

# Trabajo Fin de Máster

Máster universitario en formación del profesorado de E.S.O.,  
Bachillerato, FP, y Enseñanza de idiomas



Universidad  
de Alcalá

## Programación Didáctica para 4<sup>a</sup> de la ESO

Colegio Luz Casanova Usera

Autor: Sergio López de la Varga

Tutor: Víctor Tejeiro Sandomingo

## Índice

1. Introducción .....	5
2. Análisis de la realidad del centro y de su entorno.....	6
2.1. Trayectoria del centro educativo.....	6
2.2. Ubicación, entorno y oferta educativa.....	6
2.3. Características psicoevolutivas del alumnado.....	8
2.4. Análisis del contexto interno y externo del centro.....	10
3. Competencias clave.....	11
4. Objetivos generales, de departamento y didácticos .....	12
5. Contenidos.....	15
6. Temporalización de los contenidos: Las Unidades Didácticas .....	17
7. Intervención didáctica y metodológica en la Programación .....	19
8. Actividades de enseñanza, aprendizaje, complementarias y extraescolares.....	29
9. Recursos didácticos espaciales y materiales .....	32
10. Interdisciplinariedad e intradisciplinariedad .....	34
10.1. Interdisciplinariedad.....	34
10.2. Intradisciplinariedad.....	38
11. Tratamiento transversal .....	39
12. Innovación educativa.....	40
13. Atención a la diversidad .....	43
14. Evaluación.....	46
14.1. Evaluación del proceso de aprendizaje .....	46
14.2. Evaluación del profesor.....	53
14.3. Temporalización de la evaluación.....	54
14.4. Medidas de recuperación.....	55
15. Conclusión.....	56

16. Bibliografía.....	57
19. Anexos.....	61
Anexo 1. Unidad Didáctica 2. “Cuesta arriba y sin frenos”.....	61
Anexo 2. Coordinación con los recursos humanos y entidades implicadas en el proceso educativo .....	131
Anexo 3. Descriptores e indicadores de la Competencias Clave de la Programación .....	134
Anexo 4. Niveles de logro de las Competencias Clave de la Programación .....	137
Anexo 5. Objetivos generales de etapa del Primer Nivel de Concreción Curricular .....	143
Anexo 6. Objetivos generales de etapa del Segundo Nivel de Concreción Curricular .....	145
Anexo 7. Jerarquización vertical Objetivos Generales de Etapa-Objetivos de Departamento-Objetivos didácticos .....	146
Anexo 8. Contribución de OGE a la adquisición de competencias .....	147
Anexo 9. Contenidos en el Primer Nivel de Concreción Curricular.....	148
Anexo 10. Contenidos en el Segundo Nivel de Concreción Curricular.....	150
Anexo 11. Relación entre los contenidos, los objetivos y las competencias .....	152
Anexo 12. Calendario académico.....	153
Anexo 13. Desglose de las Unidades Didácticas. ....	154
Anexo 14. Resumen de la Unidad Didáctica 1.....	155
Anexo 15. Resumen de la Unidad Didáctica 2.....	157
Anexo 16. Resumen de la Unidad Didáctica 3.....	160
Anexo 17. Resumen de la Unidad Didáctica 4.....	162
Anexo 18. Resumen de la Unidad Didáctica 5.....	164
Anexo 19. Resumen de la Unidad Didáctica 6.....	166
Anexo 20. Resumen de la Unidad Didáctica 7.....	168
Anexo 21. Resumen de la Unidad Didáctica 8.....	170
Anexo 22. Resumen de la Unidad Didáctica 9.....	172
Anexo 23. Resumen de la Unidad Didáctica 10.....	174
Anexo 24. Resumen de la Unidad Didáctica 11.....	176

Anexo 25. Resumen de la Unidad Didáctica 12.....	178
Anexo 26. Test inicial de la asignatura .....	180
Anexo 27: Modelo autorización excursiones .....	181
Anexo 28: Modelo autorización fotos/vídeos .....	182
Anexo 29. Relación entre las actividades de enseñanza-aprendizaje y las Unidades Didácticas. ....	183
Anexo 30. Interdisciplinariedad Unidad Didáctica 2. Relación de materias y contenidos. ....	184
Anexo 31. Interdisciplinariedad Unidad Didáctica 3. Relación de materias y contenidos. ....	185
Anexo 32. Interdisciplinariedad Unidad Didáctica 4. Relación de materias y contenidos. ....	186
Anexo 33. Interdisciplinariedad Unidad Didáctica 6. Relación de materias y contenidos .....	187
Anexo 34. Interdisciplinariedad Unidad Didáctica 8. Relación de materias y contenidos .....	188
Anexo 35. Interdisciplinariedad Unidad Didáctica 12. Relación de materias y contenidos .....	189
Anexo 36. Documento Individual de Adaptación curricular para alumno con hipoacusia leve. ....	191
Anexo 37. Documento Individual de Adaptación curricular para alumna con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) .....	194
Anexo 38. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje en el Primer Nivel de Concreción Curricular. ....	198
Anexo 39. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje en el Segundo Nivel de Concreción Curricular. ....	203
Anexo 40. Relación de las competencias clave con OGE, contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje. ....	208
Anexo 41. Relación entre los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje con las competencias y los instrumentos de evaluación en cada Unidad Didáctica. ....	209
Anexo 42. Relación de los estándares de aprendizaje con los distintos saberes .....	211
Anexo 43. Ejemplo de estimación de porcentajes para la Unidad Didáctica 2. Relación de estándares, saberes, ponderación y competencias con instrumentos de evaluación. ....	214

