento de los aspectos básicos del reglamento del bádmiton. Conocimiento de errores principales que pueden suceder. Identificación de errores y proposición de ejercicios para mejorar las acciones técnicas y tácticas.	
Ámbito motriz	Golpeos básicos del bádmiton. Táctica básica. Desplazamientos en el campo y posiciones de juego.	
Ámbito socioafectivo	Responsabilidad para ayudar a los compañeros. Correcto uso del material. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza	4.2 Estilos de enseñanza	
Instrucción directa Descubrimiento	Enseñanza recíproca Grupos de nivel Mando directo	
5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE: Actividades de iniciación, desarrollo, consolidación, refuerzo y motivación.		
6. RECURSOS DIDÁCTICOS		
6.1 Humanos	6.2 Especiales	6.3 Materiales
27 alumnos 1 profesor	Pabellón cubierto Pista de recreo exterior	Raquetas de bádmiton, Volantes Redes de bádmiton
7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Promover la práctica diaria del deporte después de la jornada escolar.		
8. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
Con el alumno con hipoacusia, seguiremos unas pautas de organización en las cuales nos situaremos los más cercanos posibles al alumno con hipoacusia. En esta Unidad Didáctica, el alumno se sitúa en las zonas más protegidas del aula, para evitar que le golpeen sin querer, y donde tenga buena visibilidad. A la hora de explicar la técnica, nos situaremos cerca de él para asegurarnos de que ve la demostración perfectamente. Además, el profesor llevará consigo ciertos videos en el smartphone o Tablet por si el alumno con hipoacusia demandara una imagen a cámara lenta del proceso de ejecución. Durante los primeros ejercicios será muy importante darle un feedback inmediato.		
9. EVALUACIÓN		
La evaluación se llevará a cabo mediante un diario del profesor, que recoja el progreso del alumnado. También se usará una escala de valoración entre iguales en la que los propios alumnos valoren ciertos aspectos técnicos y tácticos de los compañeros. También se usará una rúbrica de heteroevaluación en la que el profesor evalúe al alumnado durante los partidos finales.		
Criterios Evaluación	Estándares de Aprendizaje	Instrumento de Evaluación
1; 3; 6; 7; 8; 9	1.1;1.3; 1.4; 3.1; 3.3; 6.2; 7.3; 8.2; 9.1	Diario del profesor Rúbrica de heteroevaluación Escala de valoración, Coevaluación

UNIDAD DIDÁCTICA 3: Balonmano para todos		
N.º SESIONES: 12	1º ESO- Segundo Trimestre	FECHAS: 18/12/2018 a 7/2/2019
1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA		
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer y perfeccionar los lanzamientos y armados básicos del balonmano. - Conocer el reglamento característico del balonmano. - Respetar el material y el espacio en el que se realiza la práctica del balonmano. - Aprender conceptos básicos de la táctica del balonmano. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: AA, CMYCT, CD, SIEE y CL.		
3. CONTENIDOS		
Ámbito cognitivo	Reglamento del balonmano Conocimiento de la táctica básica	
Ámbito motriz	Perfeccionamiento de los lanzamientos y armados en el balonmano. Comprensión de las situaciones de ataque y defensa en las diferentes situaciones de juego.	
Ámbito socioafectivo	Desenvolverse en diferentes roles Respeto y coordinación con los compañeros	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza Descubrimiento Instrucción directa		4.2 Estilos de enseñanza Asignación de tareas Enseñanza recíproca Grupos reducidos
5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE: Actividades de motivación, iniciación, desarrollo, consolidación y refuerzo.		
6. RECURSOS DIDÁCTICOS		
6.1 Humanos 27 alumnos 1 profesor	6.2 Especiales Pabellón cubierto Pista de recreo exterior	6.3 Materiales Balones de balonmano de diferentes tamaños Balones de goma Petos de colores Conos
7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Promover la práctica diaria del deporte después de la jornada escolar. Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural.		
8. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
Con nuestro alumno con hipoacusia, seguiremos las pautas básicas en cuanto a la organización de la clase y las explicaciones de los ejercicios. En esta Unidad Didáctica, trataremos de situar a nuestro alumno en las zonas más protegidas de las clases para evitar que le golpeen sin querer y donde él tenga buena visibilidad. A la hora de explicar la técnica, trataremos de usarle como ejemplo para explicar las diferentes posiciones con el fin de que comprenda toda la explicación. Si fuera necesario, tras cada explicación, los alumnos comenzarían el ejercicio y el alumno con hipoacusia esperaría una o dos rondas antes de participar con el fin de que asimile bien lo que hay que hacer, divisando a sus compañeros.		
9. EVALUACIÓN		
La evaluación de esta Unidad Didáctica se llevará a cabo mediante un diario del profesor. Se verá el progreso de los alumnos a través de lo que se ve y de un diario del alumno donde haya una reflexión sobre la mejora. El profesor también usará una rubrica de heteroevaluación para evaluar ciertos aspectos técnicos.		
Criterios Evaluación	Estándares de Aprendizaje	Instrumento de Evaluación
3; 5; 6; 8	3.1; 3.3; 6.1; 8.2	Diario del profesor Rúbrica

UNIDAD DIDÁCTICA 4: ¿Cómo nos movemos?		
N.º SESIONES: 12	1º ESO - Segundo Trimestre	FECHAS: 12/2/2019 a 21/3/219
1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA		
<ul style="list-style-type: none"> - Realizar actividades relacionadas con la conciencia corporal. - Adaptar diferentes ritmos y sonidos al movimiento del cuerpo. - Hacer un buen uso de las diferentes técnicas expresivas. - Diferenciar diferentes situaciones expresivas de mimo. - Trabajar diferentes actividades de juego dramático. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, CD, AA, CSC, SIEE y CEC		
3. CONTENIDOS		
Ámbito cognitivo	Aplicación de las técnicas artístico-expresivas de mimo y juego dramático.	
Ámbito motriz	Aptitudes de conciencia corporal y expresividad. Adaptación del juego dramático a cada situación. Expresión de ciertas situaciones de mimo.	
Ámbito socioafectivo	Manifestación de sentimientos a través de la conciencia corporal	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza Instrucción directa Descubrimiento Diseño del alumno		4.2 Estilos de enseñanza Grupos reducidos Resolución de problemas Enseñanza recíproca Mando directo modificado
5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE: Actividades de iniciación, desarrollo, consolidación y refuerzo.		
6. RECURSOS DIDÁCTICOS		
6.1 Humanos 27 alumnos 1 profesor	6.2 Especiales Pabellón cubierto Pista de recreo exterior	6.3 Materiales Medios audiovisuales. Equipo de música. Smartphones. Pañuelos Espejo
7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural. Promover la práctica diaria del deporte durante la jornada escolar y la dieta equilibrada. Fomentar el buen uso tecnologías de la información y la comunicación.		
8. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
En cierto modo esta UD será, en algunas ocasiones más complicada para nuestro alumno con hipoacusia, pero en otras, será una ventaja para él. Las actividades que posiblemente serán más dificultosas para este alumno serán en las que usemos un apoyo musical. En este caso situaremos a este alumno lo más cercano posible al equipo de música.		
9. EVALUACIÓN		
La evaluación de esta Unidad Didáctica constará de tres partes: <ul style="list-style-type: none"> - El diario del profesor, en el cual el proceso de evaluación será continuo. - El uso de las tecnologías usadas con fines de explicación de técnicas expresivas de mimo y expresiones dramáticas. - El resultado final que consistirá en una autoevaluación de cada grupo, una coevaluación del resto de los grupos y una evaluación por parte del profesor basadas en una rúbrica previamente dada. 		
Criterios Evaluación	Estándares de Aprendizaje	Instrumento de Evaluación
2; 10	2.2; 10.1	Diario del profesor Autoevaluación grupal

UNIDAD DIDÁCTICA 5: Andamos en la naturaleza		
N.º SESIONES: 10	1º ESO - Segundo Trimestre	FECHAS: 26/3/2019 a 7/5/2019
1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA		
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer los diferentes espacios en los que realizar senderismo - Saber el material básico para realizar esta actividad. - Saber los mecanismos de actuación en caso de accidente. - Saber la importancia de la meteorología como factor a tener en cuenta a la hora de preparar una actividad de senderismo. - Ser conscientes del cuidado de la naturaleza. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: AA, CSC y SIEE		
3. CONTENIDOS		
Ámbito cognitivo	Iniciación al senderismo Espacios donde se pueden llevar a cabo actividades de senderismo.	
Ámbito motriz	Técnicas del senderismo. Conservación de la naturaleza.	
Ámbito socioafectivo	Prevenir riesgos ayudando correctamente a los compañeros	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza Instrucción directa Descubrimiento	4.2 Estilos de enseñanza Asignación de tareas. Resolución de problemas. Descubrimiento guiado. Grupos reducidos	
5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE: Actividades de motivación, desarrollo, refuerzo y síntesis.		
6. RECURSOS DIDÁCTICOS		
6.1 Humanos 27 alumnos 1 profesor	6.2 Especiales Pabellón cubierto Pista de recreo exterior Valverde de los Arroyos	6.3 Materiales Móvil o Tablet del profesor (todos los alumnos que tengan también) Fichas Medios audiovisuales
7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Promover la práctica deportiva en el medio natural. Promover el cuidado de la naturaleza cuando se hacen actividades deportivas en este medio.		
8. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
El alumno con hipoacusia realizará todas las tareas con normalidad. Durante la salida de senderismo tendremos especial atención por este alumno. Aun así, durante esta salida se trabajará por grupos de trabajo y esto ayudará al alumno con hipoacusia a no despistarse de su grupo.		
9. EVALUACIÓN		
Se evaluará mediante el diario del profesor, donde se tomarán observaciones sobre las actividades realizadas por cada grupo. También se hará una coevaluación dentro de cada grupo con una escala de valoración entre los compañeros. Se tendrá en cuenta la actitud desarrollada en la actividad final que tratará de una salida de senderismo a Valverde de los Arroyos y la subida al Pico Ocejón.		
Criterios Evaluación	Estándares de Aprendizaje	Instrumento de Evaluación
4; 9	4.6; 9.3	Diario del profesor Coevaluación

UNIDAD DIDÁCTICA 6: Nos movemos para estar sanos		
N.º SESIONES: 6	1º ESO - Tercer Trimestre	FECHAS: 9/5/2019 a 28/5/2019
1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA		
<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer la importancia de la actividad física para la salud. - Entender la actividad física como algo que se puede realizar en el tiempo de ocio y tiempo libre y aumentar la práctica deportiva. - Conocer los beneficios de la práctica de la AF y las desventajas de no practicar ningún tipo de AF. - Usar aplicaciones con fines productivos en relación con la actividad física que se realiza 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: AA, CD, SIEE, CMYCT y CSC		
3. CONTENIDOS		
Ámbito cognitivo	Actividad física para la salud. Conocimiento de aplicaciones de ámbito deportivo. Estudio de las actividades de activación y recuperación.	
Ámbito motriz	Actividades recreativas. Actividades para la salud. Actividades de higiene postural.	
Ámbito socioafectivo	Respeto hacia nosotros mismos y nuestros compañeros. Concepción del marco social y su influencia dentro del deporte.	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza	4.2 Estilos de enseñanza	
Instrucción directa	Asignación de tareas	
Descubrimiento	Grupos reducidos	
Diseño del alumno	Autoenseñanza	
	Resolución de problemas	
5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE: Actividades de motivación, desarrollo y consolidación.		
6. RECURSOS DIDÁCTICOS		
6.1 Humanos	6.2 Especiales	6.3 Materiales
27 alumnos	Pabellón cubierto	Material audiovisual
1 profesor	Pista de recreo exterior	Ordenadores
		Cronómetro
		Pulsómetro
7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Promover la práctica diaria del deporte en el tiempo libre.		
8. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
El alumno con hipoacusia realizará todas las tareas con normalidad. Si fuera necesario se le proporcionara un guion escrito de las actividades a realizar en cada sesión. La dinámica de trabajo será en grupos más pequeños, esto ayudará al alumno con hipoacusia a mantenerse conectado con la actividad en todo momento.		
9. EVALUACIÓN		
Se evaluará mediante el diario del profesor, donde se tomarán observaciones sobre las actividades realizadas por cada grupo y la manera que tienen de llevarlos.		
Criterios Evaluación	Estándares de Aprendizaje	Instrumento de Evaluación
4; 5; 10	4.6; 5.4; 10.1; 10.2	Diario del profesor

UNIDAD DIDÁCTICA 7: Somos lo que comemos		
N.º SESIONES: 6	1º ESO - Tercer Trimestre	FECHAS: 30/5/2019 a 18/6/2019
1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA		
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer la importancia de la nutrición e hidratación durante la actividad física. - Saber los diferentes términos relacionados con salud y nutrición. - Realizar una autocrítica sobre nuestro estado de salud en función de la actividad física y la nutrición. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CMYCT, CD, AA, CSC y CL		
3. CONTENIDOS		
Ámbito cognitivo	Concepto de nutrición e hidratación y su relación con la actividad física para ámbitos saludables. Análisis personal de nuestra nutrición y actividad física. Rueda de alimentos.	
Ámbito motriz	Relación de balance calórico con diferentes actividades físicas.	
Ámbito socioafectivo	Respeto hacia nuestro propio cuerpo. Imagen personal en relación con la sociedad.	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza	4.2 Estilos de enseñanza	
Instrucción directa Diseño del alumno	Mando directo modificado Asignación de tareas	
5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE: Actividades de desarrollo, consolidación y refuerzo.		
6. RECURSOS DIDÁCTICOS		
6.1 Humanos	6.2 Especiales	6.3 Materiales
27 alumnos 1 profesor	Pabellón cubierto Pista de recreo exterior	Ordenadores Pizarra Altavoces
7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Fomentar el buen uso tecnologías de la información y la comunicación. Promover la práctica diaria del deporte durante la jornada escolar y la dieta equilibrada.		
8. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
La mayoría de las sesiones de esta Unidad Didáctica van a llevarse a cabo, en el aula, por lo que utilizaremos presentaciones muy visuales para nuestro alumno con hipoacusia, aparte de pequeñas actividades de asimilación de la información por parejas.		
9. EVALUACIÓN		
Se evaluará mediante un trabajo teórico sobre la creación de un programa de dieta y AF saludable para ellos mismos.		
Criterios Evaluación	Estándares de Aprendizaje	Instrumento de Evaluación
4; 5; 10	4.6; 5.4; 10.1; 10.2	Diario del profesor

6.1 Relación entre los elementos curriculares en las unidades didácticas

La tabla 10 muestra la relación entre las competencias, objetivos generales de etapa, contenidos y los elementos de la evaluación.

Tabla 10. Relación entre las Competencias y los demás elementos curriculares (Elaboración propia)

Competencias	O.G.E.	Contenidos	UNIDAD DIDÁCTICA	Criterios	Estándares de aprendizaje
CL	a); h); i)	4.; 6	UD1; UD2; UD3; UD4	1; 3	1.3; 3.2;
CMCT	e); f); k)	6.; 7	UD1; UD3; UD6; UD7	3; 4; 10	3.3; 4.2; 10.2
CD	e)	2.; 3.; 6.; 7	UD3; UD4; UD6; UD7;	10	10.1; 10.2
AA	a); b); e); g); k)	1.; 2.; 3.; 4.; 5.; 6.; 7	UD1; UD2; UD3; UD4; UD5; UD6; UD7	1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9	1.5; 2.2; 2.3; 3.4; 4.6; 5.4; 6.2; 7.3; 8.3; 9.3
CSC	a); c); d)	4.; 3	UD4; UD5	2; 4; 8;	2.3; 4.6; 8.2
SIEE	a); b); c); g)	1.; 2.; 3.; 4	UD2; UD4; UD5	3; 4; 5;	3.2; 4.5; 5.4;
CEC	d); j); l)	3.; 5	UD4	2; 7; 9	2.2; 2.3; 7.3; 9.1

7. INTERVENCIÓN DIDÁCTICA

7.1 Principios metodológicos

Los principios metodológicos que se van a seguir a lo largo de la programación del curso, para que exista una coordinación, van a estar basados en el enfoque constructivista de Néreci (1993):

- *Aprender a aprender*: los alumnos van a adquirir los conocimientos a través de una fuente docente y también a través de ellos mismos y sus compañeros y de actividades de enseñanza y aprendizaje con tareas de reflexión y trabajo autónomo en todas las Unidades Didácticas.
- *Partir del nivel inicial, nivel de desarrollo y conocimientos previos del alumnado*: Es muy importante conocer el nivel del alumnado, por dos motivos, el primero para individualizar el aprendizaje, y el segundo aumentar la experiencia de alumnos que van muy avanzados en un contenido. Este principio lo trabajaremos en las Unidades Didácticas 1, 2, 3 y 5 mediante la utilización de cuestionarios o diálogos con los alumnos en los que se les pregunte sobre sus conocimientos del

contenido que se va a impartir. En estas Unidades Didácticas, nos interesa saber el nivel inicial del que parten los alumnos porque considero que se puede avanzar mucho más en estos contenidos e incluso para poder trabajar por grupos de nivel y así conservar la motivación del alumnado.

- *Partir de los intereses, expectativas y motivaciones del alumnado*: la motivación es un aspecto muy importante para favorecer el aprendizaje del alumnado. Uno de los principales objetivos de esta programación, es que los alumnos se lleven a su tiempo libre, los contenidos que estamos desarrollando. Por ello, se realizarán actividades de propuesta de juegos adaptados para incitar a los alumnos a la práctica de actividad física fuera del ámbito escolar mediante el uso de aplicaciones móviles en las Unidades Didácticas 3, 4, 5, 6 y 7.
- *Desarrollar el espíritu crítico*: Para trabajar y adquirir la competencia del Sentido de la Iniciativa y del Espíritu Emprendedor, se fomentarán los trabajos grupales. En clase también se trabajará muy a menudo el espíritu crítico a través de reflexiones grupales o individuales, que deberán plasmarlas en el diario de sesiones. Esto se trabajará principalmente en las Unidades Didácticas 2, 4, 5, y 6. Lo que se propone con esta programación es que a medida que va pasando el tiempo, los alumnos vayan pasando de un trabajo en solitario a un trabajo por parejas y un posterior trabajo en grupos para fomentar el espíritu crítico y el debate dentro del grupo.
- *Orientar la educación hacia un ambiente socializante*: el trabajo en grupos va a estar enfocado al dialogo entre el alumnado y entre docente y alumnado. El trabajo en grupos va a estar presente durante todas las Unidades Didácticas con el fin de conseguir una inclusión de todo el alumnado en el grupo-clase.
- *Incentivar la iniciativa del alumno*: se realizarán actividades en las que el propio alumnado sea el protagonista de la clase, ya sea proponiendo diferentes actividades o incluso dirigiendo la clase a base de su trabajo realizado mediante exposiciones. Las Unidades Didácticas donde más vamos a trabajar este principio serán la 1, 4, 5, 6 y 7 porque a pesar de que el trabajo en grupo siempre va a estar presente, el trabajo individual durante estas Uds. van a ser fundamental para un buen trabajo en grupo posterior.
- *Proporcionar aprendizajes significativos y funcionales*: el alumno será el elemento clave en su propio proceso de enseñanza-aprendizaje. Como ya hemos

explicado anteriormente se fomentará la realización de actividades que se puedan extrapolar la vida cotidiana con el fin de aumentar el tiempo de actividad física.

- *Desarrollar la creatividad:* Algunas de las Unidades Didácticas, harán uso de técnicas de autoenseñanza que consiste en exponer al resto de los alumnos unas ideas basadas en una serie de contenidos, donde los alumnos tendrán total libertad para desarrollar su creatividad. Se dará en las Unidades Didácticas 6 y 7. Y durante la 6 y la 7 mediante la elaboración de supuesto plan de “Estilo de vida saludable”.
- *Enseñar a investigar:* Utilizaremos actividades de enseñanza-aprendizaje donde el alumnado deba buscar en diferentes fuentes de información y reunir bibliografía actualizada para realizar trabajos teóricos que ayuden al alumno a conseguir los conocimientos sobre el contenido de Educación Física que se esté tratando. Esto se realizará en las Unidades Didácticas 3, 6 y 7.