Anexo 44. Instrumento de evaluación: Lista de control para diario del alumno en las Unidades Didácticas 3-7-9 y 11. ....	216
Anexo 45. Instrumento de evaluación: Escala de valoración numérica para la Unidad Didáctica 3.....	217
Anexo 46. Instrumento de evaluación: Lista de control para la Unidad Didáctica 7.....	218
Anexo 47. Instrumento de evaluación: Escala de valoración numérica para la Unidad Didáctica 9.....	219
Anexo 48. Instrumento de evaluación: Lista de control para la Unidad Didáctica 11.....	220
Anexo 49. Instrumento de evaluación: Lista de control para la Unidad Didáctica 2.....	221
Anexo 50. Instrumento de evaluación: Escala de valoración numérica para la Unidad Didáctica 4.....	222
Anexo 51. Instrumento de evaluación: Escala de valoración descriptiva para la Unidad Didáctica 10.....	223
Anexo 52. Instrumento de evaluación: Lista de control para diario del alumno en las Unidades Didácticas 6 y 8.....	224
Anexo 53. Instrumento de evaluación: Escala de valoración descriptiva para la Unidad Didáctica 6.....	225
Anexo 54. Instrumento de evaluación: Escala de valoración descriptiva para la Unidad Didáctica 8.....	226
Anexo 55. Instrumento de evaluación: Registro anecdótico para las Unidades Didácticas 5 y 12.....	227
Anexo 56. Instrumento de evaluación: Lista de control para diario del alumno en las Unidades Didácticas 5 y 12 para repartir nota. ....	228
Anexo 57. Relación entre Unidades Didácticas e instrumentos de evaluación .....	229
Anexo 58. Instrumento de evaluación: Cuestionario de heteroevaluación del alumnado al docente .....	230
Anexo 59. Instrumento de evaluación: Lista de control para autoevaluación docente tras cada sesión para nuestro diario del docente.....	232
Anexo 60. Ejemplo de contrato didáctico para nuestra programación .....	233

## **1. Introducción**

El principal propósito por el que se desarrolla la presente programación, que será de aula para el curso académico 2019/2020 es ordenar y planificar los contenidos, objetivos, actividades de enseñanza aprendizaje y metodología que se van a llevar a cabo en la materia de Educación Física concretamente para los alumnos de 4ºESO del Colegio Luz Casanova de Usera ubicado en el distrito madrileño de Usera (Madrid).

Para el desarrollo de esta programación se ha seguido la normativa vigente del actual sistema educativo. Por un lado ha sido utilizado el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato; mientras que de manera más específica dentro de la concreción curricular ha sido empleado el DECRETO 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria.

La programación ha sido realizada siguiendo la jerarquización vertical en los distintos niveles curriculares, especificando y concretando al máximo posible. La misma contará con un total de 12 Unidades Didácticas en las cuales se imparten todos los contenidos exigidos por Decreto, incluso añadimos un contenido extracurricular como es el ciclismo.

Resultarán muchos elementos curiosos en nuestra programación por ello la consideramos innovadora. La consideramos así desde un principio y con la organización y distribución de las Unidades Didácticas no se sigue lo cotidiano sino que echamos mano de Unidades Didácticas alternas o de tiempo compartido, intermitentes y las irregulares o transversales. El objetivo que perseguiremos con ello será dotar de significatividad el proceso de enseñanza-aprendizaje, de ahí que adquiera gran peso en nuestra programación el uso de los modelos deportivos para impartir diversas metodologías en las cual el alumno adquiere protagonismo y capacidad crítica. A ello le añadimos las diversas interdisciplinariades llevadas a cabo a lo largo del curso, destacando la realizada al finalizar el curso que involucra a gran parte del centro y dos etapas educativas diferentes como son educación primaria y secundaria. Para culminar con nuestra innovación, en los procesos evaluativos dotamos de voz y voto a nuestros alumnos.

En la asignatura de educación física primará la participación activa del alumnado en su proceso de enseñanza con la finalidad de favorecer la experimentación, la autonomía, el trabajo en equipo, la libertad creativa y la adquisición de las competencias: aprender a aprender, social y ciudadana y autonomía e iniciativa personal. Todo ello se realiza con el fin de formar personas

competentes en todas sus dimensiones para el futuro, buscando atajar problemas como la inactividad física, obesidad, malos hábitos etc. que influyen de forma negativa sobre la salud.

Por último debemos enumerar el Anexo 1 donde veremos el desarrollo de nuestra Unidad Didáctica 2 y un claro ejemplo de lo expuesto con anterioridad, reflejando el aprendizaje significativo. Mientras que en el Anexo 2 encontraremos la coordinación con los diferentes docentes, empresas y trabajadores necesarios para el desarrollo de nuestra labor docente.