7.2 Métodos de Enseñanza

Los métodos de enseñanza que se van a utilizar a lo largo de la programación didáctica están basados en Delgado (1991), y se engloba en dos grupos, el método deductivo y el método inductivo:

- **Método deductivo:** Parte de lo general a lo particular. Es decir, el alumno va a tener una serie de información a través de la cual desarrollará sus propias ideas, aumentando así su capacidad de reflexión y consiguiendo un aprendizaje más significativo. El sistema de evaluación que se va a utilizar consiste en este método, ya que desarrollaremos todos los contenidos, para que al final los alumnos sean capaces de desarrollar las ideas principales que han sacado de cada contenido. Las Unidades Didácticas donde veremos este método, serán la 5, 6 y 7. Durante la unidad didáctica 5 el profesor dará la información sobre las actividades físicas en el medio natural y posteriormente se irá concretando hasta llegar a la actividad de senderismo que desarrollaremos en Valverde de los Arroyos. Durante las unidades didácticas 6 y 7 trabajaremos del mismo modo. Primero se estudiarán unos contenidos generales a cerca de la actividad física y la salud y alimentación y poco a poco se ira concretando hasta llegar al desarrollo de unas pautas de vida

saludable con una vida activa y la composición de una dieta saludable acompañada de actividad física regular.

- **Método inductivo:** Parte de lo particular a lo general. Esto se va a realizar en sesiones de una manera más concreta que el anterior. Se basa en la experimentación del alumno. Actividades donde haya que adquirir una técnica concreta o unos conocimientos mínimos para que después se pueda generalizar y aplicar a la práctica. Este método de enseñanza se llevará a cabo en sesiones de las Unidades Didácticas 1, 2 y 3. He elegido trabajar con este método durante estas unidades didácticas ya que se tratan de deportes concretos en los que hay que partir de unas técnicas mínimas.

Por lo tanto, mientras el método inductivo va a primar en las sesiones, en actividades más concretas, el método deductivo, va a permitir obtener todos esos conocimientos para sintetizarlos y generar una serie de aprendizajes más significativos.

7.3 Técnicas de Enseñanza

Las técnicas de enseñanza, según Delgado (1991), hacen referencia a la mayor o menor presencia del profesor y el alumnado como parte del proceso de enseñanza-aprendizaje. De esta manera encontraremos unas técnicas donde el alumno esté más presente en su propio proceso y otras en las que estará más pasivo. Para definir las diferentes técnicas de enseñanza que se van a llevar a cabo, usaremos la clasificación clásica de Mosston y Ashworth (1993):

Las técnicas de enseñanza están definidas en el Anexo 5.

- **Instrucción Directa:** esta técnica se basa en el aprendizaje por imitación o por modelos. Utilizaremos esta técnica en las unidades didácticas: 1 cuando enseñemos la técnica de carrera; 2 cuando enseñemos los golpes básicos del bádminton; 3 cuando enseñemos los pases y armados del balonmano; 4 cuando enseñemos ciertas técnicas expresivas de juego dramático; 5 en la salida de senderismo al Pico Ocejón; 6 durante la primera sesión en la que se expondrán ciertos datos relacionados con la actividad física y la salud; y 7 durante la sesión inicial del “Estilo de vida saludable”. Esta técnica será utilizada para trabajar aquellos contenidos que requieran una mayor seguridad, utilizaremos este estilo de enseñanza con el fin de realizar actividades de iniciación y de desarrollo que permitan asentar los conocimientos básicos.

- **Descubrimiento:** Esta técnica se basa en la no instrucción. Va a estar presente en las unidades didácticas 1 cuando pidamos a los alumnos que realicen el talonamiento al introducir el salto de longitud y la técnica de carrera; 2 durante los partidos de bádminton, 3 durante las sesiones finales en las cuales se desarrollarán partidos de balonmano; 4 en la elaboración de técnicas expresivas de mimo; 5 durante la preparación de la salida de senderismo; y 6 en la elaboración del plan de actividad física saludable. Esta técnica, permitirá una serie de aprendizajes más significativos por parte del alumnado. La trabajaremos dando ciertas pistas o pinceladas al alumnado para que ellos mismos descubran como conseguir lo que buscan y de esta manera el aprendizaje sea más significativo.
- **Diseño del alumno:** Con una presencia mínima por parte del profesor, los alumnos podrán desarrollar un aprendizaje individualizado que ayude a adoptar diferentes roles. Esta técnica de enseñanza estará presente en las Unidades Didácticas 6 y 7 en las cuales serán los propios alumnos los que expongan y demuestren a sus compañeros el plan de actividad física diaria y la elaboración de la dieta saludable de tal manera que todos los alumnos vayan pasando por diferentes roles. Esta técnica también está presente en la UD4 en la que cada alumno deberá preparar alguna técnica expresiva y realizarla con mímica al resto de sus compañeros.

7.4 Estilos de Enseñanza

Los estilos de enseñanza van a ser el instrumento que nos va a ayudar a organizar la clase en función de los contenidos. Se buscará llevar a cabo estilos de enseñanza más participativos y donde se trabaje con los compañeros, ya sea en grupo o por parejas. Para este apartado, nos hemos basado en la clasificación de Viciano y Delgado (1999):

Los estilos de enseñanza están definidos en el Anexo 6.

- **Estilos de enseñanza tradicionales:**
 - Mando directo: presente en la UD 2 cuando enseñemos los golpes básicos del bádminton.
 - Mando directo modificado: Vamos a encontrar este estilo de enseñanza en la Unidad Didáctica 4 durante las primeras sesiones en las que el profesor marcará proporcionará a los alumnos ciertas situaciones y estos deberán representarlas sin hablar.

- Asignación de tareas: Encontraremos actividades donde los alumnos tengan diferentes roles dentro de un grupo. Este estilo estará presente en las Unidades didácticas 3 donde se pedirá a ciertos alumnos que preparen una descripción sencilla de un aspecto técnico o táctico del balonmano y que posteriormente se lo enseñe a sus compañeros; la 4 donde cada alumno preparará cómo expresar un sentimiento mediante expresiones con el cuerpo y sin poder hacer uso de verbal.; 5 durante la salida al Pico Ocejón, cada alumno tendrá una tarea asignada dentro de su grupo; 6 y 7.
- **Estilos de enseñanza individualizadores:**
 - Grupos de nivel: se utilizará en la Unidad Didáctica 2, durante los partidos finales de bádminton, para que los alumnos más aventajados se enfrenten entre ellos y la competición sea más motivante para todos.
- **Estilos de enseñanza participativos:**
 - Grupos reducidos: Este estilo de enseñanza estará presente en las unidades didácticas 3 durante la enseñanza de ciertas tácticas en balonmano; 4 en el trabajo de mimos; 5 antes de la salida de senderismo, para dotar al alumnado de diferentes responsabilidades; y 6.
 - Enseñanza recíproca: lo usaremos en las unidades didácticas 2 con las parejas de bádminton; y UD 3 enseñando los pases de balonmano.
 - Autoenseñanza: usaremos este estilo en las unidades didácticas 6 y 7 en las cuales los alumnos expondrán los conocimientos adquiridos a sus propios compañeros.
- **Estilos de enseñanza cognitivos:**
 - Descubrimiento guiado: lo utilizaremos ligeramente en las unidades didácticas 1 al explicar la técnica de carrera; y 5 cuando trabajemos las precauciones que hay que tener en cuenta en las salidas al medio natural.
 - Resolución de problemas: lo utilizaremos en las unidades didácticas 4 para investigar sobre qué pasos de baile pueden ser los más acertados para cada ritmo; 6 y 7 para investigar sobre las recomendaciones de la OMS en cuanto a la actividad física diaria recomendada y la dieta saludable.

7.5 Estrategias de Enseñanza

Las estrategias de enseñanza van a ser utilizadas para la consecución de los objetivos de cada Unidad Didáctica, de la mejor manera posible. Este apartado, va a ser más flexible durante las Unidades Didácticas, ya que, en función del nivel de la clase en cada contenido, realizaremos unos ejercicios más analíticos o más globales. Basándonos en Delgado (1991), encontraremos a lo largo de la Programación las siguientes estrategias de enseñanza:

- **Global Pura:** La usaremos para finalizar las Unidades Didácticas 1, 2, 3 ya que estas unidades didácticas se van a trabajar aspectos deportivos concretos y con esta estrategia se incentivará la motivación del alumnado al verse en la situación real. Además, en la Unidad Didáctica 5, donde encontraremos actividades físicas en el medio natural, podremos realizarlas en nuestro tiempo libre, también buscaremos este tipo de estrategia.
- **Global polarización de la atención:** Como ya hemos comentado, esta va a ser una de las estrategias que utilicemos en función del nivel de la clase, o de la realización de grupos de nivel. Con aquellos alumnos que tengan unos conocimientos previos, buscaremos reforzar los errores que cometan mediante esta estrategia de enseñanza. Este tipo de estrategia estará presente sobre todo en la UD1, 2 y 3, ya que, durante la enseñanza de ciertos aspectos técnicos en estas unidades, pediremos al alumnado que preste especial interés a uno de los aspectos técnicos. Por ejemplo, en la 1 durante la enseñanza del tándem en el salto de longitud, pediremos a los alumnos en las sesiones iniciales que pongan especial atención en la pierna de batida; en la 2, durante los partidos de bádminton que pongan especial atención en el saque; y en la 3 en los lanzamientos de balonmano.
- **Global modificando la situación real:** Esta estrategia será utilizada en la mayoría de las Unidades Didácticas, con el fin de facilitar el aprendizaje o la consecución de los objetivos. Para esta estrategia, jugaremos principalmente con los recursos materiales y humanos de los que dispongamos, para conseguir un aprendizaje similar al contenido que se esté tratando desde un punto de vista más educativo.
- **Analítica pura:** Se utilizará para trabajar la técnica de los diferentes deportes y actividades que realicemos en cuestión. Conocer los contenidos básicos de la técnica, será fundamental para que luego se desarrolle de una manera más global la actividad en cuestión. Además, trabajar esto mediante la enseñanza recíproca,

nos ayudará a que los alumnos menos habilidosos, tengan el conocimiento teórico de la técnica correcta. Esta técnica estará presente principalmente en la UD1 durante la explicación del salto de longitud.

7.6 Canales de comunicación y Feedbacks

Canales de comunicación:

Los canales de comunicación hacen referencia a la manera en la que nosotros interactuamos con el alumnado. Sánchez Bañuelos (1992), dice que hay tres canales principales que se pueden dar en una clase de Educación Física:

- Canal visual: Este canal, va a ser muy importante en las sesiones, puesto que va a ser la mejor manera de hacer que nuestro alumno con hipoacusia moderada, comprenda mejor los contenidos que estamos impartiendo.
 - Demostración: Va a ser muy importante para explicar los ejercicios, usar un modelo para mostrar la técnica o bien para explicar una actividad completa, de una manera global. En todas las sesiones encontraremos este tipo de canal de comunicación.
 - Ayuda visual: El uso de fichas con imágenes, y videos serán un apoyo para todos los alumnos a la hora de conocer la técnica de diferentes deportes.
 - Medios audiovisuales auxiliares: La pizarra, así como los móviles o los ordenadores que se utilicen en las sesiones, van a ser un material de apoyo muy importante para facilitar las tareas de los grupos pequeños.
- Canal Auditivo: Para lograr el mayor beneficio posibles, se realizarán una serie de pautas de organización y de conducta, con el fin de que el alumno con hipoacusia pueda captar la mayor información posible.
 - Descripción: Trataremos de que las descripciones de las actividades se hagan cuando el grupo clase este en absoluto silencio, usaremos un lenguaje sencillo y las explicaciones serán lo más cortas posibles. Además, intentaremos que el alumno con hipoacusia se sitúe lo más cercano al profesor para así facilitarle la percepción auditiva.
 - Ayuda sonora: Realizaremos actividades que requerirán un soporte tecnológico que ayude a los alumnos a realizar las tareas de expresión corporal.

- Canal kinestésico-táctil: Se usará principalmente para dar información propioceptiva a los alumnos que más retrasados vayan en la adquisición de la técnica de determinados deportes.
 - Ayuda manual: Este canal, se va a utilizar principalmente para corregir errores que se encuentran en la técnica. La propiocepción que aporta este canal puede ser muy útil también para los alumnos con mayores dificultades de comprensión.

Feedbacks

Los feedbacks que vamos a dar en las sesiones, van a ser de muchos tipos, intentando también que haya feedbacks por parte del propio alumnado con el fin de que haya una mayor presencia de los alumnos y sean capaces de corregir errores o dar refuerzos positivos. Nos basamos en los tipos que describe Sánchez Bañuelos (1992):

- Según el origen:
 - Internos: Aunque en menor medida, se buscará que el alumno sea consciente de su propia práctica, Para ellos, se podrán usar recursos audiovisuales como el vídeo, para que vean su propia ejecución.
 - Externos: Ya sea por parte del profesor o por parte del alumno, va a ser el tipo de feedback que encontraremos en mayor medida.
- Según el momento:
 - Concurrente: Será el más utilizado para corregir errores generales a nivel grupal principalmente. Al ser feedback muy rápidos, no perdemos mucho el tiempo.
 - Terminal: Se dará siempre conocimiento de resultados que nos servirán para la evaluación en el diario del profesor y donde lo más importante será que el alumno vea su evolución. Este tipo de feedback, será el que se den los alumnos cuando realicemos actividades de observación al compañero.

7.7 Distribución y Organización del alumnado

Las actividades que se van a realizar van a tener diferentes organizaciones, con el fin de que se realice de la mejor manera posible. Una vez veamos en qué tipo de organización

se va a trabajar mejor para cada contenido. Para ello, nos vamos a basar en las organizaciones propuestas por Molina (1999):

- Formaciones frontales: Se realizará en tareas globales donde la tarea que se realice sea común para todo el grupo. Esta formación estará presente en todas las unidades didácticas.
- Formaciones en círculo: La encontraremos en tareas que realice todo el grupo, pero a distinto ritmo de ejecución y que requieran más técnica para observar mejor a todos los alumnos y dar los feedbacks necesarios.
- Formaciones en circuito: Se realizará en Unidades Didácticas deportivas como atletismo, balonmano, bádminton o en calentamientos. El fin será poder aumentar la dificultad de diferentes circuitos para individualizar el aprendizaje.
- Formaciones por grupos de trabajo: Va a estar muy presente en las sesiones que requieran una serie de reflexiones, así como en actividades grupales que requieran que el grupo hable sobre lo que van a hacer. Este tipo de formación la usaremos principalmente en las Unidades Didácticas 5, 6 y 7.
- Formaciones dispersas: En las actividades que se busque la creatividad o encontrar intereses de los alumnos, se dará más libertad para que el grupo se mueva por el espacio y decida lo que quiere hacer.

7.8 Actividades de enseñanza y aprendizaje

Las actividades de enseñanza y aprendizaje pueden tener diferente finalidad educativa. Son aquellas que nos permiten trabajar los contenidos individualizando el aprendizaje a las características de nuestro alumnado, pudiéndonos basar en sus intereses, conocimientos o aptitudes. De esta manera, encontramos una clasificación según Díaz Lucea (1994) y Heredia (2004) incluyendo además actividades de sensibilización, que según Reina et al. (2014), favorecen la inclusión de los alumnos y aportan una serie de valores muy importantes con los alumnos que presentan algún tipo de dificultad:

- **Actividades de motivación:** Las vamos a encontrar en las Unidades Didácticas 2, 3, 5 y 6 puesto que van a beneficiar el clima de la clase y aumentar e interés del alumnado. Este tipo de actividades nos van a ayudar a conseguir esa práctica de actividad física en el tiempo libre de nuestros alumnos.

- **Actividades de iniciación:** este tipo de actividades se usarán principalmente, al inicio de cada Unidad Didáctica para ver el nivel previo del alumnado en un contenido y así, poder realizar grupos de nivel. También se va a usar para introducir los contenidos al alumnado de una manera más participativa como en la Unidad Didáctica 6 y 7.
- **Actividades de desarrollo:** Este tipo de actividades ayudarán al alumnado a adquirir los conocimientos mínimos a nivel teórico y práctico sobre cada uno de los contenidos que se van a encontrar en las Unidades Didácticas. Se trabajarán en todas las unidades didácticas y van a ser muy importantes, porque van a ser la base para aumentar la información que le damos a los alumnos en función de su aprendizaje.
- **Actividades de consolidación:** Muy importante en las Unidades Didácticas que requieren unas mayores pautas de seguridad. Este tipo de actividades ayudarán a asentar esa base propuesta con las actividades de desarrollo y asegurarnos de que los alumnos lo dominan.
- **Actividades de refuerzo:** Van a estar más presentes en Unidades Didácticas con contenidos menos convencionales que ayuden a los alumnos a acabar con errores básicos o reflexionar sobre los contenidos de cada una de ellas.
- **Actividades Complementarias:** una de estas actividades tratará sobre la salida de senderismo al Pico Ocejón.

8. RECURSOS DIDÁCTICOS

Los recursos didácticos, según López (2004), son los medios, materiales, espacios o personas que el docente usa durante el proceso de enseñanza con el fin de facilitar el aprendizaje del alumnado, ampliando la comunicación y la transmisión de contenidos. Es decir, todos los elementos que usamos y que pueden servir para captar la atención de los alumnos, favorecer la motivación, dar información o destacar aspectos importantes.

Basándonos en Cañizares y Carbonero (2016), atendemos a la siguiente clasificación que podemos encontrar en la programación de Educación Física:

- **Recursos humanos**

- Personas que intervienen: profesores de Educación Física y miembros del departamento de Educación Física, orientador del centro, alumnos y conserjes del centro.

La buena relación con todos los recursos humanos permitirá tener un mayor control de las sesiones de Educación Física.

- **Recursos espaciales:** son las zonas donde los alumnos van a desarrollar la práctica deportiva.
 - Recursos espaciales propios: pabellón del centro, patio de recreo, aula audiovisual, aseos y vestuarios, almacén deportivo y enfermería.
 - Recursos espaciales ajenos.
 - Valverde de los de Arroyos
- **Recursos materiales:**
 - Recursos materiales específicos de Educación Física: son los materiales deportivos con los que contamos para el desarrollo de los contenidos de cada Unidad Didáctica. Nos hemos basado en González y González (2006) citado en González y Campos (2014) para esta clasificación:
 - Material fijo inventariable polivalente:
 - Material móvil inventariable polivalente: Colchonetas, balones medicinales, fitballs, bancos suecos.
 - Material móvil fungible polivalente: Aros, cuerdas, picas, pañuelos, pelotas, petos de diferentes colores, conos, setas, gomas elásticas, escaleras de coordinación.
 - Material móvil fungible específico: redes de bádminton, raquetas de bádminton.
 - Recursos materiales no específicos de la Educación Física: Son los materiales no deportivos que usamos en nuestras clases de Educación Física con el fin de llevar a cabo las actividades. Esta clasificación está basada en Heredia (2004).
 - Medios sonoros: minicadena.
 - Recursos informáticos y TIC: Programas de ordenador, aplicaciones de deporte y aplicaciones de redes sociales.
 - Recursos de soporte: Pizarra, proyector, móvil, Tablet.

9. EVALUACIÓN

9.1 Criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación

Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

El Decreto 48/2015, basándose en el Real Decreto 1105/2014, establece una serie de criterios de evaluación obligatorios (Anexo 9) y estándares de aprendizaje para primer ciclo de la ESO (Anexo 10). En 1º ESO según el Decreto 48/2015, estos criterios servirán como base para evaluar el conocimiento del alumnado en la materia de Educación Física, y la adquisición de las competencias. La evaluación de la asignatura se llevará a cabo en torno a estos criterios de evaluación, en relación con las competencias. Podemos encontrar estos criterios

Instrumentos de evaluación

He empleado diversos instrumentos de evaluación para realizar la evaluación de esta programación. Los instrumentos de evaluación que se van a usar principalmente son los siguientes (Hamodi, López y López (2015):

- Diario del profesor: Para recoger información de los alumnos con el fin de evaluar el proceso. Este instrumento nos va a ayudar también a evaluar el ámbito socioafectivo a través de recoger conductas del alumnado. El diario del profesor estará presente como método de evaluación en todas las Uds.
- Rúbrica: El profesor utilizará una rúbrica de evaluación con diferentes niveles para evaluar aspectos técnicos y tácticos de los deportes en las Uds. 1, 2, 3, 4 y 5.
- Fichas de evaluación entre iguales: Para evaluar las actividades que se lleven a cabo a través de una coevaluación. Utilizaremos este método de evaluación para ciertas sesiones en las Uds. 2, 3 y 4 y así que el propio alumnado sea el que evalúe a sus compañeros.

En base a esta normativa he elaborado la siguiente tabla que relaciona cada estándar de aprendizaje evaluable con su instrumento de evaluación, su competencia clave, su criterio de evaluación y su ponderación en la evaluación correspondiente, indicando además en que Unidades Didácticas se va a aplicar (Tabla 11).

Tabla 11. Relación entre los elementos de la evaluación

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Ponderación	Instrumentos de evaluación	Competencias Clave	Temporalización UD							
					1	2	3	4	5	6	7	
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	0,7	Diario del profesor Rúbrica de heteroevaluación	SIEE/ AA/		x						
	1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	0,6	Diario del profesor Coevaluación	CL/ AA	x	x						
	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.	0,8	Diario del profesor Rúbrica	AA		x						
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.	0,6	Diario del profesor	SIEE/ CSC				x				
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	0,7	Diario del profesor Fichas de evaluación	SIEE/ AA		x	x					
	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.	0,7	Diario del profesor	SIEE/ AA		x	x					
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	4.6 Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	0,4	Diario del profesor	AA					x	x	x	

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Ponderación	Instrumentos de evaluación	Competencias Clave	Temporalización UD							
					1	2	3	4	5	6	7	
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.	5.4. 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.	0,5	Diario del profesor	AA/ CD								x
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.	0,7	Diario del profesor Rúbrica	AA/ CD	x		x					
	6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.	0,5	Diario del profesor Heteroevaluación	SIEE	x	x						
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.	7.3. Respetar a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	0,7	Diario del profesor	AA		x						
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	8.2. Respetar el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físicodeportivas.	0,7	Diario del profesor	SIEE		x	x					
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.	9.3. 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.	0,9	Diario del profesor	SIEE/ CSC					x			

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Ponderación	Instrumentos de evaluación	Competencias Clave	Temporalización UD						
					1	2	3	4	5	6	7
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.	0,5	Diario del profesor	CD/ CMYCT/ AA	x			x		x	x
	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.	1	Diario del profesor	CD/ CMYCT/ CSC						x	x

9.2 Criterios de calificación

En esta programación didáctica, encontramos los tres ámbitos de conocimientos de los alumnos, De igual manera, los porcentajes de calificación de cada uno de los ámbitos serán los siguientes:

- **Ámbito cognitivo: 30%.** Durante la programación didáctica Se llevará a cabo una serie de contenidos teóricos que tendrán una importancia de cara a la consecución de los objetivos de la asignatura. Se van a encuadrar aquí las actividades donde se realicen trabajos teóricos y/o exámenes, así como UD que tengan contenidos más teóricos como la 6 y 7.
- **Ámbito motor: 50%:** Aquí tendremos el mayor peso de la asignatura. Todas las Unidades Didácticas van a tener este tipo de actividades en sus sesiones, de tal manera, que tendrá el mayor porcentaje de la calificación total. Cabe destacar que las Uds. 6 y la 7 tendrán considerablemente un menor porcentaje de este ámbito. No sólo entra en este apartado la actividad física como tal, sino también los conocimientos sobre la técnica y la táctica de diferentes deportes y la capacidad para proponer y dirigir actividades.
- **Ámbito socioafectivo: 20%.** A pesar de tener el porcentaje más bajo, este ámbito es muy necesario en la programación de competencias, donde evaluaremos la formación del alumno en el ámbito social y su crecimiento como persona educada con unos valores cívicos. Obviamente, este ámbito estará presente en cada sesión y en cada actividad que se realice.

Tabla 12. Porcentajes de calificación por ámbito de trabajo

ÁMBITO	PORCENTAJE	INSTRUMENTO
Ámbito cognitivo	30%	Diario del profesor
		Rúbrica
Ámbito motor	50%	Diario del profesor
		Escala de valoración
		Rúbrica
Ámbito socioafectivo	20%	Diario del profesor

9.3 Tipos de evaluación

Considerando quién participa en el proceso evaluador podemos considerar varios tipos de evaluación (Díaz-Lucea, 2005):

- Aquella en la que no participa el alumnado:
 - Heteroevaluación del profesor: el docente evalúa el proceso de aprendizaje de los alumnos y también en algunas ocasiones la actitud de estos se utiliza en todas las unidades didácticas.
 - Autoevaluación del profesor: el docente evalúa su proceso de enseñanza. Se suele hacer al terminar cada trimestre y al finalizar el curso. Se realizará al finalizar el curso académico.
- Aquella en la que participa el alumnado:
 - Coevaluación: evaluación entre pares o entre iguales (López-Pastor, González-Pascual y Barba-Martín, 2005) se usará principalmente en las Uds. de deportes como son la 1, 2, y 5. Y se utilizará para evaluar ciertos aspectos técnicos y/o tácticos sencillos, para que los alumnos se den cuenta de los aspectos más importantes a valorar.
 - Autoevaluación del alumnado: apenas se va a usar este método de evaluación. Lo usaremos en ciertas sesiones de las UD 1, 4, 6 y 7. Este método de evaluación exige de un alto grado de confianza del profesor hacia el alumno y de responsabilidad del estudiante (Fraile-Aranda, 2009).
 - Heteroevaluación del alumno: son los alumnos los que evalúan al profesor, tanto su labor docente como su proceso de enseñanza. Se realizará al finalizar el curso académico.

9.4 Medidas de recuperación

El alumno deberá de tener aprobadas cada una de las evaluaciones. Si alguna de estas no se supera, el alumno deberá presentarse a una recuperación tanto teórica como práctica antes de que finalice el curso académico y si aun así no se supera, deberá presentarse a la convocatoria extraordinaria (junio o septiembre), donde tendrá que demostrar que se han adquirido las competencias clave.

Los alumnos que tuvieran la asignatura de Educación Física pendiente del curso o cursos anteriores la recuperarán automáticamente al aprobar el curso que estén realizando.

En cuanto a los alumnos que finalicen el curso académico lesionados, enfermos o que falten a clase, deberán pasar una prueba teórica y su correspondiente supuesto práctico

oral en la que demuestren que han adquirido los conocimientos de los contenidos tratados en clase durante su lesión. Los alumnos que en un momento de curso estén lesionados, pero que se recuperen antes de finalizarlo, deberán realizar una recuperación teórica y su demostración práctica una vez recuperados.

Los contenidos cognitivos y motrices se recuperarán mediante un trabajo teórico y/o examen además de su puesta en práctica.

Los contenidos del ámbito socioafectivo se recuperarán haciendo una labor social visible. Ésta se podrá realizar durante los recreos y/ o incluso durante su tiempo libre fuera de la escuela. Para ello deberán aportar demostraciones concretas de haberlo realizado (videos, foros etc.)

10 INTERDISCIPLINARIEDAD

10.1 Interdisciplinarietàad

La interdisciplinarietàad según Díaz Lucea (2010), permite un aprendizaje más amplio y un currículum integrado, que ayuda a crear una cohesión entre diferentes asignaturas. Además, facilita el trabajo por competencias, y más todavía si no existe una competencia concreta para nuestra materia. De esta manera, se pondrá en práctica la interdisciplinarietàad en esta Programación Didáctica favoreciendo la planificación por competencias.

Durante el desarrollo de la Programación Didáctica, se realizarán pequeñas interdisciplinarietàades con diferentes departamentos. El objetivo, aparte de trabajar conjuntamente con otros docentes y estar en coordinación, tratar temas de manera coordinada para que los conocimientos sobre esto sean más amplios.

Los departamentos con los que tendremos que realizar el trabajo coordinado, tendrán una serie de contenidos que podemos utilizar para llevar a cabo las actividades de nuestra asignatura por su relación con nuestros objetivos. Esos contenidos, los encontramos en el Decreto 48/2015.

Interdisciplinarietàad 1: E.F./INGLÉS. U.D. 5

Esta interdisciplinarietàad se llevará a cabo durante la unidad didáctica 5 con la asignatura de Primera lengua extranjera: inglés. En esta Unidad Didáctica aprovecharemos el contenido de las salidas al medio natural para introducir el vocabulario del alumnado tanto en español como en inglés, ya que ciertas palabras serán nuevas para

el alumnado. Además, trabajaremos también vocabulario relacionado con el clima, las estaciones y los meses del año. Los contenidos de la asignatura de inglés para 1º de la ESO están desarrollados en el Anexo 7.

Interdisciplinariedad 2: E.F./TECNOLOGÍA. U.D. 6 Y 7

Esta interdisciplinariedad se llevará a cabo principalmente durante las unidades didácticas 6 y 7 con la asignatura de Tecnología, Programación y Robótica. En ellas los alumnos deberán buscar información en diferentes fuentes y elaborar un documento final con una presentación haciendo uso de algún soporte digital para exponer al resto de alumnos su propuesta de estilo de vida saludable. Los contenidos de esta asignatura para el curso de 1º de la ESO los encontramos en el Anexo 8.

10.2 Intradisciplinariedad

Se considera esencial resaltar la importancia de la relación de los contenidos entre las unidades didácticas de una misma asignatura y esto es lo que se llama Intradisciplinariedad (Delfino y Lobaina, 2014).

En nuestra programación la Intradisciplinariedad va a venir marcada por el trabajo dentro del grupo clase. El trabajo por grupos va a ir desarrollándose de manera gradual. En la UD1 el trabajo será prácticamente individual. En la UD2 el trabajo va a desarrollarse principalmente por parejas mediante el contenido del bádmiton. Cabe destacar que pretendemos que los alumnos se vayan conociendo más a fondo y se cree un ambiente de sentimiento de grupo sin discriminación alguna. Por ello fomentaremos el cambio de parejas en cada sesión de manera que ningún alumno repita de compañero. En la UD3 el trabajo será en grupos de 3 o 4 alumnos. En esta UD los grupos también variarán hasta las últimas sesiones en las cuales se desarrollarán paridos completos de balonmano. En ese caso los grupos los hará el profesor para que los partidos se desarrollen por grupos de nivel y así incentivar la motivación del alumnado. En la UD4 serán los propios alumnos los que formen los grupos de trabajo. Durante la UD5 el profesor creará grupos nuevos. Se intentará formar grupos totalmente nuevos para trabajar las salidas al medio natural con compañeros con los que aún no se ha trabajado. Para las Uds. 6 y 7 los grupos de trabajo serán los mismos, ya que ambos contenidos tanto de salud como el de alimentación y actividad física están relacionados y aunque se trabajen por separado, una vez finalizados ambos haremos una conclusión final de los dos contenidos.

11. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

El Real Decreto 1105/2014, menciona la atención a la diversidad como aquellas medidas que se deben usar para adaptar el proceso de enseñanza-aprendizaje a las características de cada alumno. Estas medidas, deben permitir la igualdad de oportunidades y la inclusión de personas con dificultades, y está en la mano de las Administraciones educativas la manera de abordar este tema. Se pretende en este punto, normalizar y dejar a un lado la discriminación del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.

Desde el departamento de Educación Física, se ha identificado en este grupo un alumno con dificultades de aprendizaje por sus características. El alumno presenta hipoacusia de conducción moderada. Tiene problemas a la hora de recoger información por la vía auditiva en ambientes con ruido. El departamento de Educación Física entiende esta dificultad como una oportunidad para inculcar una serie de valores en el resto de los alumnos que les puedan ayudar a crecer como personas.

Las medidas que se llevarán a cabo se dividirán en medidas generales que trataremos de poner en práctica durante todo el curso; y medidas específicas de cada sesión que podremos encontrar en las Unidades Didácticas. Es importante decir, que las adaptaciones curriculares que vamos a encontrar a lo largo de la programación van a ser no significativas, por lo que no tendremos que cambiar elementos del currículo, pero sí modificar los elementos didácticos.

Medidas generales para la adaptación curricular no significativa.

Para el alumno con necesidades específicas de apoyo educativo, dividiremos las medidas generales en medidas de organización, medidas de comunicación, medidas de seguridad y medidas de apoyo. Basándonos en López y Guillén (2008), Ballester y Molina (2011) y Cañizares (2015), estableceremos las medidas que adoptaremos durante el transcurso de la programación.

Las medidas de organización están relacionadas con la planificación y el desarrollo de las sesiones. La primera medida que se debe adoptar es conseguir por medio de actividades y normas un clima adecuado en la clase para que este alumno este pendiente de la sesión en todo momento. Algunas adaptaciones que realizaremos durante todo el curso serán facilitarle un guion al inicio de cada unidad didáctica sobre lo que vamos a trabajar de tal manera que, si en algún momento tiene algún tipo de duda fuera de la

sesión, pueda solventarla con el guion. El fin para este alumno, es conseguir que adquiriera el mayor grado de independencia dentro de las clases de Educación Física. Esto será un proceso continuo y que intentaremos que se logre al finalizar este curso académico en la medida de lo posible.

Las medidas de comunicación van a ser muy importantes con este alumno. Se proponen diferentes medidas con respecto si la comunicación se realiza a toda la clase o bien de manera individualizada. A nivel colectivo lo primero, sería la colocación del alumno. Colocarlo en frente del profesor y lo más cerca posible para que recoja la mayor información posible, y por supuesto, debemos de estar seguros de que el alumno está prestando atención. Una vez dicho esto, debemos regular la cantidad de información que damos al alumno a la hora de explicar las actividades, por lo que las explicaciones concretas y sencillas serán las que requieran una mayor facilidad de comprensión. Establecer normas de clase donde se promueva el silencio durante las explicaciones, será muy necesario, y otras como hablar levantando la mano ayudarán a este alumno a saber a quién debe prestar atención. A nivel individual, dependerá de la distancia a la que esté situada. Si el alumno está cerca de nosotros, podremos usar medios táctiles para llamar su atención en el brazo o bien establecer algún tipo de seña que le indique que nos estamos dirigiendo a él.

Las medidas de comunicación van a estar muy relacionadas con el uso de elementos visuales a la hora de dar las explicaciones, mostrar los ejercicios más complejos, usar como ejemplo a los propios alumnos para dar información sobre los gestos técnicos.

Las medidas de seguridad van dirigidas a evitar posibles problemas durante las sesiones. Estar pendiente de él en tareas de equilibrio donde puede tener mayores dificultades. Crear una serie de normas donde el ruido sea el mínimo posible, puede ayudar al alumno a atender las instrucciones del profesor y evitar confusiones.

12. TRATAMIENTO TRANSVERSAL

Los elementos transversales que vamos a llevar a cabo en la programación van a estar sacados del Decreto 48/2015. En esta etapa educativa, vamos a encontrar una serie de conductas que se pueden inculcar a través de la enseñanza y que tienen un amplio fondo para el desarrollo de nuestros alumnos como personas. Los temas transversales van a estar presentes a lo largo de la programación, sin ser un contenido a tratar. Además, existirá una coordinación con el resto del centro para conseguir un aprendizaje más integrados

que permita crear un ambiente a nivel general de centro que nos ayude a inculcar estas conductas.

Las conductas que vamos a trabajar con un mayor ímpetu a través de charlas y actividades van a ser las siguientes:

Fomentar el buen uso tecnologías de la información y la comunicación.

En el caso de este tema transversal, se va a tratar de manera colectiva entre diferentes departamentos que utilizarán estos recursos durante sus clases y actividades. En el caso de Educación Física, se intentará poner práctica de una manera concreta dentro de una Unidad Didáctica, pero que tiene como fin su uso de manera habitual. Las actividades que se van a llevar a cabo van a tener relación con la promoción de la práctica diaria de deporte, por lo que se trabajará en esta asignatura de una manera orientada a sus contenidos.

-Propuesta de actividades que se realizarán:

- Interdisciplinariedad 1: Usar recursos tecnológicos ya sean ordenadores, Tablet o smartphones con fines de búsqueda y asimilación de nuevo vocabulario.
- Interdisciplinariedad 2: conocer diferentes fuentes de búsqueda de información y la creación de presentaciones digitales.
- Unidad Didáctica 6: Herramientas para obtener información en temas de Actividad física y salud.
- Unidad Didáctica 7: Herramientas para obtener información en temas de hidratación y nutrición.

Apoyar la igualdad de género.

Esta transversalidad, se llevará a cabo de manera colectiva en el Instituto sin hacer actividades específicas en las Unidades Didácticas de Educación Física. Sin embargo, va a ser un elemento que va a estar presente durante el desarrollo de las sesiones en cuanto a la organización de la clase, así como el control sobre los alumnos durante el desarrollo de la misma. Entre la propuesta de actividades que se realizarán se encuentra:

- Creación de grupos mixtos en todas las actividades grupales de la asignatura.
- Mostrar ejemplos visuales de ambos sexos con relación con los contenidos del curso como un elemento motivacional, evitando estereotipos.

Apoyar el cuidado del medio ambiente y el desarrollo sostenible.

Este tema transversal va a ir muy ligado a la Unidad Didáctica 5, cuyos contenidos van a estar ligados a la práctica deportiva en un medio no estable. En Educación Física, se va a llevar a cabo de dos maneras, las conductas dentro de la clase y el respeto por el material y el conocimiento de los efectos que puede causar la estancia del ser humano en el medioambiente.

La propuesta de actividades que se realizarán es la siguiente:

- Concienciación a nivel general de buenas conductas relacionadas con la recogida de basura y cuidado del medio ambiente.
- Unidad Didáctica 5: Salida del centro Valverde de los Arroyos para la ruta de senderismo al Pico Ocejón.

Promover la práctica diaria del deporte durante la jornada escolar y la dieta equilibrada.

El principal objetivo de la programación va a tener relación con estos temas. A nivel general de centro se propondrán campañas relacionadas con la ingesta de alimentos saludables de manera diaria durante el horario del recreo por parte de los alumnos. Estos dos temas transversales, van a tener una fuerte presencia durante dos de las Unidades Didácticas que encontramos en nuestra programación.

La propuesta de actividades que se realizarán es la siguiente:

- Interdisciplinariedad 2: Conocer los principales problemas que encontraremos por culpa del sedentarismo.
- Unidad Didáctica 6: Promover la actividad física para la salud con la práctica deportiva diaria, motivando al alumnado con actividades y juegos populares que pueden realizar en su tiempo libre, además de incentivar la práctica de los contenidos que estamos trabajando en clase durante su tiempo libre.
- Unidad Didáctica 7: Conocimiento de las recomendaciones de consumo de la OMS. Analizar nuestra propia dieta y adaptarla en función de las recomendaciones.

13. INNOVACIÓN EDUCATIVA PARA LA MEJORA DE LA ENSEÑANZA EN LA EDUCACIÓN FÍSICA

Siguiendo a Salinas (2004), la innovación educativa propone la introducción de cambios que buscan la mejora de un problema que podemos encontrar en la enseñanza de nuestros alumnos. De esta manera, Salinas (2008), argumenta que los cambios dentro de la práctica deben ser sustanciales y que busquen cumplir diferentes objetivos mediante estrategias innovadoras con el fin de inculcar aprendizajes más significativos que puedan resolver el problema planteado. La innovación, va a ser medida en función de los resultados obtenidos, que nos permitirá después corregirla con el fin de producir el cambio esperado.

De acuerdo con Latorre (2003) para realizar esta innovación es imprescindible investigar sobre educación, una parte de esa investigación se debería llevar a cabo en las aulas, siendo los docentes, investigadores de su propia práctica educativa.

Se han observado carencias en la educación, una de ellas era la poca gestión emocional de los adolescentes, otra era la deficiente práctica de actividad física fuera de la escuela, y, por último, a pesar de vivir en un “pueblo” como es Meco, la escasa relación entre los alumnos fuera del ámbito escolar. Estas carencias se pretenden suprimir con los siguientes proyectos y actividades:

1. Con la ayuda del Departamento de Actividades complementarias y extraescolares se propone al AMPA la realización de unas “ligas” deportivas fuera del horario lectivo, en principio para escolares de 12 a 16 años. Estas ligas se realizarán una vez a la semana y se utilizarán para ello instalaciones cedidas por el Ayuntamiento.
2. El aprendizaje servicio supone la cooperación y colaboración con las entidades sociales y reconocimiento de las necesidades de la sociedad (Fundació Jaume Bofill, 2013).