## **2. Análisis de la realidad del centro y de su entorno**

Las características de contexto donde se lleva a cabo la programación son esenciales para su desarrollo, por lo que se analizarán y valorarán para su diseño, ya que influirá en la elaboración de su programación. Así se afirma que es necesario el análisis del entorno socioeconómico y geográfico que rodea el centro y su influencia en nuestra intervención docente (Viciano, 2002)

### **2.1. Trayectoria del centro educativo.**

El Colegio Luz Casanova de Usera, perteneciente desde el 1 de septiembre de 2010 a la FEyE hunde sus raíces en 1934, cuando las Apostólicas del Corazón de Jesús, animadas por su fundadora Luz Casanova, sintieron la necesidad de hacerse presentes en Usera al descubrir a los niños en sus calles sumidos en la pobreza. La guerra no frenó el proyecto, pues lo hicieron realidad sus seguidoras en la Calle Madre de Dios, construyendo un colegio que fue inaugurado el 8 de enero de 1957 con el nombre de *Colegio Madre de Dios*. Siempre procuraron educar integralmente al alumnado, anunciando la buena noticia del Evangelio, a la par que ofrecían la educación más adecuada en cada momento. Progresivamente pasó a ser mixto, a ofertar en 1975 la Formación Profesional de Primer Grado (mecnografía), a acceder a las subvenciones y a concertar el centro. La apertura y cercanía, la sencillez y el compromiso de acompañarles con cariño y profesionalidad en su crecimiento, han sido y son señas de identidad de nuestro colegio.

Esta historia se sigue escribiendo día a día, con renovada ilusión y esperanza, pues desde la FEyE se van afrontando aquellos retos que permiten al colegio seguir siendo una buena oferta educativa cristiana en el barrio

### **2.2. Ubicación, entorno y oferta educativa.**

#### **• Ubicación y entorno**

El Colegio Luz Casanova Usera está situado en el distrito de Usera, delimitado por el río Manzanares, Puente de Praga, el paseo de Santa María de la Cabeza, Fernández Ladreda, la carretera A-42 y la M-40. Además delimita con los barrios de Carabanchel, con el distrito de

Arganzuela, Puente de Vallecas y con Villaverde. El distrito se conforma por 7 barrios: Orcasitas, Orcasur, San Fermín, Almendrales, Moscardó, Zofío y Pradolongo (nuestro centro).

La ubicación exacta de nuestro se localiza en la Calle Mariano Vela, 35 o Calle Madrideojos 34-28026. Se podrá acceder andando, en coche o en transporte público:

- Metro: Línea 6 – Parada Usera.
- Autobús: 6, 47, 81 y 247.

El distrito de Usera tiene una superficie de 7,78 km cuadrados donde habitan un total de 134.791 habitantes. El nivel socioeconómico de la población de Usera se considera en los últimos años medio gracias a la recuperación del mismo, pero con un significativo porcentaje de población inmigrante y marginación social. La historia reivindica que fueron tierras de agricultores, que con el tiempo fue evolucionando hasta el impacto sufrido por la drogadicción y la inseguridad en los años 80. Hechos acontecidos de los que quedan huellas, pero que se vieron disminuídos por la revitalización del barrio en los años 2000 al convertirse en el barrio chino (contando con un total de 11 000 ciudadanos chinos) de Madrid por excelencia.

- **Oferta educativa del centro**

La oferta educativa actual, continúa siendo la misma debido a la limitación del espacio y la imposibilidad de abrir nuevas líneas en nuestro centro educativo. De esta manera presentamos un grupo por curso en 1º, 2º y 3º de la ESO. En el caso de 4º ESO también se abrirá una sola línea, sin embargo habrá desdobles cuando cursen las asignaturas de su especialidad ya sean las académicas o las aplicadas.

### **Tabla 1**

*Niveles educativos ofertados. Elaboración propia*

Educación Infantil	Educación Primaria	Educación Secundaria
1º, 2º y 3º	1º, 2º, 3º, 4º, 5º y 6º	1º, 2º y 3º ESO 4º ESO (Modalidad aplicadas y académica)

*Nota.* Elaboración propia

El itinerario con el cual contamos en nuestro centro en 4º de la ESO será el mostrado a continuación según el itinerario que decida cursar cada alumno

**Tabla 2***Itinerarios y materias ofertadas.*

Itinerario A	Itinerario B	Itinerario C
	- Geografía e Historia	
	- Lengua Castellana y Literatura	
	- Matemáticas Orientadas a las Enseñanzas Académicas (A y C) O Aplicadas (C)	
	- Primera Lengua Extranjera: Inglés	
- Biología y Geología	- Tecnología	- Biología y Geología
- Tecnología	- Ciencias Aplicadas a la Actividad Profesional	- Física y Química
	- Educación Física	
	- Religión	
	- Tecnologías de la Información y la Comunicación.	
	- Educación Plástica, Visual y Audiovisual	

Nota. Elaboración propia

**2.3. Características psicoevolutivas del alumnado.**

Uno de los factores fundamentales con los que como docentes tenemos que lidiar y prevenir en nuestra programación es el alumnado al que va dirigida nuestra programación. Por tanto, a la hora de planificar los elementos didácticos, además de conocer las características generales psicoevolutivas de la etapa en la que se encuentran inmersos en los diferentes ámbitos de la conducta humana (cognitivo, motor y socio-afectivo), debemos indagar en las características específicas que conforman al grupo en relación con sus conductas, expectativas, motivaciones y necesidades educativas, para adaptar nuestra programación a las necesidades y capacidades específicas de esos alumnos (Viciano, 2002).