Los alumnos del centro IES Gaspar Sanz en Meco, descubren las necesidades de la sociedad. Por cursos, los alumnos aprender ayudando a la sociedad y ese aprendizaje que adquieren es significativo. Cada curso se dedicará a una tarea, por ejemplo, los alumnos de 1º de la ESO, plantarán árboles, los alumnos de 2º ESO serán los encargados de limpiar y cuidar las zonas verdes de Meco, así como el medio natural de los alrededores. Los alumnos de 3º de la ESO serán los encargados de realizar talleres y actividades en el

Centro de Día de Mayores de Meco, los alumnos de 4º de ESO serán los encargados de impartir clases de TIC para adultos en la biblioteca municipal de la localidad...

Estas actividades se irán realizando a lo largo de todo el curso lectivo, cada día será una clase la que realice una de estas actividades.

En cuanto a la evaluación, los alumnos deberán, al finalizar el curso, contar su experiencia y reflexionar acerca de su trabajo y el de sus compañeros y que ha implicado ese trabajo para la sociedad. Este proyecto no contará a efectos de evaluación de la asignatura.

Este proyecto se llevará a cabo a partir del primer mes de curso escolar para que los profesores se pongan de acuerdo en que clases, asignaturas o que profesores llevarán a los alumnos a realizar cada actividad, así como las fechas de estas para poder hablar con el Ayuntamiento, los servicios sociales...

14. CONCLUSIÓN

En conclusión, podemos decir que la programación didáctica que se va a llevar a cabo espera cumplir los objetivos tanto propios del Decreto como los propuestos por nosotros mismos como docentes de una manera significativa para el alumnado. Se buscará siempre el desarrollo del alumno como fin principal, por lo que encontraremos situaciones en las que tengamos que modificar algunos elementos para favorecer la individualización del alumnado. Pretendemos inculcar el conocimiento de la importancia de la Educación Física de una manera atractiva para el alumnado que nos facilitará el desarrollo de las clases. Una vez adquirido esto, potenciaremos el espíritu deportivo de nuestros alumnos, animándolos a que lleven una vida activa además de motivarles para que practiquen actividad física en su tiempo libre.

En nuestra opinión, los elementos que vamos a llevar a cabo tienen una coherencia que va a permitir al alumnado seguir la metodología de las clases a la vez que desarrollan aspectos competenciales de manera indirecta.

Por último, hablar sobre uno de los elementos que se ha intentado llevar a cabo con la programación, y es el de crear un sentimiento de grupo y/o equipo. Intentando que los alumnos desarrollen sus relaciones sociales fuera del horario lectivo con un nexo de unión como es el de la actividad física. Conseguir este hecho hará que el docente sienta una gran satisfacción personal.

15. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez. J.M, (2010). Características del desarrollo psicológico de los adolescentes. *Innovación y Experiencias Educativas*, (28), pp. 1-11. Granada.
- Ballester E.J. y Molina, M. (2011). Alumnos con deficiencia auditiva y su tratamiento en las clases de Educación Física. *Educación Física y Deporte, Revista digital*, 15 (52).
- Baena-Extremera, A., Granero-Gallegos, A; Sánchez-Fuentes, J.A.; y Martínez, M. (2013). Apoyo a la autonomía en Educación Física: antecedentes, diseño, metodología y análisis de la relación con la motivación en estudiantes adolescentes. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (24), pp. 46-49.
- Blázquez, D. y Sebastiani, E. M. (2009). *Enseñar por competencias en Educación Física*. Barcelona: INDE.
- Cañizares, J.M. y Carbonero, C. (2016). *Recursos y materiales didácticos en la actividad física en edad escolar*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva.
- Cañizares, G. (2015). *Alumnos con déficit auditivo: un nuevo método de enseñanza-aprendizaje*. Madrid Narcea ediciones.
- Corrales, A. (2009). La instrucción directa o reproducción de modelos como metodología de enseñanza en el área de Educación Física. *EmásF*, (1), pp. 1-11.
- Delfino, A. y Lobaina, X. (2014). La Intradisciplinariedad en las Ciencias Naturales: vías para su implementación en la Secundaria Básica. *Revista Electrónica EduSol*, 14 (46), 1-9. Recuperado el 14 de enero de 2019, de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5678428>
- Delgado, M.A. (1991). *Los estilos de enseñanza en la Educación Física. Propuesta para una Reforma para la Enseñanza*. I.C.E. Granada.
- Díaz Lucea J. (1994). *El currículum de la educación física en la reforma educativa*. Barcelona: INDE
- Díaz-Lucea, J. (2005). *La evaluación formativa como instrumento de aprendizaje en Educación Física*. Barcelona: Inde.
- Díaz Lucea, J. (2010). Educación física e interdisciplinariedad, una relación cada vez más necesaria. *Tándem*, (33), pp. 7-21.
- España. Decreto 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. *Boletín Oficial del Estado*, 21 de mayo de 2015, núm.118, pp. 10-308.
- España. Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 10 de diciembre de 2013, núm. 295, pp. 97858 – 97921.
- España. Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. *Boletín Oficial del Estado*, 3 de enero de 2015, núm. 3, pp. 169 a 546.

- España. Orden 2227/2018, de 20 de junio, de la Consejería de Educación e Investigación por la que se establece el Calendario Escolar para el curso 2018-2019 en los centros educativos no universitarios sostenidos con fondos públicos de la Comunidad de Madrid. *Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid*, 28 de junio de 2018, núm. 153, pp. 58 – 61.
- España. Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato. *Boletín Oficial del Estado*, 29 de enero de 2015, núm. 25, pp. 6986 – 7003.
- Europa. Recomendación 2006/962/CE del Parlamento Europeo y del Consejo, de 18 de diciembre de 2006, sobre las competencias clave para el aprendizaje permanente. *Diario Oficial de la Unión Europea*, 30 de diciembre de 2006, núm 394, pp. 10- 18.
- Fernández, J.M, (2009). La importancia de la Educación Física en la escuela. *Efdeportes*. Buenos Aires - Año 13 - N.º 130. Recuperado el 14 de enero de 2019 de <http://www.efdeportes.com/efd130/la-importancia-de-la-educacion-fisica-en-la-escuela.htm>
- Fraile-Aranda, A. (2009). La autoevaluación: una estrategia docente para el cambio de valores educativos en el aula. *Ser Corporal*, 3, 6-18.
- Fundació Jaume Bofill. (2013). *El aprendizaje servicio: bases pedagógicas e ideas clave*, [Vídeo]. Barcelona: V encuentro para la promoción del aprendizaje servicio. Recuperado el 14 de enero de 2019, de: <https://www.youtube.com/watch?v=NrxfiexOkLA>
- González, M.D. y Campos, A. (2014). *Intervención Docente en Educación Física en Secundaria y en el Deporte Escolar*. Madrid: Síntesis.
- Hamodi, C., López, V.M. y López, A.T. (2015). Medios, técnicas e instrumentos de evaluación formativa y compartida del aprendizaje en educación superior. *Perfiles educativos*, 37, (147).
- Heredia, A. (2004). *Curso de didáctica general*. Zaragoza: Prensas universitarias de Zaragoza
- IES Gaspar Sanz (2017). Proyecto Educativo de Centro IES Gaspar Sanz.
- Latorre, A. (2003). *La investigación-acción. Conocer y cambiar la práctica educativa*. Barcelona: Graó.
- Lárrayoz, I. (2016). La evaluación del desarrollo motor en Educación Secundaria. *Publicaciones didácticas*, (68), pp. 98-100.
- López, M. (2004). La intervención didáctica. Los recursos en Educación Física. *Enseñanza*, (22), pp. 263-282.
- López, T. y Guillén, C. (2008). Intervención educativa en el alumnado con discapacidad auditiva. *Murcia: Equipo Específico de deficiencia auditiva*.

- López-Pastor, V.M., González-Pascual, M. y Barba-Martín, J.J. (2005). La participación del alumnado en la evaluación: la autoevaluación, la coevaluación y la evaluación compartida. *Revista Tándem Didáctica Educación Física*, 17, 21-37.
- Wikipedia (2018). Meco. Recuperado el 18 de diciembre de 2018 de <https://es.wikipedia.org/wiki/Meco>
- Molina, J.P. (1999). Estrategias metodológicas en la enseñanza de la educación física escolar. *Formación de los maestros especialistas en educación física* (59), pp. 135 - 156.
- Mosston, M y Ashworth, S. (1993). *La enseñanza de la Educación Física. La reforma de los estilos de enseñanza*. Barcelona: Hispano europea.
- Néreci, I.G. (1993). *Hacia una didáctica general dinámica*. Buenos Aires: Kapelusz.
- Reina, R., Martínez-Galindo, M. C., Cebrián-Sánchez, M., e Iñiguez-Santiago, M. C. (2014). *Efecto de 4 intervenciones de sensibilización hacia la inclusión de alumnos con discapacidad en Educación Física*. Comunicación presentada en el 1er Simposium Internacional de Primavera en Enseñanza Físico Deportiva fundamentada en Evidencias, Elche, España.
- Salinas, J. (2004). Innovación docente y uso de las TIC en la enseñanza universitaria. *Revista de Universidad y Sociedad del Conocimiento*, 1 (1).
- Salinas, J. (2008). *Innovación educativa y uso de las TIC*. Sevilla: Universidad Internacional de Andalucía.
- Sánchez Bañuelos, F. (1992). *Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte*. Madrid: Gymnos.
- Viciana, J. (2002). *Planificar en Educación Física*. Barcelona: INDE.
- Viciana, J. y Delgado, M.A. (1999). La programación e intervención didáctica en el deporte escolar (II). Aportaciones a los diferentes estilos de enseñanza. *Educación Física*, (56), pp. 17-25.

16. ANEXOS

Anexo 1. Unidad Didáctica

1. INTRODUCCIÓN

Esta Unidad Didáctica (UD), llamada “Nos divertimos con el Bádminon”, tratará el contenido de *Actividades de adversario: bádminon*, va dirigida a 1º A de la ESO del IES Gaspar Sanz. Esta clase está compuesta por 28 alumnos, 14 chicas y 14 chicos.

La UD se ubica al inicio del curso académico, será la segunda de la programación. Estará desarrollada del 25-10-2018 al 13-12-2018 y tendrá un total de 12 sesiones.

Esta Unidad Didáctica tendrá una relación directa con los objetivos de la programación didáctica y con las características del resto de las Unidades Didácticas.

Para conseguir los objetivos propuestos en la programación, se usará una metodología que se dividirá en tres partes: una primera parte basada en la familiarización mediante actividades muy lúdicas, las siguientes sesiones con mayor instrucción directa para conocer la técnica específica, y por último tres sesiones que busquen la motivación con un torneo de bádminon.

Se tendrá especial atención al alumno con necesidades específicas de apoyo educativo, y se tratará de complementar el aprendizaje.

Se van a trabajar sobre todo dos modalidades del bádminon individual, aunque también se trabajara al final de la unidad didáctica el bádminon por parejas.

2. COMPETENCIAS CLAVE

Lo que se pretende en esta UD es que a través de los contenidos del bádminon los alumnos consigan la adquisición de las competencias, en este caso la CL, AA, SIEE y CSC:

- ✓ CL: para desarrollar esta competencia, se van a llevar a cabo una serie de actividades en las que el propio alumnado deba explicar una acción técnica o táctica al resto del grupo. En este caso trabajarán por parejas y en cada sesión explicarán las parejas que les toque al resto del grupo el gesto técnico. Esta técnica va a ser trabajada sobre todo en las sesiones 3, 4, 5, 6, 7 y 8.
- ✓ AA: Para conseguir una mejor asimilación de contenidos prácticos, el alumno desarrollará una serie de tareas que le ayudarán a desarrollar su propio aprendizaje y conseguir así aprendizajes más significativos. Se va a llevar a cabo a través de

actividades donde se corrija o se muestra a los propios compañeros la técnica vista en las clases. La vamos a encontrar en las sesiones 3, 4, 5, 6, 7, 8, 11 y 12.

- ✓ SIEE: Al igual que la anterior, esta competencia se va a poder evaluar en todas las sesiones. La metodología basada en el trabajo en parejas permitirá al alumno desenvolverse dentro de estos, y se podrá observar su comportamiento. Esta competencia tendrá especial importancia en las sesiones 1,2, 11 y 12.
- ✓ CSC: esta competencia la trabajaremos en todas las sesiones ya que va dirigida a conseguir un comportamiento de respeto hacia el profesor y los compañeros. Con esta competencia, también se intentará conseguir que el alumnado sea capaz de resolver conflictos.

3. OBJETIVOS

Los Objetivos Generales de Etapa, están basados en el Decreto 48/2015, y van a ser los siguientes:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

4. CONTENIDOS

La Unidad Didáctica que se va a desarrollar, va a ser monográfica, de tal manera que va a tratar exclusivamente uno de los contenidos que encontramos en el Decreto 48/2015. Este contenido se corresponde al número 2, que viene a ser:

9.2 Actividades de adversario: bádminton

2.1 Golpeos básicos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.

2.2 Puesta en juego y golpeos de fondo de pista.

2.3 Principios estratégicos, posición básica y recuperación de la situación en el campo tras los golpeos.

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

5. TEMPORALIZACIÓN

La Unidad Didáctica 2, “Nos divertimos con el Bádminton” se va a situar en el primer trimestre, siendo la segunda unidad didáctica del curso. El motivo de esto es iniciar al alumnado en el trabajo por parejas, permitiendo también que los alumnos trabajen de manera autónoma en las primeras sesiones de la Unidad Didáctica. Se encuadra entre el 25/10/2018 y el 13/12/2018. Estamos prácticamente en el inicio del curso académico y los alumnos no se conocen muy bien. Por ello esta UD nos vendrá bien para estrechar lazos entre el alumnado ya que la principal forma de trabajo será por parejas. Además, insistiremos en que las parejas sean diferentes en cada sesión. Esta forma de trabajo

también nos servirá para futuras Uds. ya que a medida que pase el tiempo, las formas de trabajo irán creciendo a grupos más numerosos.

La Unidad Didáctica estará formada por 12 sesiones, en las tres primeras se trabajará principalmente la familiarización con este deporte. A continuación, en las siguientes tres sesiones se trabajará especialmente la técnica específica y golpes básicos del deporte. Seguidamente haremos dos sesiones de trabajo de táctica y situaciones de juego, aunque se seguirá trabajando ciertos aspectos técnicos y una sesión de asimilación y reflexión de los elementos más importantes. Y finalmente, en las últimas tres sesiones se realizarán de torneos por parejas.

Tabla 13. Temporalización de las sesiones

N.º y Título de sesión	Fecha	Familiarización	Técnica del Bádmiton	Táctica del Bádmiton	Torneo
N.º 1. Familiarización 1. Agarre	25/10/2018	X			
N.º 2. Familiarización 2. Raqueta y volante.	6/11/2018	X			
N.º 3. Familiarización 3. Posición básica.	8/11/2018	X			
N.º 4. El saque	13/11/2018		X		
N.º 5. Perfeccionamiento y tipos de saque.	15/11/2018		X		
N.º 6. Iniciación a los golpes de mano alta.	20/11/2018		X		
N.º 7. Perfeccionamiento golpes por encima de la cabeza. Iniciación táctica.	22/11/2018		X	X	
N.º 8. El drive y situaciones de juego.	27/11/2018		X	X	
N.º 9. Golpes mano baja	29/11/2018			X	
N.º 10. Iniciación torneos.	4/12/2018				X
N.º 11. Segunda fase torneos.	11/12/2018				X
N.º 12. Semifinal y final.	13/12/2018				X

6. METODOLOGÍA

6.1 Principios Metodológicos

Me baso en los principios metodológicos de Néreci (1993):

- **Aprender a aprender:** Durante todas las sesiones, vamos a tener actividades que permitan al alumnado guiarse en su propio aprendizaje, a través de la práctica y la reflexión de los contenidos.

- **Orientar el aprendizaje por medio de la propia experiencia:** Las tres primeras sesiones, van a ir orientadas a adquirir conocimientos básicos de manera muy práctica y motivante para el alumnado.
- **Desenvolver el espíritu crítico:** Con el fin de desarrollar este principio, se realizarán actividades de reflexión en grupo, que ayuden a los alumnos a asentar los aprendizajes. Este tipo de actividades estarán presentes en mayor medida durante los torneos que se realizarán.
- **Orientar la educación hacia un ambiente socializante:** En todas las sesiones, se va a trabajar en parejas e incluso en grupos, ya sea para actividades cooperativas y/o actividades de reflexión.
- **Proporcionar aprendizaje significativos y funcionales:** La mayoría de los contenidos tienen una fase de indagación, una fase de adquisición de contenidos, una fase de reflexión y por último una fase de práctica real que ayudará a los alumnos a adquirir conocimientos significativos.

6.2 Métodos de Enseñanza

Los métodos de enseñanza utilizados en concreto en esta Unidad Didáctica van a estar basados en Delgado (1991). En concreto en esta Unidad Didáctica, se va a utilizar el método inductivo, que se basa en la experimentación del alumno. Lo utilizaremos prácticamente en toda la UD, ya que son actividades donde haya que adquirir una técnica concreta o unos conocimientos mínimos para que después se pueda generalizar y aplicar a la práctica

A partir de las tres primeras sesiones basadas en juegos y ejercicios relacionados con el Badminton a modo de familiarización, tratando distintos aspectos de manera general, el alumno va a empezar a conocer elementos particulares de la técnica y de los golpes básicos sobre los que reflexionará en las siguientes sesiones.

6.3 Técnicas de Enseñanza

Las técnicas de enseñanza que se van a utilizar en esta Unidad Didáctica de escalada están basadas en Delgado (1991). De acuerdo con la programación, en el caso de esta Unidad Didáctica, las técnicas de enseñanza utilizadas van a ser:

- **Instrucción directa:** Principalmente va a estar presente en las sesiones relacionadas con la técnica, aunque también vamos a tener esta técnica de enseñanza en determinadas actividades puntuales de algunas sesiones. Para tener mayor control de la clase, y con el

fin de que todos conozcan y adquieran la técnica específica de los golpes básicos y posiciones que ocupan en el campo de juego, así como desplazamientos básicos. De esta manera, la sesión 4, 5 y 6, van a tener un mayor tiempo de actividades relacionadas con menor presencia del alumnado en su proceso de enseñanza-aprendizaje.

- **Descubrimiento:** Las actividades de las sesiones 1 y 2, parte de la 10, 11 y 12, van a estar dirigidas a que sea el propio alumno el que desarrolle los conocimientos dentro de su proceso de enseñanza aprendizaje. Actividades jugadas, donde se propongan retos o donde tengan que reflexionar sobre los contenidos de la asignatura, ayudarán a aumentar la motivación del alumnado.

6.4 Estilos de Enseñanza

De nuevo, para hablar de los estilos de enseñanza elegidos para impartir los conocimientos de esta Unidad Didáctica, nos basamos en Viciano y Delgado (1999). Encontramos estilos que van a ser muy variados con el fin de que el alumnado no se acomode a un mismo tipo de sesión y se vea más motivado ante la incertidumbre del desarrollo de esta:

- **Estilos de enseñanza tradicionales:**

- Mando directo: Encontraremos este estilo de enseñanza en las sesiones que tengan contenidos relacionados con la enseñanza y la muestra de la técnica, durante las sesiones 3 y 4, al principio de cada explicación, y en la sesión número 5, de los elementos de seguridad en, con el fin de dotarle de mayor importancia de cara al alumnado, y no dejar este aprendizaje en manos de sus posibilidades.
- Mando directo modificado: De igual manera, se va a ver este estilo de enseñanza en pequeñas actividades de los calentamientos o bien de la explicación de la técnica, para que los alumnos conozcan lo básico para después aplicarla a la realidad. En la sesión 5, este será el estilo de enseñanza que se verá en el contenido de la cabuquería.
- Asignación de tareas: Se verá en algunas actividades de diferentes sesiones donde se quiera dar mayor libertad al alumnado para la asimilación de contenidos relacionados con la técnica y la seguridad.