En primera estancia y siguiendo la teoría del desarrollo cognitivo de Piaget citado en Pozo (1997) identificamos que nos encontramos último estadio (cuarto) por comprender la edad de (12 años en adelante). En esta etapa el niño aprende sistemas abstractos del pensamiento que le permiten usar la lógica proposicional, el razonamiento científico y el proporcional. De esta manera los alumnos tendrán la capacidad para resolver problemas a través de la clasificación, seriación u conservación; así como la capacidad de pensar de forma abstracta y reflexiva.

Estas apreciaciones y teorías de Piaget, nos dan pie a especificar de forma más concreta qué ocurre a esta edad. Dado que la edad de los alumnos se encuentra entre los 16 y 18 años de edad, atenderemos a las características generales y comunes que Pastor (2012) nos ofrece:

- *Inician su identidad como adultos, pero evitando asumir responsabilidades.*

- *Mayor confianza en ellos mismos.* Los alumnos al encontrarse en una etapa con mucha autoconfianza, les es más fácil proponer soluciones a partir de los conocimientos previos que han adquirido durante el curso.
- *Sienten especial interés por las relaciones interpersonales.* Nos permite un mejor trabajo en grupo y por equipos.
- *Tienen mayor interés por la competición.* Por lo cual habrá que procurar llevar las sesiones a un objetivo final en forma de competición sana.
- *Dan mucha importancia a la opinión de los demás sobre ellos mismos.* Habrá que permanecer alerta de las posibles discriminaciones tratando de prevenirlas.
- *No valoran a los demás como se valoran así mismos.* Los alumnos aprenden a escuchar a los demás y poco a poco ir admitiendo opiniones contrarias a las suyas, ya que a través de esta técnica el alumno se hace consciente de que hay más de una posible solución, y que su verdad no es absoluta.

En lo que a las características de nuestro grupo se refiere, esta programación va dirigida a los alumnos del único grupo de 4º ESO existente en el centro, compuesto por un total de 30 alumnos, de los cuales 14 son chicas y 16 son chicos. La mayoría de nuestros alumnos se corresponden con la edad al curso que realizan 15-16, a excepción de tres alumnos con 17 años y, un alumno que ha cumplido recientemente los 18. El grupo tiene una conformación similar a otros años en la que conviven alumnos de distintas etnias y razas, contando este año con la incorporación del alumno repetidor y que tiene 18 años y los otros tres alumnos repetidores pero que llevan en esta clase desde 2º de la ESO. Además contamos con cinco alumnos de origen asiático, en concreto de China, que permanecen en el centro desde primero de la ESO (3) y desde segundo de la ESO (2), dominando sin problema alguno el castellano. A esto le sumamos que tendremos un alumno con hipoacusia ligera (30dB) con un ritmo de aprendizaje similar al de la clase y una alumna con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad. Las características personales y adaptaciones curriculares no significativas que se tendrán que llevar a cabo se especificarán en el apartado 13 de atención a la diversidad y en los DIAC elaborados en los Anexos 36 y 37.

Al tratarse de un grupo que ya lleva trabajando juntos varios años, tenemos información previa recabada, notas, anotaciones propias y de otros docentes que nos confirman que el alumnado por lo general presenta buenas capacidades y disposición hacia nuestra asignatura, a excepción del alumno repetidor de 18 años que muestra actitudes y principios de abandono de la escuela, teniendo el reto de reengancharlo. Los otros grupos particulares con los que nos vamos a

encontrar son los alumnos de origen chino, que se defienden y manejan con el español y los alumnos con necesidades especiales que precisan de adaptaciones curriculares no significativas.

#### 2.4. Análisis del contexto interno y externo del centro.

Según París (1996), Martínez del Castillo (1988) y Campos Izquierdo (2010); citados en González y Campos (2014), la metodología más adecuada para analizar y diagnosticar el contexto interno y externo de una organización es la metodología DAFO, acrónimo de cuatro conceptos (París, 1996): debilidades (puntos débiles del centro), amenazas (aspectos externos que pueden afectar negativamente al centro), fortalezas (puntos fuertes del centro) y oportunidades (aspectos externos que pueden resultar positivos). Siguiendo esta línea procederemos a elaborar nuestra propia matriz DAFO.

**Tabla 3**

*Matriz DAFO Colegio Luz Casanova de Usera.*

Debilidades	Fortalezas
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presupuesto limitado.</li> <li>- No hay oferta de Bachillerato.</li> <li>- Conflictos internos provocados por la situación cultural.</li> <li>- Diversidad étnica que dificulta captar alumnos de otra índole.</li> <li>- Servicio de comedor escolar condicionado al número de alumnos.</li> <li>- Escasez de recursos internos en el gimnasio compartido por educación infantil, primaria y secundaria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Programa de intercambio.</li> <li>- Convenio con el Polideportivo Municipal de Orcasitas.</li> <li>- Jornadas de puertas abiertas.</li> <li>- Implicación del profesorado en actividades complementarias y extraescolares.</li> <li>- Plan especializado para alumnos de incorporación tardía y de alumnos que no conocen el idioma.</li> <li>- Actividades programadas por el Departamento de Orientación: charlas sobre violencia de género y drogas.</li> </ul>
Oportunidades	Amenazas
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elevado número de población marginal que precisa de nuestra intervención.</li> <li>- Presencia de polideportivos, parques (Zoffo y Pradolongo), rocódromo y pista de skate cercanos.</li> <li>- Proximidad de colegios de educación primaria de los que captar nuevos alumnos (San Luis Felca).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Centros de educación secundaria próximos (Rafaela Ybarra o San Viator).</li> <li>- Proximidad a un foco de conflicto que dificulta la captación de alumnos.</li> <li>- Existencia de un centro de reinserción social próximo.</li> </ul>

*Nota.* Elaboración propia.

### 3. Competencias clave

Según el Diario de la Unión Europea (2006) una competencia es la capacidad para utilizar conocimientos, destrezas y habilidades personales, sociales y metodológicas, en situaciones de trabajo o estudio y en el desarrollo profesional y personal. Campos Izquierdo (2010), establece que las competencias son los comportamientos observables que debe desarrollar una persona al poner en práctica los conocimientos, procedimientos, habilidades y actitudes de una forma integrada para realizar adecuada y eficientemente una determinada situación, actividad o desempeño profesional. Asimismo, estos comportamientos deben ser delimitados y evaluados de forma precisa. Para que una persona pueda desarrollar los comportamientos incluidos en las competencias establecidas, es preciso que estén los siguientes componentes: el saber (conocimiento), el saber hacer (habilidades y destrezas) y el saber estar (actitudes e intereses).

Para nombrar y explicar las competencias nos hemos basado en el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (2015) que refleja las competencias en la Orden ECD/65/2015.

1. *Competencia en comunicación lingüística*: Se refiere a la habilidad para utilizar la lengua, expresar ideas e interactuar con otras personas de manera oral o escrita.
2. *Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología*: La primera alude a las capacidades para aplicar el razonamiento matemático para resolver cuestiones de la vida cotidiana; la competencia en ciencia se centra en las habilidades para utilizar los conocimientos y metodología científicos para explicar la realidad que nos rodea; y la competencia tecnológica, en cómo aplicar estos conocimientos y métodos para dar respuesta a los deseos y necesidades humanos.
3. *Competencia digital*: Implica el uso seguro y crítico de las TIC para obtener, analizar, producir e intercambiar información
4. *Aprender a aprender*: Es una de las principales competencias, que implica que el alumno desarrolle su capacidad para iniciar el aprendizaje y persistir en él, organizar sus tareas y tiempo, y trabajar de manera individual o colaborativa tras un objetivo.
5. *Competencias sociales y cívicas*: Hacen referencia a las capacidades para relacionarse con las personas y participar de manera activa, participativa y democrática en la vida social y cívica.
6. *Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor*: Implica las habilidades necesarias para convertir las ideas en actos, como la creatividad o las capacidades para asumir riesgos y planificar y gestionar proyectos

7. *Conciencia y expresiones culturales*: Hace referencia a la capacidad para apreciar la importancia de la expresión a través de la música, las artes plásticas y escénicas o la literatura.

De forma más específica encontraremos los descriptores e indicadores de las competencias en nuestra programación en el Anexo 3. Mientras que aún más específicos los niveles de logro los mostramos a través del Anexo 4. Estos habrán sido desarrollados para ayudarnos a construir nuestros instrumentos de evaluación, sin olvidarnos de las competencias.

Un aspecto que se debe resaltar es que en el sistema educativo español no se ha considerado una *competencia motriz* para tener calidad de vida y aprender a lo largo de la vida (Méndez et al., 2009), lo que parece incongruente con el propósito educativo del desarrollo integral de la persona (Zapatero, 2014). Es tal su importancia que Gardner (1995) en su modelo de la Teoría de las Inteligencias Múltiples distingue una inteligencia kinestésica-corporal que se ocupa del cuerpo y de su movimiento. Actualmente, existe una necesidad de integrar la *competencia motriz* en el sistema educativo, dados los problemas que tienen los niños adolescente, tales como sobrepeso, disminución de hábitos de salud o niveles de actividad (Ruiz Pérez, 2012). Atendiendo a la LOMCE, es imprescindible que desde cada una de las materias se trabajen de manera transversal las competencias. Asimismo, según el proyecto del Real Decreto por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato de la LOMCE, para una adquisición eficaz de las competencias y su integración efectiva en el currículo, deberán diseñarse actividades de aprendizaje integradas que permitan al alumnado avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.

#### **4. Objetivos generales, de departamento y didácticos**

Atendiendo al Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, los objetivos serán los referentes relativos a los logros que el estudiante debe alcanzar al finalizar la etapa, como resultado de las experiencias de enseñanza y aprendizaje debidamente planificadas.

Borrego (2009) los define como las intenciones que orientan el diseño y realización de las actividades necesarias para la consecución de las grandes finalidades educativas.