- **Estilos de enseñanza participativos:**

- Grupos reducidos: Este estilo de enseñanza, va a estar presente durante toda la Unidad Didáctica. El trabajo por grupos va a estar relacionado con otros estilos de enseñanza. Lo vamos a encontrar para realizar juegos cooperativos, así como para reflexionar sobre los contenidos vistos.

6.5 Estrategias de Enseñanza

Las estrategias de enseñanza se van a relacionar con los métodos de enseñanza principalmente. Utilizaremos principalmente las estrategias globales puras y modificando la situación real a través de los juegos de familiarización.

6.6 Tipos de canales de comunicación

Los Canales de comunicación que se van a utilizar en esta Unidad Didáctica, van a ser todos los posibles con el fin de ofrecer una mayor información al alumnado, basándonos en Sánchez Bañuelos (1993), encontraremos los siguientes:

- **Canal visual:** Principalmente se va a utilizar para dar la información sobre las actividades que vamos a realizar, así como los elementos de la técnica. Es una canal muy importante para nuestro alumno con hipoacusia, así que deberemos trabajarlo muy bien.
 - Demostración: Se llevará a cabo para explicar la técnica que deben usar para los golpes del bádminton, así como para la demostración de cómo desplazarse por el campo de juego.
 - Medios audiovisuales auxiliares: Se usará en determinadas sesiones con el fin de que los alumnos tengan una visión visual de la técnica de los golpes del bádminton, proveniente de jugadores profesionales.
- **Canal auditivo:** Va a ser muy importante a la hora de transmitir información concreta. Es un canal que va a estar presente, antes, durante y después de la actividad para dar la mayor cantidad de información posible a los alumnos de manera general e individualizada:
 - Descripción: Sobre todo antes de la actividad, se usará este tipo de comunicación para explicar las tareas o los contenidos siempre con ayuda del canal visual.
 - Explicación: Para corregir errores o dar feedbacks positivos, usaremos este tipo de canal con el fin de que los alumnos sean conscientes de lo que están haciendo bien y al y el por qué.

6.7 Distribución y organización del alumnado

Las formaciones que vamos a encontrar en nuestros alumnos en esta Unidad Didáctica van a ser principalmente de tres tipos propuestos por Molina (1999):

- Formaciones frontales: Se utilizará para las sesiones 1, 2 y 3 en el principio de cada una de estas con el fin de que los alumnos consigan la información teórica de la técnica y de los elementos de seguridad y que puedan obtener información visual.
- Formaciones en circuito: Algunas de las actividades que consistan en realizar tareas individuales, aunque van a estar en fila, se van a realizar a modo de circuito.
- Formaciones en Parejas: desde la sesión número 2 utilizaremos las formaciones en parejas para desarrollar el resto de las sesiones. Va a ser la formación más utilizada en nuestras sesiones.
- Formación por grupo de trabajo: Esta formación la utilizaremos principalmente en las tres últimas sesiones, durante los partidos de Badminton.

7. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE

Las actividades de enseñanza y aprendizaje, basándonos en Díaz Lucea (1994) y Heredia (2004), van a ser muy importantes para adaptar las actividades de las sesiones al alumnado. Por ello, las actividades van a ser muy variadas:

- **Actividades de motivación:** Muy presentes en la Unidad Didáctica, van a estar en todas las sesiones que contengan actividades jugadas. De esta manera, la vamos a encontrar en las tres primeras sesiones con actividades de familiarización, en las sesiones 7 y 8 para interiorizar mejor las situaciones de juego, y, por último, en las tres últimas sesiones para aumentar la motivación en los torneos de bádminton.
- **Actividades de iniciación:** Al principio de la Unidad Didáctica, realizaremos una breve serie de preguntas con el fin de introducir los contenidos a los alumnos de una manera más participativa.
- **Actividades de desarrollo:** Utilizaremos este tipo de actividades para adquirir conocimientos motrices básicos durante las sesiones 4, 5, 6, 7, 8 y 9, se realizarán actividades relacionadas con la técnica y la táctica del bádminton.
- **Actividades de consolidación:** Una vez realizada la familiarización y vista la técnica y parte de la táctica de este deporte, se llevarán a cabo una serie de actividades de consolidación principalmente durante la sesión 9.

- **Actividades de refuerzo:** Estas actividades se llevarán a cabo durante las tres últimas sesiones, ya que consistirán en un torneo de Badminton entre toda la clase. Los alumnos que mientras no estén disputando un partido, desarrollarán una serie de ejercicios de refuerzo para mejorar ciertos aspectos técnicos.

8. RECURSOS DIDÁCTICOS

Para la clasificación de los recursos didácticos propios de esta Unidad Didáctica, nos basamos en Cañizares y Carbonero (2016):

- Recursos humanos:
 - Personas que intervienen:
 - Profesor de Educación Física.
 - Alumnos.
 - Conserje del centro.
 - Recursos personales:
 - Útiles de aseo personal.
 - Ropa deportiva.
 - Ropa de cambio.
- Recursos espaciales:
 - Recursos espaciales propios:
 - Pabellón del centro.
 - Aseos y vestuarios.
 - Almacén deportivo.
- Recursos materiales:
 - Recursos materiales específicos de Educación Física:
 - Material fijo inventariable polivalente: pizarra.
 - Material móvil inventariable polivalente: bancos suecos.
 - Material móvil fungible polivalente: raquetas de bádminton, volantes, pelotas, redes, aros.
 - Recursos materiales no específicos de Educación Física:
 - Medios impresos: apuntes escritos de los diferentes golpes del bádminton.
 - Recursos informáticos y TIC: Ordenadores.

9. EVALUACIÓN

9.1 Criterios, procedimientos e instrumentos de Evaluación

Basándonos en el Decreto 48/2015, que a su vez se basa en el Real Decreto 1105/2014, se establecen los criterios de evaluación y estándares correspondientes para este Ciclo. De ellos, he seleccionado los siguientes para el desarrollo de esta unidad didáctica:

Criterios de Evaluación y estándares de aprendizaje

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

- 1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
- 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

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

- 3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
- 3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
- 3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

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.

7.2. 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.

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

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.

Instrumentos de Evaluación

Los instrumentos de evaluación, basados en Hamodi, López y López (2015), de esta Unidad Didáctica serán los siguientes:

- Diario del profesor: Será a base para realizar toda la observación y fijarse en el proceso de cada alumno a lo largo de toda la Unidad Didáctica. Este instrumento nos permitirá evaluar los ámbitos motor y socioafectivo.
- Rúbrica: Se tratará de una heteroevaluación por parte del profesor para evaluar aspectos técnicos y tácticos a los alumnos durante los partidos de bádminton en las tres últimas sesiones.

A continuación, en la tabla 14, se expone un ejemplo de rúbrica, la cual podrá hacer uso el profesor para evaluar ciertos aspectos técnicos y/o tácticos.

Tabla 14. Ejemplo de rúbrica

ASPECTOS TECNICOS Y TACTICOS	NIVEL1 (0)	NIVEL2 (0,75)	NIVEL3 (1,25)	NIVEL 4 (2)
SAQUE	No realiza ninguna de las formas de saque trabajadas	Solo es capaz de realizar uno de los saques	Realiza el saque de derecha y de revés técnicamente correcto, pero no es efectivo	Realiza el saque de derecha y de revés técnicamente correcto y es efectivo
TÁCTICA	No sabe colocarse en el campo de juego	Se coloca en el campo, pero no tiene en cuenta a su compañero	Se coloca correctamente en el campo, pero solo en ataque o defensa	Tiene una buena posición en el campo tanto en ataque como en defensa
CLEAR	No sabe realizar este golpeo	Realiza este golpeo en situaciones de juego incorrectas	Realiza este golpeo y es efectivo	Realiza este golpeo en situaciones correctas de juego y es efectivo
DRIVE	No sabe realizar este golpeo	Realiza este golpeo en situaciones de juego incorrectas	Realiza este golpeo y es efectivo	Realiza este golpeo en situaciones correctas de juego y es efectivo
SMASH	No sabe realizar este golpeo	Realiza este golpeo en situaciones de juego incorrectas	Realiza este golpeo y es efectivo.	Realiza este golpeo en situaciones correctas de juego y es efectivo

- Escala de valoración entre iguales: Nos servirán para realizar la coevaluación de la técnica de los alumnos y además podremos evaluar una parte del ámbito cognitivo relacionada con el conocimiento de la técnica y la táctica del bádminton.

En la tabla 15 se muestra una escala de valoración que los alumnos podrán hacer emplear para valorar a los compañeros.

Tabla 15. Ejemplo de escala de valoración. (Coevaluación)

ASPECTOS TECNICOS	MAL	REGULAR	BIEN	MUY BIEN
Posición básica				
Codo alto en el remate				
Remate para situaciones ofensivas				
Volante por debajo de la cadera en el saque				
Clear para situaciones defensivas				

A continuación, se desarrolla la siguiente tabla en la cual se relacionan los criterios de evaluación trabajados durante esta UD con sus estándares de aprendizaje, su concreción en indicadores de logro, ponderación, el instrumento de evaluación, competencias clave, y el tipo de evaluación.

Tabla 16. Relación de los criterios de evaluación trabajados en la UD y los demás elementos curriculares

CRIT. DE EVAL.	ESTANDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO	%	Total	CC	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	TIPO DE EVALUACIÓN
1.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	1.1.1: No aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas ni respeta las reglas establecidas.	0	1,5	AA	Escala de valoración Rúbrica Diario del profesor	Coevaluación Heteroevaluación
		1.1.2: Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, pero no respeta las reglas ni normas establecidas.	0,5				
		1.1.3: Aplica los aspectos técnicos y habilidades específicas y respeta las normas.	1				
		1.1.4: Aplica los aspectos técnicos y habilidades específicas, respeta las normas y además corrige a los compañeros.	1,5				
	1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	1.3.1: No describe ningún aspecto técnico.	0	0,75	CL	Diario del profesor	Heteroevaluación
		1.3.2: Describe erróneamente los movimientos implicados en ciertos aspectos técnicos.	0,25				
		1.3.3: Describe la forma de realizar los movimientos implicados de algún aspecto técnico.	0,5				
		1.3.4: Describe la forma de realizar los movimientos implicados de cualquier aspecto técnico.	0,75				
	1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	1.4.1: No mejora su nivel de ejecución respecto al nivel de partida.	0	1,5	SIEE	Diario del profesor	Heteroevaluación
		1.4.2: Mejora la ejecución de algún aspecto técnico con respecto a su nivel de partida, pero no muestra ninguna actitud de esfuerzo.	0,5				
		1.4.3: Mejora considerablemente alguno de los aspectos técnicos con respecto a su nivel inicial y además muestra actitud de esfuerzo.	1				
		1.4.4: Mejora considerablemente todos los aspectos técnicos con respecto a su nivel inicial y además muestra actitud de esfuerzo y superación.	1,5				

CRIT. DE EVAL.	ESTANDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO	%	Total	CC	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	TIPO DE EVALUACIÓN
3.	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	3.1.1: No adapta los fundamentos técnicos y tácticos.	0	1,25	AA	Rúbrica Escala de valoración. Escala de valoración	Heteroevaluación Coevaluación
		3.1.2: Hace uso de los fundamentos técnicos y tácticos en situaciones erróneas de juego.	0,4				
		3.1.3: Hace uso de los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en las situaciones de oposición, pero no es efectivo.	0,8				
		3.1.4: Hace uso de los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en las situaciones de oposición y es efectivo.	1,25				
	3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	3.3.1: No discrimina ningún estímulo para la toma de decisiones en situaciones de oposición y/o oposición-colaboración.	0	1	AA	Rúbrica Diario del profesor	Heteroevaluación
		3.3.2: Discrimina algunos estímulos para la toma de decisiones en situaciones de oposición y/o oposición-colaboración para obtener ventaja en situaciones de competición.	0,3				
		3.3.3: Discrimina los estímulos para la toma de decisiones en situaciones de oposición y/o oposición-colaboración para obtener ventaja en situaciones de competición, pero no siempre es efectivo.	0,7				
		3.3.4: Discrimina los estímulos para la toma de decisiones en situaciones de oposición y/o oposición-colaboración para obtener ventaja en situaciones de competición y es efectivo.	1				
7.	7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	7.3.1: No respeta a sus compañeros.	0	1,5	CSC	Diario del profesor	Heteroevaluación
		7.3.2: Respeta a los compañeros con mayor nivel de destreza.	0,5				
		7.3.3: Respeta a sus compañeros independientemente del nivel de destreza y les ayuda cuando es necesario.	1				
		7.3.4: Respeta a sus compañeros independientemente del nivel de destreza y les ayuda y corrige cuando es necesario.	1,5				
8.	8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas.	8.2.1: Nunca respeta el entorno ni el material.	0	1,25	CSC	Diario del profesor	Heteroevaluación
		8.2.2: No siempre respeta el entorno.	0,4				
		8.2.3: Respeta el entorno.	0,8				
		8.2.4: Respeta el entorno y ayuda a mantenerlo en buenas condiciones.	1,25				

CRIT. DE EVAL.	ESTANDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO	%	Total	CC	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	TIPO DE EVALUACIÓN
9.	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.	9.1.1: No identifica las actividades físico-deportivas que pueden suponer un riesgo.	0	1,25	AA	Diario del profesor	Heteroevaluación
		9.1.2: Identifica las actividades físico-deportivas que pueden suponer un riesgo, pero no las tiene en cuenta.	0.4				
		9.1.3: Identifica algunas características de las actividades físico-deportivas que pueden suponer un elemento de riesgo.	0.8				
		9.1.4: Identifica las características de las actividades físico-deportivas que pueden suponer un elemento de riesgo y ayuda a minimizar éste.	1,25				

9.2 Criterios de Calificación

En esta Unidad Didáctica, encontramos los tres ámbitos de conocimientos de los alumnos, por lo tanto, seguiremos el porcentaje habitual de la programación.

- **Ámbito cognitivo: 30%.** La Unidad Didáctica tendrá una serie de contenidos teóricos que los alumnos tendrán que desarrollar. Esos contenidos se van a evaluar durante las tres últimas sesiones, ya que los alumnos deberán disputar partidos de bádminton entre ellos y también tendrán que evaluar mediante una rúbrica a su compañero explicando los motivos de su corrección.
- **Ámbito motor: 50%.** Se llevará a cabo mediante la observación del profesor durante todas las sesiones de la UD. Además, en ciertas sesiones el profesor hará uso de la rúbrica para evaluar ciertos aspectos técnicos y tácticos. Y también se usará una escala de valoración la cual deberán usar los alumnos para evaluar ciertas acciones técnicas de los compañeros durante el torneo.
- **Ámbito socioafectivo: 20%.** Se llevará a cabo en función de las conductas de los alumnos a lo largo del desarrollo de la Unidad Didáctica, así como la actitud del trabajo en grupo y por parejas.

Tabla 17. Porcentaje de calificación por ámbito de trabajo

ÁMBITO	PORCENTAJE	INSTRUMENTO
Ámbito cognitivo	30%	Diario del profesor
		Rúbrica
Ámbito motor	50%	Diario del profesor
		Escala de valoración
		Rúbrica
Ámbito socioafectivo	20%	Diario del profesor

9.3 Tipos de Evaluación

Atenderemos a diversos tipos de evaluación en esta Unidad Didáctica para evaluar la mayor parte del proceso y de conocimientos que han adquirido los alumnos. Según López (2006) citado en González y Campos (2014), los tipos de evaluación que encontraremos serán:

- **Coevaluación:** Durante las tres últimas sesiones, todos los alumnos realizarán una evaluación de una de las parejas siguiendo una rúbrica que servirá para poner una nota a la pareja mientras disputan un partido de bádminton.
- **Heteroevaluación:** El resto de las actividades propuestas, así como la consecución de los indicadores las realizará el profesor a través de los instrumentos de evaluación que considere oportunos y los niveles de logro de los indicadores.

9.4 Medidas de recuperación

Los alumnos que no superen los contenidos deberán de realizar un examen teórico sobre los contenidos trabajados durante esta UD para aprobarla.

La manera de evaluar los contenidos cognitivos y motrices del alumnado lesionado y/o que no trae indumentaria deportiva, será mediante una o varias fichas de observación que deberán completar durante los torneos. A cada alumno lesionado se le asignará uno o varios partidos que observar, en los cuales tendrá que evaluar a los compañeros.

Los contenidos del ámbito socioafectivo serán continuo.

10. TRATAMIENTO TRANSVERSAL

En cuanto al tratamiento transversal, vamos a encontrar una actividad específica donde se trabaje uno de nuestros objetivos, y el resto de los temas, van a ser aquellos que se trabajarán de manera implícita en el desarrollo de todas las sesiones. De esta manera encontraremos los siguientes temas transversales a lo largo de esta Unidad Didáctica:

- **Fomentar el buen uso tecnologías de la información y la comunicación:** Durante las primeras sesiones se va a usar el ordenador para mostrar al alumnado ciertos aspectos técnicos del Bádminton y así crear una imagen mental de lo que se pretende conseguir.
- **Apoyar la igualdad de género:** En todas las sesiones se realizarán actividades con grupos de tareas mixtos. Además, en los vídeos que pongamos en nuestras clases para motivar al alumnado sobre los contenidos de la Unidad Didáctica, se buscará que aparezcan ejemplos de ambos sexos.
- **Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural:** El trabajo en grupos nos ayudará a evitar situaciones de

conflicto, que si aparecen deberán ser resueltas a través de la mediación. Los grupos y parejas, que irán cambiando con el paso de los días, ayudarán a la inclusión y a aumentar las relaciones con alumnos con los que pueden tener menos trato.

- **Promover la práctica diaria del deporte durante la jornada escolar y la dieta equilibrada:** El inicio de la Unidad Didáctica, con actividades más lúdicas, pueden servir al alumnado como un punto motivacional que les invite a querer realizar un deporte diferente, en un momento concreto de su vida.

11. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Las medidas de atención a la diversidad van a estar basadas en las medidas generales de la programación didáctica. En el caso de la Unidad Didáctica, se pueden encontrar una medidas más concretas y adaptadas a los tipos de actividad que se van a llevar a cabo. Además de las medidas que encontremos para nuestros ACNEAE, encontraremos también una serie de adaptaciones para aquellos alumnos que no puedan realizar la sesión ya sea por problemas de salud o por problemas personales.

ACNEAE

Con el alumno con hipoacusia, se realizarán principalmente las medidas generales, así que nos basaremos en López y Guillén (2008), Ballester y Molina (2011) y Cañizares (2015) que tienen que ver con el uso de material visual de apoyo y el uso de estos alumnos como modelo para la explicación de las tareas.

Las tres primeras sesiones, al tener un contenido más relacionado con un ambiente lúdico se trabajará en grupo y el alumno con hipoacusia podrá observar la ejecución de los compañeros lo que hay que hacer de una manera más visual. Para llevar a cabo la reflexión del final de las sesiones se realizará cuando los alumnos estén en completo silencio y en círculo.

Las tres sesiones siguientes que tendrán un contenido con algo más técnico, en la mayoría de los casos explicaremos el contenido acompañado con una demostración visual. Después de la explicación teórica, se llevarán actividades en parejas y en grupos que facilitarán la comunicación con este alumno. Con el fin de que comprenda y adquiera bien la técnica, intentaremos darle un feedback inmediato al inicio de una actividad nueva.

Todo este trabajo en parejas y grupos a lo largo de la Unidad Didáctica nos permitirá además de facilitar la comunicación del alumnado, favorecerá la inclusión de los alumnos que tienen menos relación con el resto de los compañeros.

Alumnos que no realizan la práctica por motivos de salud o personales.

Aquellos alumnos que no puedan llevar a cabo las actividades propuestas tendrán dos tipos de actividades que realizar, algunas que serán la reflexión sobre las actividades que hacen sus compañeros, y servir de apoyo en el momento que algún alumno lo necesite.

Aquellos alumnos que no traigan ropa deportiva, se tratará que realicen las actividades que les sea posible realizar.