Partiendo del principio de jerarquización vertical de Viciano (2002), debemos tener en cuenta en todo momento del proceso educativo cómo contribuimos con nuestras clases de Educación Física a los objetivos jerárquicamente superiores. Los objetivos del primer y segundo nivel de concreción curricular podemos verlos en los anexos 5 y 6 respectivamente. Además podremos

ver resumida esta jerarquización vertical de los Objetivos Generales de Etapa con los Objetivos de Departamento y los Objetivos Didácticos en el Anexo 7. A continuación presentaremos los objetivos didácticos elaborados en el tercer nivel de concreción curricular:

1. Mostrar actitudes de respeto a todos los compañeros y docentes, colaborando por un ambiente de igualdad en las sesiones de Educación Física.
2. Trabajar en equipo activamente, a través del diálogo y la solidaridad.
3. Adquirir autonomía a través de tareas extraescolares relacionadas con la Educación Física, así como su valoración y evaluación en las clases.
4. Comprender la importancia de la disciplina y del cumplimiento del deber para lograr el éxito deportivo.
5. Rechazar cualquier tipo de discriminación, bien sea por razón de sexo como por otra circunstancia personal o social, así como los estereotipos que fomenten estas actitudes en las sesiones de Educación Física.
6. Rehusar la violencia y resolver de forma pacífica los conflictos ocasionados en las sesiones de Educación Física.
7. Desarrollar la faceta afectiva de la personalidad a través de los vínculos generados en las relaciones con los compañeros al compartir equipo en las tareas deportivas.
8. Conocer aspectos fundamentales acerca del uso de las tecnologías como fuente de información a través de la búsqueda de elementos relacionados con el deporte.
9. Utilizar las tecnologías para adquirir conocimientos relacionados con la Educación Física.
10. Comprender el conocimiento científico como un saber empírico, aplicable a las diversas disciplinas deportivas.
11. Potenciar la iniciativa personal, así como la capacidad de toma de decisiones en tareas físico-deportivas.
12. Incentivar el espíritu y sentido crítico y la toma de decisiones a través de dinámicas de discusión, debate y reflexión.
13. Aprender a planificar tareas, calentamientos, sesiones y exposiciones haciendo gala de su capacidad crítica y sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.

14. Dominar la lengua castellana, de modo que pueda comunicarse adecuadamente para realizar actividades teóricas relacionadas con la educación física, y posteriormente exponerlas a sus compañeros.
15. Hacer uso de una lengua extranjera para aumentar conocimientos deportivos
16. Conocer las bases de la cultura y la historia del deporte en nuestras actividades.
17. Utilizar la práctica deportiva para favorecer el desarrollo físico, personal y social, comprendiendo la actividad física como un componente beneficioso para la salud.
18. Reconocer y aceptar el propio nivel de condición física y el de los demás.
19. Perfeccionar los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de diferentes modalidades deportivas.
20. Desarrollar la confianza en sí mismo para asumir responsabilidades en actividades físicas que impliquen el trabajo en equipo.
21. Respetar y cuidar el medio ambiente en las sesiones de Educación Física.
22. Concebir la actividad física como forma de ocio y recreación a través de distintas propuestas.
23. Ejecutar composiciones artísticas a través de la expresión corporal en modalidades deportivas del baile.

En este último eslabón, partiendo del concepto de jerarquización horizontal de Viciano (2002), los objetivos didácticos además de ser elaborados siguiendo una jerarquización vertical (tomando como referencia el primer y segundo nivel de concreción) están diseñados atendiendo a la progresión elaborada por el docente del departamento de educación física desde 1º de la ESO hasta 4º de la ESO, además de la ayuda del profesor de Educación Primaria para los alumnos que ingresan en 1º ESO, por la cual los objetivos van progresando en complejidad de forma coherente de un curso a otro. Así el docente conoce qué han dado los alumnos el curso anterior y qué objetivos tiene que alcanzar en primero de bachillerato. Por último mostramos la contribución de los objetivos didácticos a la adquisición de las competencias en el Anexo 8.

## 5. Contenidos

Atendiendo al Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, los contenidos son el conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que contribuyen al logro de los objetivos de cada enseñanza. Gimeno (2005) citado en González & Campos (2014) añade que los contenidos son medios para hacer competente al alumnado.

Al igual que en el apartado de objetivos, a la hora de elaborar los contenidos partiremos del concepto de jerarquización vertical de Viciano (2002). Los contenidos de la programación de aula serán elaborados a partir de los contenidos marcados por el primer y el segundo nivel de concreción curricular propuestos por la Comunidad Autónoma de Madrid y por el Departamento de Educación Física del centro que podremos ver en los Anexos 9 y 10. A continuación mostramos los contenidos elaborados en el tercer nivel de concreción curricular:

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

- Técnica básica en el desplazamiento sobre los patines.
  - Mantener el equilibrio sin desplazamiento ni apoyos.
  - Desarrollo del equilibrio y la coordinación en la práctica motriz del patinaje con ayuda de los brazos.
- Autoevaluación del alumnado sobre la técnica de patinaje mediante el uso de una escala cualitativa elaborada por el profesor.
- Medidas de seguridad a seguir en cada práctica: calentamiento específico, prevención y aprendizaje de caídas y protecciones aconsejables.
- Establecimiento de un reto al principio de la Unidad Didáctica y de cada sesión que tratarán de superar a lo largo de la misma, a modo de motivación personal.

### 2. Actividades de adversario: palas.

- Golpeos de derecha, de revés y desplazamientos por el terreno de juego.
- Estrategia en situaciones reales de juego, en función de la situación propia y la del adversario. Improvisar juegos teniendo en cuenta dicho factor.
- La práctica de esta modalidad deportiva de forma recreativa a través de partidos y juegos inventados por el alumnado.

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

- Tipos de golpeos, colocación, desplazamientos y caídas en voleibol. Explicación de la técnica y puesta en práctica.
- Rotaciones y funciones de cada jugador. Explicación teórica y puesta en práctica.