Estos alumnos podrán tener una mayor presencia en los grupos de reflexión y en las explicaciones del profesor, así que las adaptaciones serán mínimas en estas sesiones. En las partes donde se lleve a cabo el ejercicio, utilizarán la rúbrica para corregir a sus compañeros por lo que tendrán un aprendizaje más significativo al fijarse en una ejecución de sus compañeros.

En las tres últimas sesiones, los alumnos que no puedan realizar la práctica serán los encargados de supervisar y arbitrar los partidos de bádminton a los compañeros, así como tratarán de ayudar a dar feedbacks a sus compañeros.

12. CONCLUSIÓN

Como conclusión a esta Unidad Didáctica, debemos decir que tiene coherencia con el resto de las unidades, y que esta estratégicamente situada para que el alumnado vaya conociéndose de manera gradual ya que la mayor parte del tiempo el trabajo será por parejas, pero se intentara cambiar de parejas en prácticamente todos los ejercicios.

Con esta UD también se pretende motivar al alumnado a que practiquen y mejoren su técnica individual, ya que durante las últimas tres sesiones se disputará un torneo de bádminton. Animaremos al alumnado a que entrenen y practiquen el Badminton durante los recreos y también fuera de la escuela. Así de este modo potenciaremos las relaciones sociales de los alumnos, así como la actividad física durante su tiempo libre.

13. SESIONES

SESIÓN: 1	U.D. 2 - Primer Trimestre	FECHA: 25-10-2018
1. OBJETIVOS DE LA SESIÓN		
<ul style="list-style-type: none"> - Familiarizarse con la raqueta y el volante. - Conocer los tipos de agarre. - Conocer el terreno de juego 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, AA, CSC, SIEE		
3. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE		
Parte inicial (15 minutos)		
<ul style="list-style-type: none"> - Breve introducción teórica del bádminton - Movilidad articular - Juego de calentamiento: La cadena. Un alumno la liga y debe pillar a los demás. Cuando pill a uno, este debe unirse e ir formando una cadena. Gana el ultimo alumno que quede libre. 		
Parte principal (30 minutos)		
<p>Explicación del agarre de la raqueta: Para coger bien la raqueta se debe clocar la empuñadura con el cordaje perpendicular al suelo. En esa posición se agarra la raqueta, colocando el pulgar entre el dedo índice y los demás. Esta es la llamada presa o agarre Universal.</p> <p>Ejercicio 1: agarramos la raqueta correctamente y en el sitio golpeamos el volante sin que caiga. Variante: pedimos a los alumnos que lancen el volante lo más alto que puedan.</p> <p>Ejercicio 2: agarramos la raqueta correctamente y en nos desplazamos por todo el campo golpeando el volante sin que caiga. Variante: pedimos a los alumnos que lancen el volante lo más alto que puedan cuando se desplazan.</p> <p>Ejercicio 3: los alumnos se desplazan por el espacio golpeando el volante con la raqueta. Deben llevar una progresión y aumentar la altura del volante hasta que lleguen a su máxima altura. Una vez conseguida deben reducirla gradualmente hasta parar el volante.</p> <p>Ejercicio 4: los alumnos se desplazan por el espacio, dando golpes con la raqueta y a la voz de ya, deben intercambiar su volante en el aire con alguno de sus compañeros.</p> <p>Ejercicio 5: los alumnos se desplazan por el espacio golpeado el volante y deben intentar tirar los volantes de los compañeros sin que caiga el suyo. Variante: si tu volante cae, quedas eliminado. Gana el alumno que quede con el volante sin caer al suelo.</p>		
Vuelta a la calma (10 minutos)	<ul style="list-style-type: none"> - Breve reflexión sobre la sesión - Estiramientos 	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza	4.2 Estilos de enseñanza	
<ul style="list-style-type: none"> - Instrucción directa, Descubrimiento 	<ul style="list-style-type: none"> - Mando directo 	
5. RECURSOS DIDÁCTICOS		
5.1 Humanos	5.2 Especiales	5.3 Materiales
1 profesor 28 alumnos	Pabellón	Raquetas y volantes de bádminton Redes de Badminton
6. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
<p>Apoyar la igualdad de género.</p> <p>Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural.</p> <p>Promover la práctica diaria del deporte durante la jornada escolar y la dieta equilibrada.</p>		
7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>El alumno con hipoacusia no va a necesitar ninguna modificación a parte de las generales relacionadas con la comunicación. Los ejercicios son prácticamente todos individuales por lo que los alumnos podrán experimentar y vivenciar cómo se comporta el volante en el aire y cuanta fuerza en él.</p> <p>Si algún alumno no trae la ropa deportiva, se intentará que realicen el mayor número de actividades posibles.</p> <p>En el caso de algún alumno que no pueda realizar la clase por motivos de salud, realizará una descripción de la tarea y le pediremos que busque o invente 3 o 4 ejercicios para trabajar lo trabajad en la sesión.</p>		

SESIÓN: 2	U.D. 2 - Primer Trimestre	FECHA: 6-11-2018
1. OBJETIVOS DE LA SESIÓN		
<ul style="list-style-type: none"> - Familiarizarse con la raqueta y el volante. - Conocer los modos de golpear el volante. - Desarrollar la capacidad de percepción del volante. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, AA, CSC, SIEE		
3. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE		
Parte inicial (15 minutos)		
<ul style="list-style-type: none"> - Carrera suave por la pista - Carrera lateral, con circunducción de brazos - Carrera con elevación de talones a glúteos. - Flexión del tronco, movimiento pendular de los brazos. - Ejercicios de estiramientos con especial incidencia en la superiores. 		
Parte principal (30 minutos)		
<ul style="list-style-type: none"> - Familiarización con la raqueta y el volante - Cada uno con la raqueta experimenta, agarrando correctamente la raqueta, las distintas posibilidades de movimiento de la muñeca y la mano. - Individual. Colocan el volante sobre la raqueta y lo lanzan hacia arriba golpeándolo varias veces seguidas en vertical. Realizan el golpe de derecho, es decir con la palma de la mano, que coge la raqueta, hacia arriba. Golpean el volante con la mano colocada aproximadamente a la altura de la cintura. - Repiten el ejercicio anterior, pero realizando el golpe de revés. - Progresivamente van realizando los golpes más fuertes, de manera que el volante se eleve cada vez más. - Golpean el volante verticalmente hacia arriba, una vez del derecho y la siguiente del revés. - Golpear el volante varias veces seguidas, tratando de alternar un golpe con trayectoria muy alta y el siguiente con trayectoria muy larga. - Golpear al volante hacia arriba varias veces seguidas, con la raqueta encima de la cabeza. - Se establece como recorrido el largo de la pista y se intenta realizar golpeando el volante el menor número de veces. - Por parejas, se van pasando el volante de todas las formas que han practicado durante la sesión: de derecho, de revés, con la raqueta por encima de la cabeza... 		
Vuelta a la calma (10 minutos)	<ul style="list-style-type: none"> - Cambio de impresiones sobre la puesta en práctica de los tipos de golpes practicados. - Estiramientos. 	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza Instrucción directa, Descubrimiento	4.2 Estilos de enseñanza Mando directo	
5. RECURSOS DIDÁCTICOS		
5.1 Humanos 1 profesor 28 alumnos	5.2 Especiales Pabellón	5.3 Materiales Raquetas y volantes de bádminton Redes de Badminton
6. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
<p>Apoyar la igualdad de género.</p> <p>Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural.</p> <p>Promover la práctica diaria del deporte durante la jornada escolar y la dieta equilibrada.</p>		
7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>El alumno con hipoacusia no va a necesitar ninguna modificación a parte de las generales relacionadas con la comunicación. Los ejercicios son prácticamente todos individuales por lo que los alumnos podrán experimentar y vivenciar cómo se comporta el volante en el aire y cuanta fuerza en él.</p> <p>Si algún alumno no trae la ropa deportiva, se intentará que realicen el mayor número de actividades posibles y también se le pedirá que realice un trabajo escrito con ejercicios y variantes similares a los trabajados durante la sesión.</p> <p>En el caso de algún alumno que no pueda realizar la clase por motivos de salud, realizará una descripción de la tarea y le pediremos que busque o invente 3 o 4 ejercicios para trabajar lo trabajado en la sesión</p>		

SESIÓN: 3	U.D. 2 - Primer Trimestre	FECHA: 8-11-2018
1. OBJETIVOS DE LA SESIÓN		
<ul style="list-style-type: none"> - Familiarizarse con la posición básica del bádminton. - Aprender los desplazamientos básicos. - Familiarizarse con las posiciones de juego y la colocación dentro del campo. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, AA, CSC, SIEE		
3. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE		
Parte inicial (15 minutos)		
<p>Explicación teórica y demostración de la posición básica del bádminton:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cabeza levantada, mirando al frente. - La mano sujeta la raqueta a una altura entre el pecho, hombros y cabeza. - Piernas semiflexionadas. - Pies separados algo más que los hombros. - El peso del cuerpo repartido entre los dos pies, sobre las puntas. <p>Explicación teórica y demostración de los desplazamientos del bádminton:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desplazamiento hacia delante. - Desplazamiento lateral - Desplazamiento hacia atrás. <p>Todos los alumnos adoptan la posición básica del Badminton y junto con el profesor ejecutan los desplazamientos que éste marca.</p> <p>Calentamiento: Carrera continua. Después se alterna elevación de rodillas con elevación de talones a los glúteos. Carrera lateral cruzando piernas. Ejercicios de movilidad articular del tren superior: hombros (circunducciones), codos (flexo-extensión) y muñecas. Ejercicios de estiramientos desde los miembros superiores, pasando por el tronco y finalizando por las extremidades inferiores.</p>		
Parte principal (30 minutos)		
<ul style="list-style-type: none"> - Ejercicio 1: los alumnos adoptan la posición básica del Badminton y por parejas uno adopta la posición básica y el compañero le corrige. Luego se intercambian los papeles. - Ejercicio 2: Por parejas. Uno de la pareja adopta la posición básica y el compañero ordena que desplazamiento hacer. (hacia delante, lateral o hacia atrás). El compañero que actúa debe hacerlo lo más rápido posible teniendo en cuenta la explicación que ha dado el profesor y recuperar la posición básica. Al cabo de un tiempo se intercambian los papeles. - Ejercicio 3: en parejas, uno de la pareja le lanza volantes al compañero. Este debe de recepcionarlo con los desplazamientos trabajados y volver a la posición inicial. Luego se intercambian los papeles. - Ejercicio 4: en parejas uno en frente del otro, se pasan el volante de todas las formas conocidas. Variante: mismo ejercicio que el anterior, pero se sitúan en la red. Deben superar la red el máximo número de veces golpeando el volante con las formas trabajadas anteriormente. - Juego: “La batalla de los volantes”. La clase se divide en 2 grupos. Cada grupo se coloca a un lado de la red. Cada equipo dispone de 10 volantes. A la señal comienzan a lanzarse los volantes, intentando devolver los que caigan en su campo. Cuando se dé la señal de finalizar el juego, gana la batalla el equipo que tenga menos volantes en su campo. 		
Vuelta a la calma (10 minutos)	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexión sobre lo trabajado y resolución de posibles dudas. - Estiramientos. 	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza	4.2 Estilos de enseñanza	
<ul style="list-style-type: none"> - Instrucción directa - Descubrimiento 	<ul style="list-style-type: none"> - Enseñanza recíproca - Mando directo 	
5. RECURSOS DIDÁCTICOS		

5.1 Humanos 1 profesor, 28 alumnos	5.2 Especiales Pabellón	5.3 Materiales Raquetas y volantes de bádminton, Redes de Badminton
6. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Apoyar la igualdad de género. Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural. Promover la práctica diaria del deporte durante la jornada escolar y la dieta equilibrada.		
7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
El alumno con hipoacusia no va a necesitar ninguna modificación a parte de las generales relacionadas con la comunicación. En el ejercicio de por parejas, su pareja hará un gesto que acompañará a la voz que simbolice uno de los tres desplazamientos. Si algún alumno no trae la ropa deportiva, se intentará que realicen el mayor número de actividades posibles y también se le pedirá que realice un trabajo escrito con ejercicios y variantes similares a los trabajados durante la sesión. En el caso de algún alumno que no pueda realizar la clase por motivos de salud, realizará una descripción de la tarea y le pediremos que busque o invente 3 o 4 ejercicios para trabajar lo trabajado en la sesión		

SESIÓN: 4	U.D. 2 - Primer Trimestre	FECHA: 13-11-2018
1. OBJETIVOS DE LA SESIÓN		
- Aprender los aspectos técnicos del saque - Trabajar la posición de recepción y la posición defensiva.		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, AA, CSC, SIEE		
3. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE		
Parte inicial (15 minutos)		
Introducción teórica del Servicio en bádminton. - La raqueta la sostiene el brazo ejecutor, estirado hacia atrás. - La pierna contraria, al brazo ejecutor, ligeramente adelantada, y el hombro apunta hacia el receptor. - La mayor parte del peso del cuerpo cae sobre el pie trasero. - El volante se sostiene por la base entre el pulgar y el índice, y de la otra mano el brazo izquierdo se extiende hasta la altura del hombro, de manera que caiga bien delante del cuerpo. Después se sigue esta secuencia: a) Se suelta el volante al mismo tiempo que se giran los hombros y las caderas y el peso del cuerpo se y traslada al pie delantero. b) Se lleva la raqueta hacia delante y en el momento de conectar con el volante hay un rápido movimiento de rotación del antebrazo y la muñeca hacia adentro. c) El volante se golpea. El movimiento del brazo continua tras el golpeo hasta extenderlo a la altura del hombro izquierdo. La raqueta en el momento que golpea al volante no puede sobrepasar la cintura. El saque se ejecuta desde el área de servicio del lado derecho del terreno de juego, en diagonal, hasta el área de servicio opuesta. Se sigue sacando, cambiando caza vez de área, de derecha a izquierda, hasta que se comete falta, momento en el que le corresponderá sacar al adversario. Toda esta información estará acompañada de un medio audiovisual, con videos explicativos de cómo hacer correctamente el servicio. Esta parte de la sesión se desarrollará en el aula. Trabajamos los tipos básicos de saque : - Saque corto: La raqueta impacta con el volante delante del cuerpo, entre la rodilla y la cadera; debe estar con la cabeza perpendicular al suelo o ligeramente inclinada para conseguir que el volante describa una trayectoria que caiga cerca de la línea corta del servicio y pase cerca de la red. La muñeca no debería flexionarse. - Saque alto: envía el volante con una trayectoria muy alta cerca de la línea de fondo, así se obliga al contrario a desplazarse lo más lejos posible del centro del campo. Se diferencia del anterior en que, en el momento del impacto, la raqueta estará más adelantada y la muñeca con la palma de la mano dirigida hacia arriba.		
Calentamiento:		

<p>Carrera continua. Después se alterna elevación de rodillas con elevación de talones a los glúteos. Carrera lateral cruzando piernas. Ejercicios de movilidad articular del tren superior: hombros (circunducciones), codos (flexo-extensión) y muñecas. Ejercicios de estiramientos desde los miembros superiores, pasando por el tronco y finalizando por las extremidades inferiores. Cada uno con raqueta y volante. Golpean el volante hacia arriba para mantenerlo en el aire el mayor tiempo posible. Primero sin desplazarse del lugar y luego desplazándose por el terreno. Trabajamos los diversos tipos de golpes: de derecho, de revés, de mano alta y baja.</p>		
Parte principal (30 minutos)		
<p>El saque y la posición de recepción:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Parejas, uno en frente del otro. Uno saca tratando de enviarlo donde se encuentra el compañero. Este lo recoge y repite la misma acción. (No hay intercambio de golpes). - Mismo ejercicio, ahora separados por una cuerda o una red de Badminton, tratan de enviarlo hacia la zona de recepción del compañero. - Mismo ejercicio, los saques se dirigirán hacia la esquina de la zona de recepción del compañero. Primero hacia un lado y luego hacia el otro. - Juego: campo de Badminton, con red. Desde una parte de campo van a realizar varios saques reglamentarios, en el otro lado del campo hay varios aros dispuestos en el suelo. Se trata de conseguir el mayor número de aciertos en 5 intentos. Primero desde el lado derecho y luego desde el lado izquierdo. - Parejas. Juego salvando la red con servicios reglamentarios. El compañero debe recepcionar el volante de manera reglamentaria. Tras 5 servicios se intercambian los papeles. 		
Vuelta a la calma (10 minutos)	Reflexión sobre a sesión. Estiramientos	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza	4.2 Estilos de enseñanza	
<ul style="list-style-type: none"> - Instrucción directa - Descubrimiento 	<ul style="list-style-type: none"> - Mando directo 	
5. RECURSOS DIDÁCTICOS		
5.1 Humanos	5.2 Especiales	5.3 Materiales
1 profesor 28 alumnos	Pabellón	Raquetas y volantes de bádminton, Redes de Badminton Aros, Proyector, Ordenador
6. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
<p>Fomentar el buen uso tecnologías de la información y la comunicación. Apoyar la igualdad de género. Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural.</p>		
7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>El alumno con hipoacusia va a tener mayor dificultad para recibir los feedbacks durante la práctica. La explicación del servicio será muy visual para que este alumno tenga una información propioceptiva lo más completa posible. Los alumnos que no traigan ropa de deporte o tengan problemas físicos podrán hacer la mayor parte de la sesión, ayudando a sus compañeros a colocarse en la posición correcta y dando su feedback de cómo realizar correctamente el servicio.</p>		

SESIÓN: 5	U.D. 2 - Primer Trimestre	FECHA: 15-11-2018
1. OBJETIVOS DE LA SESIÓN		
<ul style="list-style-type: none"> - Interiorizar y perfeccionar las técnicas de saque - Perfeccionar la posición de recepción y la defensiva - Mejorar las capacidades de percepción y coordinación en el golpeo del volante. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, AA, CSC, SIEE		
3. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE		
Parte inicial (15 minutos)		
<ul style="list-style-type: none"> - Gran grupo, carrera continua. A la señal van cambiando: elevación de rodillas, talones a glúteos, carrera lateral, hacia atrás. - Caminar de puntillas, de talones. - Movimientos del tronco: flexiones y extensiones, inclinaciones laterales, torsiones a izquierda y derecha - Caminar realizando circunducciones de brazos, adelante y atrás. Flexiones-extensiones y circunducciones de muñecas; primero con una mano, luego con la otra. - Parejas, con raqueta y volante, uno frente al otro. Se pasan el volante golpeándolo de diversas formas. - Mismo ejercicio, pero con dos volantes simultáneamente. Si un volante cae al suelo, continua con el otro. Cuando caen los dos vuelven a comenzar de nuevo. 		
Parte principal (30 minutos)		
El saque; servicios cortos y servicios altos.		
<ul style="list-style-type: none"> - Parejas: uno frente al otro, separados por una cuerda o una red de bádminton. Uno saca tratando de enviar el volante hacia la zona de recepción del compañero. (No hay intercambio de golpes). - Parejas: uno en frente del otro, separados por la red de Badminton. Realizar series de saques cortos. Uno envía el volante a su compañero con un saque corto, (No hay intercambio de golpes y luego se intercambian los papeles). - Juego: “Competición de pases”. Grupos de 4, unos frente a otros separados por la red. Se hacen pases entre ellos y, hasta que todos lo logran no se envía al campo contrario, para que éstos realicen lo mismo. No puede tocar el volante más de una vez cada jugador, de lo contrario el volante pasará al otro equipo. Consiguen punto cada tres pases consecutivos. - Juego “Salvando la red”: en parejas los alumnos deben hacer un servicio reglamentario, el compañero le sigue el juego con golpes reglamentarios. Siguen el juego hasta que el volante caiga. 		
Vuelta a la calma (10 minutos)	Reflexión sobre la sesión. Resolución de posibles dudas. Estiramientos.	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza	4.2 Estilos de enseñanza	
<ul style="list-style-type: none"> - Instrucción directa - Descubrimiento 	<ul style="list-style-type: none"> - Enseñanza recíproca - Grupos reducidos - Mando directo 	
5. RECURSOS DIDÁCTICOS		
5.1 Humanos	5.2 Especiales	5.3 Materiales
1 profesor 28 alumnos	Pabellón	Raquetas y volantes de bádminton Redes de Badminton
6. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Apoyar la igualdad de género. Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentando el respeto por la diversidad cultural.		
7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
El alumno con hipoacusia va a poder seguir la sesión a la perfección. Lo único que tendremos en cuenta es a la hora de dar las explicaciones, trataremos de darlas lo más cercanas a este alumno en concreto. Además, nos apoyaremos en un ejemplo visual. Los alumnos que no traigan ropa de deporte o tengan problemas físicos podrán hacer la mayor parte de la sesión, ayudando a sus compañeros a colocarse en la posición correcta y dando su feedback de cómo realizar correctamente el servicio.		