- Desarrollo de los estímulos como los espacios libres, la situación de los compañeros, la posición del balón y la red como condicionantes en la conducta motriz en situaciones reales.
- Las funciones de rematador, colocador y líbero dentro de un equipo y la ayuda a los compañeros. Pasar todos por estos roles.

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

- Medidas de seguridad, capacidades implicadas, técnica básica y aplicación práctica en rocódromo (Roc30).
- Equipamiento necesario para la realización de actividades de escalada de forma segura.
- Posibilidades del entorno natural próximo. Medidas de seguridad en las actividades de escalada y cuidado del entorno a través del reciclaje y la recogida del material. Valorar el impacto y coste de estas actividades

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

- Elementos musicales: bloques de ritmo y su relación con montaje coreográfico en modalidades deportivas del baile.
- Elaboración de una coreografía grupal deportiva a partir de una canción seleccionada por los alumnos. Debe contener bloques de ritmo.

#### 6. Salud:

- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las actividades físico-deportivas realizadas durante el curso.
- Medidas de seguridad en las actividades físico-deportivas realizadas durante el curso.
- La práctica físico-deportiva como medio para mejorar las condiciones de fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad. Herramientas y formas de entrenar.
- Desequilibrio y ejercicios de compensación postural, tanto en las actividades físicas trabajadas durante el curso como en las actividades cotidianas más comunes.
- Control de intensidad de los esfuerzos mediante el cálculo de la frecuencia cardíaca (directa e indirectamente) y utilizando la escala de esfuerzo percibido (Borg), así como a través de utensilios electrónicos e internet.

#### 7. Balance energético entre los alimentos ingeridos y el gasto calórico: Entender la oferta-demanda del organismo. Elaboración de decálogo de conductas saludables (cinco actividades físicas y cinco comidas).

Tal y como sucedió en el apartado de objetivos didácticos, en este tercer nivel de concreción de contenidos podemos hablar de jerarquización horizontal (Viciano, 2002) por la que los

contenidos desde primero de la ESO hasta primero de Bachillerato siguen una progresión y secuencia lógica acordada por todos los profesores del departamento de Educación Física. Yendo un paso más allá, daremos coherencia a nuestra programación con la relación entre los contenidos, los objetivos y las competencias en el Anexo 11.

## **6. Temporalización de los contenidos: Las Unidades Didácticas**

La temporalización permite ajustar la previsión del conjunto de elementos educativos, secuenciando los contenidos y equilibrando nuestras decisiones según las características del alumnado, su nivel inicial y la evolución en los aprendizajes de los contenidos. En este sentido, tal y como dice Viciano (2002) la temporalización consiste en la realización de un esquema, con diferentes elementos educativos y donde se indica la duración de los contenidos, lo que permite observar de un vistazo el contenido de una programación y su distribución en el tiempo.

Para la realización de esta Programación de aula tomaremos de referencia el calendario escolar para el curso 2019-2020 de la Comunidad Autónoma de Madrid, contando con un total de 62 sesiones. Estas sesiones quedan repartidas de la siguiente manera: primer trimestre 26 sesiones, segundo trimestre 22 clases y tercer trimestre 14 sesiones. El calendario manual que hemos elaborado lo podemos encontrar en el Anexo 12. Mientras que el desglose de nuestras Unidades Didácticas de forma secuencial lo encontraremos en el Anexo 13.

Una vez realizada la reunión a comienzo de curso entre la dirección del centro y los diferentes departamentos quedaría confeccionado el horario escolar del centro para el curso 2019-2020. Tras la misma, la asignatura de educación física para el curso de cuarto de la ESO quedó enmarcada los viernes de 10:00 a 11:00 y de 11:30 a 12:30. Al encontrarnos con el tiempo de recreo entre medias, los días que se decida acudir al Polideportivo, este tiempo se pasará en el recinto y no en el centro escolar. Las sesiones tendrán una duración aproximada de 50 minutos.

Teniendo ya el esquema de la temporalización de nuestra programación, procedemos a realizar la ficha de cada una de las Unidades Didácticas donde se recogen los elementos didácticos, de forma resumida que se van a desarrollar en cada una de las Unidades Didácticas y que después se procederían a detallar en cada una de las mismas como paso previo a la interacción con el alumnado. Ver en los Anexos 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24 y 25.

La temporalización de nuestras Unidades Didácticas van orientadas a mantener a nuestro alumnado enganchado y motivado a lo largo de nuestra asignatura. Para conseguir esto en primer lugar alternamos deportes o actividades convencionales con los no convencionales a lo largo del curso académico. Entendiendo por convencionales el trabajo de las palas, voleibol y

baile; y por no convencionales la escalada, el patinaje y dentro del baile (nuevas tendencias orientadas hacia la condición física).