SESIÓN: 6	U.D. 2 - Primer Trimestre	FECHA: 20-11-2018
1. OBJETIVOS DE LA SESIÓN		
<ul style="list-style-type: none"> - Familiarizarse con los golpes de mano alta - Mejorar las capacidades de coordinación y percepción. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, AA, CSC, SIEE		
3. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE		
Parte inicial (15 minutos)		
<p>Explicación teórica de los golpes de mano alta: estos golpes se hacen desde la mitad trasera del campo y normalmente se hacen de derecho, aunque también pueden hacerse de revés.</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Lob o Globo</u>: es un golpe de trayectoria alta al fondo del campo del adversario. Puede ser tanto defensivo, cuando se pretende ganar tiempo para volver al centro de la pista, como ofensivo, cuando el adversario se encuentra cerca de la red. - <u>Dejada o Drop</u>: Este golpe envía el volante muy cerca de la red en el campo contrario cuando el adversario está lejos de ella o no puede responder. Es un golpe de engaño o finta, pues el adversario pensará que va a recibir un mate, por tanto, es de carácter ofensivo. La dejada puede ser corto o larga, según la trayectoria del volante se más cercana o alejada de la red en el campo contrario. Se puede hacer tanto con de arriba como de abajo. - <u>El remate</u>: También llamado mate o smash, es un golpe ofensivo que se realiza siempre desde arriba, golpeando fuertemente el volante de frente o lateralmente. La raqueta se lleva por detrás de la cabeza, con el codo a la altura del hombro, para luego extender el brazo y golpear por encima de la cabeza y por delante de la muñeca. También se puede rematar en salto. <p>Los primeros minutos de la sesión los desarrollaremos en el aula para apoyarnos con un video las explicaciones d ellos golpes.</p> <p>Calentamiento: Carrera continua. Después se alterna elevación de rodillas con elevación de talones a los glúteos. Carrera lateral cruzando piernas. Ejercicios de movilidad articular del tren superior: hombros (circunducciones), codos (flexo-extensión) y muñecas. Ejercicios de estiramientos desde los miembros superiores, pasando por el tronco y finalizando por las extremidades inferiores.</p>		
Parte principal (30 minutos)		
<p>Golpes de mano alta.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Parejas uno frente al otro, ejecutan alternativamente el gesto de golpe de mano alta, uno corrige al otro. Después, separados por la red, se pasan el volante golpeándolo por encima de la cabeza. - Tríos, dispuestos en forma de triángulo. Pasarse el volante con golpes de mano alta triangulando en las tres direcciones. - En parejas, realizar desplazamientos adecuados para un buen golpe de revés de mano alta. Después, con raqueta y sin volante, realizan el gesto y el desplazamiento para este tipo de golpe. Finalmente practican golpes de revés de mano alta. - En parejas. Los alumnos deben de practicar los tres tipos de golpes de mano alta explicados. Uno de la pareja ejecuta y el compañero corrige. Hacen 5 repeticiones cada uno de cada uno de los golpes. - Parejas. Juego salvando la red con servicios reglamentarios y golpes por encima de la cabeza. 		
Vuelta a la calma (10 minutos)	Juego: Sentados en círculo, uno en el centro de pie. Se pasan un volante. A la palmada del que está de pie, quien tenga el volante cambiará su puesto con aquel.	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza	4.2 Estilos de enseñanza	
<ul style="list-style-type: none"> - Instrucción directa - Descubrimiento 	<ul style="list-style-type: none"> - Enseñanza recíproca - Mando directo 	
5. RECURSOS DIDÁCTICOS		
5.1 Humanos	5.2 Especiales	5.3 Materiales
1 profesor 28 alumnos	Pabellón Aula	Raquetas y volantes de bádminton Redes de Badminton, Ordenador y proyector

6. TRATAMIENTO TRANSVERSAL

Fomentar el buen uso tecnologías de la información y la comunicación.

Apoyar la igualdad de género.

Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural.

7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

El alumno con hipoacusia va a tener mayor dificultad para recibir los feedbacks durante la práctica. Por ello prestaremos una atención especial durante esta sesión a este alumno para que sea capaz de interiorizar la técnica de los golpes de mano alta.

Intentaremos que la explicación sea muy visual para que este alumno tenga una información propioceptiva lo más completa posible.

Los alumnos que no traigan ropa de deporte o tengan problemas físicos podrán hacer la mayor parte de la sesión, ayudando a sus compañeros a colocarse en la posición correcta y dando su feedback de cómo realizar correctamente los golpes de mano alta. Además, deberán de realizar una serie de ejercicios complementarios para perfeccionar y practicar los golpes de mano alta.

SESIÓN: 7	U.D. 2 - Primer Trimestre	FECHA: 22-11-2018
1. OBJETIVOS DE LA SESIÓN		
<ul style="list-style-type: none"> - Practicar los golpes por encima de la cabeza: lob, remates y dejadas - Mejorar las capacidades de coordinación y percepción. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, AA, CSC, SIEE		
3. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE		
Parte inicial (15 minutos)		
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gran grupo. Carrera continua. - Andar de puntillas y de talones. - Andar con elevación alternativa de brazos al frente. Después con circunducciones de brazos. - Ejercicios de movilidad articular: cuello, hombros. Muñecas, pelvis, tobillos. - Parejas: una frente a la otra, efectúan golpes de mano alta. 		
Parte principal (30 minutos)		
<ul style="list-style-type: none"> - Parejas: uno frente al otro, se lanzan el volante golpeándolo con la raqueta por encima de la cabeza tratando de llevar el volante lo más lejos posible. - Parejas: uno cerca de la red levanta el volante hacia el fondo, en lob, de mano baja y el compañero la devuelve de mano alta con un remate. Después se cambian los roles. - Parejas: uno envía el volante para que el compañero, situado cerca de la línea de fondo, lo golpee en dejada, de modo que apenas sobrepase la red caiga cerca de esta. - Juego: se hacen dos filas, una a cada lado de la red. Uno golpea de mano alta y corre a la fila del lado contrario. Continúan hasta que cae el volante y vuelven a empezar. - Juego: dos equipos, uno a cada lado de la red, con sus componentes numerados. Hacen siempre un golpe defensivo, de mano alta, hacia el fondo de la red. Se comienza con un saque profundo y van golpeando uno tras otro formando una rueda, siempre de la misma forma. Si el golpe realizado no es acordado, el equipo contrario gana un punto. A los tres fallos el jugador queda eliminado. Variante. Con una sola raqueta por grupo, el que golpea se la cede al siguiente. 		
Vuelta a la calma (10 minutos)	Reflexión sobre la sesión. Estiramientos.	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza	4.2 Estilos de enseñanza	
<ul style="list-style-type: none"> - Instrucción directa - Descubrimiento 	<ul style="list-style-type: none"> - Enseñanza recíproca - Grupos reducidos - Mando directo 	
5. RECURSOS DIDÁCTICOS		
5.1 Humanos 1 profesor 28 alumnos	5.2 Especiales Pabellón	5.3 Materiales Raquetas y volantes de bádminton. Redes de Badminton
6. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
<p>Apoyar la igualdad de género. Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural.</p>		
7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>El alumno con hipoacusia va a poder seguir la sesión a la perfección. Lo único que tendremos en cuenta es a la hora de dar las explicaciones, trataremos de darlas lo más cercanos a este alumno en concreto. Además, nos apoyaremos en un ejemplo visual. Los alumnos que no traigan ropa de deporte o tengan problemas físicos podrán hacer la mayor parte de la sesión, ayudando a sus compañeros a colocarse en la posición correcta y dando su feedback de cómo realizar correctamente los golpes de mano alta.</p>		

SESIÓN: 8	U.D. 2 - Primer Trimestre	FECHA: 27-11-2018
1. OBJETIVOS DE LA SESIÓN: Familiarizarse con los golpes a la altura del hombro (drive)		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, AA, CSC, SIEE		
3. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE		
Parte inicial (15 minutos)		
Explicación teórica del golpeo Drive o golpeo a la altura del hombro		
<ul style="list-style-type: none"> - Por el lado derecho: desde la posición básica, el codo se coloca a la altura del hombro, la palma de la mano orientada hacia la red con la raqueta tras la cabeza. El tronco rota para arrastrar el brazo de la raqueta. El pie de la raqueta da un paso lateral hacia el punto de golpe, el tronco se inclina lateralmente. Para golpear el volante, se lanza el brazo, de atrás adelante, a la altura del hombro, al tiempo que rota el tiempo hacia delante. El impacto con el volante se produce por delante del cuerpo, hay una rotación brusca del antebrazo y la muñeca. - Por el lado izquierdo o de revés: se cruza el brazo de la raqueta por delante de la cara, a la altura del hombro, la raqueta esta por detrás de la cabeza. El tronco rota hacia la izquierda y los hombros quedan perpendiculares a la red. El pie de raqueta da un paso por delante del cuerpo. Al golpear el volante, se extiende el brazo y la muñeca realiza un movimiento brusco en la dirección al golpe. 		
Calentamiento:		
<ul style="list-style-type: none"> - Carrera continua. Después se alterna elevación de rodillas con elevación de talones a los glúteos. - Carrera lateral cruzando piernas. - Ejercicios de movilidad articular del tren superior: hombros, codos y muñecas. - Ejercicios de estiramientos desde los miembros superiores, pasando por el tronco y finalizando por las extremidades inferiores 		
Parte principal (30 minutos)		
Golpes de drive:		
<ul style="list-style-type: none"> - Parejas, alternativamente, uno ejecuta el gesto técnico de drive y el otro le corrige. Después se pasan el volante con golpes de drive. <u>Variante:</u> aumentan y/o disminuyen la distancia. - Parejas, alternativamente, uno ejecuta el gesto técnico de revés y el compañero le corrige. Después se envían el volante con golpes de revés. No se trata de ganar puntos, al contrario, intentar tener el mayor tiempo posible el volante en juego; pueden ir cambiando los golpes. <u>Variante:</u> acercarse y alejarse; alternar drive con revés. - Parejas de cara a la pared, golpean el volante contra ella; el volante debe impactar por encima de la altura equivalente a la red. Se juega 15 tantos. Variantes: individual; golpear solo de derecho, solo de revés, alternar derecho y revés... - Juego: Mini Badminton. En media pista se juegan partidos de tres puntos, utilizando los golpes ya desarrollados. 		
Vuelta a la calma (10 minutos)		Estiramientos
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza		4.2 Estilos de enseñanza
- Instrucción directa, Descubrimiento		- Enseñanza recíproca, Grupos reducidos, Mando directo
5. RECURSOS DIDÁCTICOS		
5.1 Humanos	5.2 Especiales	5.3 Materiales
1 profesor, 28 alumnos	Pabellón, Aula	Raquetas, volantes y redes de bádminton, Ordenador y proyector
6. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Fomentar el buen uso tecnologías de la información y la comunicación; Apoyar la igualdad de género. Y prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural.		
7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
El alumno con hipoacusia va a tener mayor dificultad para recibir los feedbacks durante la práctica. Por ello prestaremos una atención especial durante esta sesión a este alumno para que sea capaz de interiorizar la técnica del golpeo del drive.		
Intentaremos que la explicación sea muy visual para que este alumno tenga una información propioceptiva lo más completa posible.		
Los alumnos que no traigan ropa de deporte o tengan problemas físicos podrán hacer la mayor parte de la sesión, ayudando a sus compañeros a colocarse en la posición correcta y dando su feedback de cómo realizar correctamente los golpes de mano alta. Además, deberán de realizar una serie de ejercicios complementarios para perfeccionar y practicar los golpes del drive.		

SESIÓN: 9	U.D. 2 - Primer Trimestre	FECHA: 29-11-2018
1. OBJETIVOS DE LA SESIÓN		
- Familiarizarse con los golpes de mano baja		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, AA, CSC, SIEE		
3. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE		
Parte inicial (15 minutos)		
Explicación teórica de los golpes de mano baja acompañada de un video demostrativo. Por el lado Derecho: El jugador está en la <i>posición de espera</i> : pies paralelos y separados a la anchura de los hombros, la raqueta delante del hombro derecho, brazos flexionados y las manos a la altura del pecho. - Postura de golpeo: El jugador traslada la raqueta lateralmente, con la palma de la mano orientada hacia arriba; el pie derecho da un paso en diagonal y hacia delante, el otro pie le sigue, pero con un paso más corto y sin rebasarlo. El tronco se inclina para acercarse al volante. - Golpe al volante: el brazo se extiende, quedando con la palma de la mano hacia arriba y la cabeza de la raqueta paralela al suelo. La muñeca apenas se mueve, es una prolongación del antebrazo. Por el lado Izquierdo: - Postura de golpeo: El jugador traslada la raqueta hacia la izquierda, con el dorso del mano dirigido hacia arriba; el pie derecho se dirige hacia adelante cruzando por delante del cuerpo, el otro pie le sigue, pero con un paso más corto y sin rebasarlo. El tronco se inclina para acercarse al volante. - Golpe al volante: el brazo se extiende, para que llegue al impacto con el codo totalmente extendido. La muñeca apenas se mueve, se mantiene en prolongación del antebrazo. Es importante que los golpes cerca de la red se realicen, siempre que sea posible, a la altura de la banda blanca de la red, allí el jugador podrá optar entre: <ul style="list-style-type: none"> • Dejada con la raqueta paralela o perpendicular al suelo. • Lob ofensivo o defensivo. Calentamiento: Carrera continua. Después se alterna elevación de rodillas con elevación de talones a los glúteos. Carrera lateral cruzando piernas. Ejercicios de movilidad articular del tren superior: hombros (circunducciones), codos (flexo-extensión) y muñecas. Ejercicios de estiramientos desde los miembros superiores, pasando por el tronco y finalizando por las extremidades inferiores		
Parte principal (30 minutos)		
Golpes de mano baja: <ul style="list-style-type: none"> - Cada uno con raqueta y volante, golpean el volante verticalmente hasta llegar cerca de la red, cuando están muy cerca realizan una dejada. - Parejas, uno frente al otro, uno le lanza el volante con las manos y el otro realiza dejadas. - Parejas. Realizar series donde uno hace servicios y las otras dejadas. Luego se intercambian los papeles. Cuando han adquirido cierta soltura, realizan servicios más profundos. - Parejas, realizan juego de red peros in levantar el volante demasiado por encima de ella. - Parejas, uno realiza saques profundos y el otro golpea de mano baja lo más lejos y alto posible; 1º con golpes de derecha y después de revés. Luego se intercambian los papeles. - Parejas, en media pista. Hacen drives de derecho y de revés; la raqueta a la altura de la cabeza. - Juego: “Bombardeo”. Por grupos de tres o cuatro participantes, cada uno tendrá en su campo una papelera, y un aro alrededor de esta. Se trata de meter los volantes en la papelera contraria. Se juega con varios volantes. El equipo que meta más volantes en la papelera contraria gana. - Uno contra Uno. Partidos de tres puntos. Quien gana rota al siguiente campo. Quien pierde permanece en su campo. 		
Vuelta a la calma (10 minutos)		Estiramientos.
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza		4.2 Estilos de enseñanza
<ul style="list-style-type: none"> - Instrucción directa - Descubrimiento 		<ul style="list-style-type: none"> - Enseñanza recíproca, Grupos reducidos y - Mando directo

5. RECURSOS DIDÁCTICOS		
5.1 Humanos 1 profesor 28 alumnos	5.2 Especiales Pabellón Aula	5.3 Materiales Raquetas y volantes de bádminton, Redes de bádminton Ordenador y proyector, Papeleras y aros
6. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Fomentar el buen uso tecnologías de la información y la comunicación. Apoyar la igualdad de género. Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural.		
7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
El alumno con hipoacusia va a tener mayor dificultad para recibir los feedbacks durante la práctica. Por ello prestaremos una atención especial durante esta sesión a este alumno para que sea capaz de interiorizar la técnica de los golpes de mano baja. Intentaremos que la explicación sea muy visual para que este alumno tenga una información propioceptiva lo más completa posible. Los alumnos que no traigan ropa de deporte o tengan problemas físicos podrán hacer la mayor parte de la sesión, ayudando a sus compañeros a colocarse en la posición correcta y dando su feedback de cómo realizar correctamente los golpes de mano alta. Además, deberán de realizar una serie de ejercicios complementarios para perfeccionar y practicar los golpes de mano baja.		

SESIÓN: 10	U.D. 2 - Primer Trimestre	FECHA: 04-12-2018
1. OBJETIVOS DE LA SESIÓN		
<ul style="list-style-type: none"> - Poner en práctica todos los elementos técnicos aprendidos. - Iniciación a los torneos de Bádminton - Familiarización con la táctica en el juego de individuales. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, AA, CSC, SIEE		
3. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE		
Parte inicial (15 minutos)		
<p>Explicación teórica de cómo vamos a desarrollar los torneos de bádminton.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se formarán dos grandes grupos. En la primera ronda el alumno 1 jugará contra el 2; el 3 contra el 4 y así sucesivamente. Se disputarán 14 encuentros en esta ronda. - Pasarán a la siguiente fase los alumnos ganadores, que serán el grupo A, y los perdedores seguirán disputando partidos en el grupo B. En esta ronda se disputarán 7 encuentros en cada uno de los grupos. - En la tercera ronda ya habrá fase eliminatoria, es decir, los alumnos que pierdan quedaran descalificados de la competición, tanto en el grupo A como en el grupo B. Se harán 4 encuentros por cada grupo. - En la cuarta ronda habrá dos disputas por cada grupo. En las que al finalizar cada una se elegirá el ganador de cada grupo. <p>Se disputarán partidos de 5` cada uno o ganará el partido el primer jugador que llegue a 21 puntos. Los alumnos descalificados actuarán como árbitros en los partidos de sus compañeros. El número total de campos de bádminton es de 10. Por lo que los alumnos que estén descansando actuaran como árbitros en los partidos.</p> <p>Calentamiento: Carrera continua. Después se alterna elevación de rodillas con elevación de talones a los glúteos. Carrera lateral cruzando piernas. Ejercicios de movilidad articular del tren superior: hombros (circunducciones), codos (flexo-extensión) y muñecas. Ejercicios de estiramientos desde los miembros superiores, pasando por el tronco y finalizando por las extremidades inferiores</p>		

Parte principal (30 minutos)

- Primera fase del torneo.

1 vs 2 15 vs 16
3 vs 4 17 vs 18
5 vs 6 19 vs 20
7 vs 8 21 vs 22
9 vs 10 23 vs 24
11 vs 12 25 vs 26
13 vs 14 27 vs 28

- Segunda fase del torneo.

Los ganadores de la primera fase conformarán el grupo A. y los perdedores conformarán el grupo B. En esta segunda fase se volverán a disputar partidos entre los miembros de cada grupo. Se seguirá la misma dinámica que en la primera fase.

GRUPO A	GRUPO B
1 vs 2	1 vs 2
3 vs 4	3 vs 4
5 vs 6	5 vs 6
7 vs 8	7 vs 8
9 vs 10	9 vs 10
11 vs 12	11 vs 12
13 vs 14	13 vs 14

Vuelta a la calma
(10 minutos)

Visión general del torneo. Recuento de puntuaciones.
Estiramientos.

4. METODOLOGÍA

4.1 Técnicas de enseñanza

- Instrucción directa
- Descubrimiento

4.2 Estilos de enseñanza

- Enseñanza recíproca
- Grupos reducidos
- Mando directo

5. RECURSOS DIDÁCTICOS

5.1 Humanos

1 profesor
28 alumnos

5.2 Especiales

Pabellón

5.3 Materiales

Raquetas y volantes de bádminton
Redes de Badminton
Cronómetro

6. TRATAMIENTO TRANSVERSAL

Apoyar la igualdad de género.

Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentando el respeto por la diversidad cultural.

7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

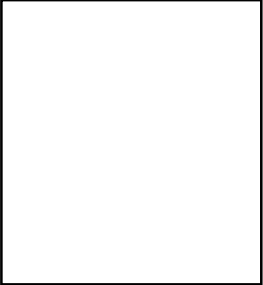
El alumno con hipoacusia no tendrá ninguna dificultad para seguir esta sesión, aun así, se le recordará contra quien tiene que jugar en el torneo para asegurarnos que es consciente de ello.

Los alumnos que no traigan ropa deportiva y/o que estén lesionados y no puedan realizar la práctica, actuarán como árbitros y podrán dar feedbacks positivos a sus compañeros. Además, estos alumnos se encargarán de hacer los grupos de la competición y de decir contara quien se tiene que enfrentar cada alumno en la competición.

SESIÓN: 11	U.D. 2 - Primer Trimestre	FECHA: 11-12-2018																
1. OBJETIVOS DE LA SESIÓN																		
<ul style="list-style-type: none"> - Poner en práctica todos los elementos técnicos aprendidos. - Iniciación a los torneos de Bádminton - Familiarización con la táctica en el juego de individuales. 																		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, AA, CSC, SIEE																		
3. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE																		
Parte inicial (15 minutos)																		
<p>Calentamiento: Carrera continua. Después se alterna elevación de rodillas con elevación de talones a los glúteos. Carrera lateral cruzando piernas. Ejercicios de movilidad articular del tren superior: hombros (circunducciones), codos (flexo-extensión) y muñecas. Ejercicios de estiramientos desde los miembros superiores, pasando por el tronco y finalizando por las extremidades inferiores</p>																		
Parte principal (30 minutos)																		
<p>Continuaremos con la segunda fase del torneo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Segunda fase del torneo. <p>Los ganadores de la primera fase conformarán el grupo A. y los perdedores conformarán el grupo B. En esta segunda fase se volverán a disputar partidos entre los miembros de cada grupo. Se seguirá la misma dinámica que en la primera fase.</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">GRUPO A</th> <th style="width: 50%;">GRUPO B</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1 vs 2</td><td>1 vs 2</td></tr> <tr><td>3 vs 4</td><td>3 vs 4</td></tr> <tr><td>5 vs 6</td><td>5 vs 6</td></tr> <tr><td>7 vs 8</td><td>7 vs 8</td></tr> <tr><td>9 vs 10</td><td>9 vs 10</td></tr> <tr><td>11 vs 12</td><td>11 vs 12</td></tr> <tr><td>13 vs 14</td><td>13 vs 14</td></tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> - Realizaremos la tercera ronda que constara de 4 encuentros por cada grupo. - La cuarta ronda será la semifinal. - La quinta ronda será la final del torneo. 			GRUPO A	GRUPO B	1 vs 2	1 vs 2	3 vs 4	3 vs 4	5 vs 6	5 vs 6	7 vs 8	7 vs 8	9 vs 10	9 vs 10	11 vs 12	11 vs 12	13 vs 14	13 vs 14
GRUPO A	GRUPO B																	
1 vs 2	1 vs 2																	
3 vs 4	3 vs 4																	
5 vs 6	5 vs 6																	
7 vs 8	7 vs 8																	
9 vs 10	9 vs 10																	
11 vs 12	11 vs 12																	
13 vs 14	13 vs 14																	
Vuelta a la calma (10 minutos)	<p>Visión general del torneo. Recuento de puntuaciones. Estiramientos.</p>																	
4. METODOLOGÍA																		
<p>4.1 Técnicas de enseñanza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Instrucción directa - Descubrimiento 		<p>4.2 Estilos de enseñanza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enseñanza recíproca - Grupos reducidos - Mando directo 																
5. RECURSOS DIDÁCTICOS																		
<p>5.1 Humanos</p> <p>1 profesor 27 alumnos</p>	<p>5.2 Especiales</p> <p>Pabellón</p>	<p>5.3 Materiales</p> <p>Raquetas, volantes y redes de bádminton, Cronómetros</p>																
6. TRATAMIENTO TRANSVERSAL																		
<p>Apoyar la igualdad de género. Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural.</p>																		
7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD																		
<p>El alumno con hipoacusia no tendrá ninguna dificultad para seguir esta sesión, aun así, se le recordará contra quien tiene que jugar en el torneo para asegurarnos que es consciente de ello. Los alumnos que no traigan ropa deportiva y/o que estén lesionados y no puedan realizar la práctica, actuarán como árbitros y podrán dar feedbacks positivos a sus compañeros. Además, estos alumnos se encargarán de hacer los grupos de la competición y de decir contara quien se tiene que enfrentar cada alumno en la competición.</p>																		

SESIÓN: 12	U.D. 2 - Primer Trimestre	FECHA: 13-12-2018
1. OBJETIVOS DE LA SESIÓN		
<ul style="list-style-type: none"> - Poner en práctica todos los elementos técnicos aprendidos. - Iniciación a los torneos de Bádminton - Familiarización con la táctica en el juego de individuales. 		
2. COMPETENCIAS CLAVE: CL, AA, CSC, SIEE		
3. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE		
Parte inicial (15 minutos)		
Calentamiento:		
<p>Carrera continua. Después se alterna elevación de rodillas con elevación de talones a los glúteos. Carrera lateral cruzando piernas. Ejercicios de movilidad articular del tren superior: hombros (circunducciones), codos (flexo-extensión) y muñecas. Ejercicios de estiramientos desde los miembros superiores, pasando por el tronco y finalizando por las extremidades inferiores</p>		
Parte principal (30 minutos)		
<p>De no haber finalizado la semifinal o final. Lo realizaremos en esta sesión. Los alumnos que ya estén descalificados se pondrán en parejas y se realizará un torneo de bádminton alternativo al original por parejas.</p>		
Vuelta a la calma (10 minutos)	<p>Visión general del torneo. Recuento de puntuaciones. Estiramientos.</p>	
4. METODOLOGÍA		
4.1 Técnicas de enseñanza	4.2 Estilos de enseñanza	
<ul style="list-style-type: none"> - Instrucción directa - Descubrimiento 	<ul style="list-style-type: none"> - Enseñanza recíproca - Grupos reducidos - Mando directo 	
5. RECURSOS DIDÁCTICOS		
5.1 Humanos	5.2 Especiales	5.3 Materiales
<p>1 profesor 28 alumnos</p>	<p>Pabellón</p>	<p>Raquetas y volantes de bádminton Redes de Badminton Cronometro.</p>
6. TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
<p>Apoyar la igualdad de género. Prevenir la violencia y la discriminación social, fomentado el respeto por la diversidad cultural.</p>		
7. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>El alumno con hipoacusia no tendrá ninguna dificultad para seguir esta sesión, aun así, se le recordará contra quien tiene que jugar en el torneo para asegurarnos que es consciente de ello. Los alumnos que no traigan ropa deportiva y/o que estén lesionados y no puedan realizar la práctica, actuarán como árbitros y podrán dar feedbacks positivos a sus compañeros. Además, estos alumnos se encargarán de hacer los grupos de la competición y de decir contara quien se tiene que enfrentar cada alumno en la competición.</p>		

Anexo 2. Ficha del alumno

ALUMNO/A: _____	
CURSO: _____	
<ul style="list-style-type: none">• ¿Su hijo/a padece alguna enfermedad o tipo de lesión física que le incapacite parcial o totalmente para la realización de actividades propias de la enseñanza de Educación Física?	
SI	NO
<ul style="list-style-type: none">• En el caso de que la respuesta sea afirmativa, explique a continuación las causas por las que su hijo/a no puede realizar Educación Física ya sea de una manera parcial o total, y en tal caso adjunte fotocopia del informe médico.	
_____ _____ _____	
<ul style="list-style-type: none">• En el desarrollo de algunas actividades, se va a utilizar grabaciones de dichas las mismas como herramienta pedagógica para la evaluación, autoevaluación y mejora del aprendizaje. ¿Autoriza el uso de estas herramientas?	
SI	NO
<ul style="list-style-type: none">• Igualmente informarles que el Departamento de E.F. tiene previsto realizar durante este curso escolar algunas actividades que, por sus características, tendrán lugar en un entorno natural o en zonas deportivas próximas al centro durante la sesión o sesiones de E.F. y siempre dentro del horario escolar.	
Firma del padre/madre o tutor legal del alumno/a: _____	
En Meco, ____ de _____ de 201__	

Anexo 3. Objetivos generales de Etapa

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

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

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

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

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

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

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

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

- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.
- l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación

Anexo 4. Calendario escolar 2018-2019

Calendario escolar 2018-19

Septiembre 2018								Octubre 2018								Noviembre 2018							
L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D	
					1	2		1	2	3	4	5	6	7					1	2	3	4	
3	4	5	6	7	8	9		8	9	10	11	12	13	14		5	6	7	8	9	10	11	
10	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21		12	13	14	15	16	17	18	
17	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28		19	20	21	22	23	24	25	
24	25	26	27	28	29	30		29	30	31						26	27	28	29	30			

Diciembre 2018								Enero 2019								Febrero 2019							
L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D	
					1	2			1	2	3	4	5	6						1	2	3	
3	4	5	6	7	8	9		7	8	9	10	11	12	13		4	5	6	7	8	9	10	
10	11	12	13	14	15	16	17	14	15	16	17	18	19	20		11	12	13	14	15	16	17	
17	18	19	20	21	22	23	24	21	22	23	24	25	26	27		18	19	20	21	22	23	24	
24	25	26	27	28	29	30		28	29	30	31					25	26	27	28				
31																							

Marzo 2019								Abril 2019								Mayo 2019							
L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D	
				1	2	3		1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4	5	
4	5	6	7	8	9	10		8	9	10	11	12	13	14		6	7	8	9	10	11	12	
11	12	13	14	15	16	17		15	16	17	18	19	20	21		13	14	15	16	17	18	19	
18	19	20	21	22	23	24		22	23	24	25	26	27	28		20	21	22	23	24	25	26	
25	26	27	28	29	30	31		29	30							27	28	29	30	31			

Junio 2019								Julio 2019							
L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D	
					1	2		1	2	3	4	5	6	7	
3	4	5	6	7	8	9		8	9	10	11	12	13	14	
10	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	
17	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	
24	25	26	27	28	29	30		29	30	31					

A efectos académicos:

- Inicio periodo lectivo
- Día lectivo
- Día lectivo E.Infant/Casas Niños
- Día no lectivo excepto Junio en sus
- Jornada INTENSIVA
- Día festivo/vacacional
- Otros días no lectivos
- Fiesta Madrid/Capital
- Último día lectivo
- Inicio de período apoyo/refuerzo
- Finalización evaluación final

Anexo 5. Técnicas de enseñanza

- **Instrucción Directa:** esta técnica se basa en el aprendizaje por imitación o por modelos. Aquellos contenidos que requieran una mayor seguridad, utilizaremos este estilo de enseñanza con el fin de realizar actividades de desarrollo que permitan asentar los conocimientos básicos. Esta técnica, va a estar presente en casi todas las Unidades Didácticas, pero sobre todo en aquellas relacionadas con deportes ya que como encontramos en Corrales (2009), es muy útil para trabajar la técnica, siempre y cuando se respete la progresión de los ejercicios.
- **Descubrimiento:** Esta técnica se basa en la no instrucción. Va a ser la técnica de enseñanza principal en la programación didáctica, ya que permitirá una serie de aprendizajes más significativos por parte del alumnado. Además, cumplirá uno de los objetivos de la programación que es el aumento de compromiso motor y de la motivación. Además, nos servirá para actividades que busquen un aumento del desarrollo de las competencias y donde esté presente el trabajo en grupo.
- **Diseño del alumno:** Con una presencia mínima por parte del profesor, los alumnos podrán desarrollar un aprendizaje individualizado que ayude a adoptar diferentes roles. Esta técnica de enseñanza estará presente en las Unidades Didácticas 6 y 7, donde el alumno enseñará a sus compañeros mediante diferentes actividades propuestas. Esto también permitirá un desarrollo competencial durante la programación didáctica. Esta técnica, favorece la motivación del alumnado, mayor compromiso y sobre todo y uno de los objetivos de esta programación, la adherencia a la práctica deportiva como encontramos en Baena-Extremera et al. (2013).

Anexo 6. Estilos de Enseñanza

- **Estilos de enseñanza tradicionales:**
 - Mando directo: será utilizado en algunas Unidades Didácticas que requiera dar conocimientos teóricos.
 - Mando directo modificado: Vamos a encontrar este estilo de enseñanza en Unidades Didácticas con el fin de que se trabaje y se conozca la técnica básica de cada deporte. Por ejemplo, en la unidad didáctica 1, se trabajará para aprender la técnica correcta de los contenidos de esta unidad.
 - Asignación de tareas: Encontraremos actividades donde los alumnos tengan diferentes roles dentro de un grupo, ya sea para trabajar la táctica de los deportes colectivos, desde diferentes puntos de vista, o para aprender aspectos de reglamento.
- **Estilos de enseñanza individualizadores:**
 - Grupos de nivel: se utilizará en la Unidad Didáctica 5, para facilitar el aprendizaje del alumnado que no haya realizado nunca este tipo de actividad, mientras que los alumnos más avanzados puedan tener mayor libertad e ir más allá de los contenidos básicos.
- **Estilos de enseñanza participativos:**
 - Grupos reducidos: Este estilo de enseñanza se va a poner en práctica con el fin de favorecer el trabajo en grupo. Es un estilo de enseñanza que nos permite dotar de responsabilidad al alumnado entre iguales, y aumento de la participación de cada uno de ellos en grupos más pequeños.
 - Enseñanza recíproca: Servirá para asentar la técnica y obtener un aprendizaje más significativo, consiguiendo que el alumno adquiera los puntos más importantes para la correcta ejecución de algún movimiento. Además, ayudará a lograr una autonomía por parte del alumnado y una responsabilidad para ayudarse entre compañeros.
 - Autoenseñanza: Las actividades en las que los alumnos puedan dirigir la sesión, tras haber adquirido unos conocimientos básicos, aumentarán la motivación del alumnado y la participación de este en el proceso de enseñanza aprendizaje. El hecho de reflexionar sobre por qué hacer una cosa u otra, les ayudará a asentar los aprendizajes. Este estilo de enseñanza se llevará a la práctica siempre en grupos.

- **Estilos de enseñanza socializadores:**

- Philips 66: El fin de estas actividades, es conseguir que los alumnos tengan voz para expresarse en algún momento dado. Los alumnos que menos participen, por su forma de ser, lo tendrán más fácil en grupo pequeño y con un tiempo determinado para hablar.
- Brainstorming: Esto nos ayudará a conocer los intereses de los alumnos, así como conocer su manera de pensar. Reflexionar sobre diferentes temas les ayudará a generar debate y a adquirir aprendizajes competenciales. Nos puede ayudar a ver en qué contenidos flojean más para evaluar nuestra práctica y corregir algunas cosas. Para favorecer la participación de todos los alumnos, se realizará primero en grupos, y luego en el grupo grande.
- Inclusión: Las actividades de sensibilización y con fines cooperativos, nos ayudarán a incluir a los alumnos nuevos, así como aquellos que más lo necesiten con el fin de crear un buen ambiente dentro del aula.

- **Estilos de enseñanza cognitivos:**

- Descubrimiento guiado: Permitirán al alumnado desarrollar acciones cognitivas aumentando la motivación de este, al estar tan presente en su proceso de enseñanza aprendizaje.
- Resolución de problemas: El alumno hará uso de la indagación y de la investigación para llevar a cabo tareas que le permitirán asentar sus conocimientos de una manera más significativa y aumentando la creatividad. El uso de este estilo de enseñanza, en actividades que se realizarán en pequeños grupos, favorecerán el debate y la reflexión de los alumnos

Anexo 7. Contenidos de Inglés de 1º ESO

A) Funciones del lenguaje y gramática.

- Identificación de elementos morfológicos básicos y habituales en el uso de la lengua: artículo, sustantivo, verbo, adjetivo, adverbio, preposición, etc.
- Uso de estructuras y funciones básicas relacionadas con las situaciones cotidianas más predecibles.
- Saludar. Dar, pedir y comprender información personal. Fórmulas y saludos. Verbos *be* y *have got*. Pronombres personales, demostrativos e interrogativos. Artículos. Singular y plural del sustantivo. Orden de palabras: adjetivo + sustantivo. Adjetivos en posición predicativa. Posesivos. Genitivo sajón. Preposiciones: *on, in, from, at*, etc. Números de teléfono. Numerales cardinales. Formación de palabras.
- Dar y pedir y comprender instrucciones y direcciones. Imperativos. Fórmulas: *How can I get to the Post Office?* Números ordinales.
- Describir y comparar personas, lugares y cosas, pidiendo y dando información sobre las mismas. Presente simple. *There is/there are*. Adjetivos calificativos. Preposiciones de lugar. *Countable & uncountable nouns*.
- Expresar hábitos, gustos, habilidades, conocimientos y estados físicos y anímicos. Presente simple con adverbios de frecuencia. *Can. Like /love/dislike /don't like/hate* + sustantivos. Preposiciones de lugar y de tiempo. Adverbios de modo. Conectores. Expresiones que denoten hora, día y fecha.
- Dar, pedir y comprender información sobre acciones en curso contrastando con las habituales. Presente continuo en contraste con el presente simple. Expresiones temporales: *now, today*, etc. Indefinidos.
- Describir y narrar hechos pasados. Pasado simple de *be*. *There was/were*. Pasado simple de verbos regulares e irregulares. Adverbios y frases adverbiales: *yesterday, last week*, etc. Expresar planes e intenciones para el futuro. Presente continuo con valor de futuro. *Be going to*. Adverbios y frases adverbiales: *tomorrow, next week*, etc.
- Hacer sugerencias y contestar. *Let's. Why don't we...? Shall we+* infinitivo. Respuestas de aceptación o rechazo: *Great! That's a good idea. Oh no!*
- Expresar obligación. *Must/mustn't*.

B) Léxico.

- Identificación y uso de expresiones comunes, de frases hechas sencillas y de léxico relativo a contextos concretos y cotidianos y a contenidos de otras materias del currículo.
- La fecha. Los días de la semana. Las estaciones y los meses del año. El clima. Países y nacionalidades. El aula. Las partes del cuerpo. El entorno familiar y escolar. Los edificios/lugares de un pueblo/ciudad. Los colores.
- Fórmulas y expresiones.

C) Fonética.

- Identificación de algunos símbolos fonéticos con pronunciación de fonemas de uso frecuente: pronunciación de la terminación /s/, /z/, /iz/ en el presente simple, pronunciación de la terminación *-ing*, pronunciación de la terminación *-ed* en el pasado simple, formas débiles.
- Reconocimiento y producción de patrones básicos de ritmo, entonación y acentuación de palabras y frases.

Anexo 8. Contenidos de la asignatura Tecnología, Programación y Robótica 1º de la ESO.

1. Internet: páginas Web, aplicaciones que intercambian datos.
 - Uso seguro de Internet.
2. Privacidad y responsabilidad digital.
3. Herramientas de programación por bloques
4. Aplicaciones para dispositivos móviles.
5. Proyectos tecnológicos
 - Fases del proyecto tecnológico y su documentación
 - Representación gráfica en proyectos tecnológicos.
 - Innovación y creatividad tecnológica.
 - Proyectos de desarrollo de aplicaciones informáticas.
6. Materiales de uso tecnológico
7. Electricidad y circuitos eléctricos en continua.
 - Análisis, simulación, montaje y medida de circuitos

Anexo 9. Criterios de evaluación del Primer Ciclo de la ESO.

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
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.
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.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.
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.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
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.
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.

Anexo 10. Estándares de aprendizaje evaluables.

- 1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
 - 1.2 Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
 - 1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
 - 1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
 - 1.5 Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.
-
- 2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
 - 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
 - 2.3 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
 - 2.4 Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
-
- 3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
 - 3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
 - 3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.
 - 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
-
- 4.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
 - 4.2 Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.

- 4.3 Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva
- 4.4 Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
- 4.5 Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
- 4.6 Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
- 5.1. 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.
- 6.1. 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.
- 7.1. 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.

- 8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físicodeportivas.
- 8.2 Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físicodeportivas.
- 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.
- 9.1 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.

- 10.1. 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.