En segundo lugar, esta distribución de las Unidades Didácticas se debe a la tendencia que marcamos con la salud, dotando de coherencia y transferencia del aprendizaje nuestra programación. A lo largo del curso buscamos la conexión en temas de salud de forma directa con las disciplinas deportivas que tenemos que trabajar, además de Unidades Didácticas dependientes de sí mismas con contenidos ajenos al currículum. Para ello llevamos a cabo *Unidades Didácticas alternas* (Viciano y Mayorga-Vega, 2016) o de *tiempo compartido* (Baena y Granero, 2009) en las cuales algunas de nuestras sesiones de una Unidad Didáctica son compartidas con otra sesión de otra unidad, de manera que comparten tiempo y objetivos. Esto ocurre con las U.D. 2 y 3 donde se trabaja la salud y la escalada de forma conjunta, dedicando un menor tiempo a la salud en las sesiones por ser un contenido que se continúa abarcando a lo largo del año. De esta forma en el segundo trimestre ocurre lo mismo con las U.D. 6 y 7, donde el patinaje y la salud comparten sesiones y objetivos conjuntos.

Por último en el tercer trimestre con las U.D. 10 y 11 donde las actividades artísticas-expresivas comparten tiempo y espacio con el balance energético, la distribución de estas se corresponde con *Unidades Didácticas intermitentes* (Viciano y Mayorga-Vega, 2016), lo que quiere decir que en este caso la U.D. 11 ocupará los 10 primeros o últimos minutos en cada sesión de la UD 10.

Lo que se persigue en esta distribución de las Unidades Didácticas a lo largo del curso y de los trimestres es que los alumnos experimenten un aprendizaje significativo y vean la utilidad y efectos de las actividades físicas y deportivas sobre la salud, a partir de contenidos específicos.

En tercer lugar trabajamos de forma intercaladas a lo largo de las Unidades Didácticas los deportes más convencionales como son las U.D.4 y 8, a través de aprendizajes interdisciplinares con otras áreas y siguiendo una jerarquización horizontal respecto a lo trabajado otros años.

Otra de las razones por la que nuestro desglose queda de esta manera, se debe al uso de contenidos extracurriculares justificados dentro de la salud como sucede con las U.D. 5 y 9 siendo las cuales Unidades Didácticas *irregulares* (Viciano y Mayorga-Vega, 2016) o *transversales* (Baena y Granero, 2009), lo que consiste en dividir la Unidad Didáctica a lo largo del curso académico y entre medias se trabajan otras Unidades Didácticas. Este es el caso en el cual a partir del contenido de equilibrio y desequilibrios posturales perteneciente a la salud, se elaboran tres Unidades Didácticas repartidas a lo largo de los tres trimestres siguiendo la

jerarquización horizontal correspondiente yendo desde la experimentación de desequilibrios, pasando por el trabajo y prevención de los mismos hasta realizar sus propias adaptaciones y correcciones. Lo que buscamos con esta distribución es hacer pequeños retoques todos los trimestres de lo importante que es poseer una correcta condición física para tonificar el cuerpo y evitar desequilibrios que conlleven a futuras lesiones crónicas por malos hábitos.

Por su parte la U.D. 12 y la “Vuelta a España”, siendo un contenido extracurricular, es uno de los aspectos evaluables como se manifiesta en los criterios y estándares de evaluación que se asimilará a la organización de un evento, por la realización de diferentes actividades llevadas a cabo por el alumnado. Por tanto decidimos hacer esta Unidad Didáctica para que los que abandonan el centro educativo tras su paso por la educación secundaria, den la bienvenida a los que entran, a los alumnos de 6º de primaria.

Por último la meteorología también es un factor que tendremos en cuenta principalmente para la U.D.1, cuya intención es salir al polideportivo para su desarrollo. Sin embargo si el tiempo fuera adverso, podría realizarse sin problema en el centro repartiendo los espacios del “garaje”, gimnasio y patio de recreo. Además es un factor que podría ser determinante para la salida a un rocódromo exterior, uno de los días que acudimos al centro de escalada en Madrid Río, sin embargo ante las adversidades se practicará en los rocódromos indoor que poseen, a la inversa de lo sucedido en el caso del día de patinaje al anillo verde de Madrid Río que nos obligaría a realizar la sesión en el gimnasio del centro si no se aceptara la propuesta de patinaje sobre hielo.

## **7. Intervención didáctica y metodológica en la Programación**

En este apartado será importante explicar los distintos elementos metodológicos que nos van a servir de guía para actuar e intervenir a lo largo de cada una de nuestras Unidades Didácticas.

El Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, viene a definir la metodología didáctica como el conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados.

Siguiendo esta línea creemos conveniente mostrar y enumerar aquellos principios y metodologías en las que nos fundamentamos desde un inicio para poner en marcha este proceso y los cuales son inseparables. Así nuestra metodología a seguir se apoya en los principios metodológicos de Néreci (1993):

1. **Partir del nivel inicial, nivel de desarrollo y conocimientos previos del alumnado.** En nuestro caso, en pocas ocasiones vamos a utilizar cuestionarios donde se pregunte al alumnado sobre sus conocimientos, sino que preferiremos la observación directa durante la práctica. Como ejemplos los estilos individualizadores como el *programa individual*, *trabajos por grupos de nivel* o *enseñanza programada* (Delgado, 1991), así como los estilos de enseñanza *autoevaluación*, *inclusión* o *programa individualizado* (Mosston y Ashworth, 1993).

De forma práctica a lo largo de nuestra programación podemos destacar alguna sesión a lo largo de la Unidad Didáctica 6 en la que se siga un *programa individual* donde planteamos diversos programas con multitud de variantes que los alumnos han de intentar realizar en función de su dominio y habilidad, tratando de ir progresando. En el caso del *trabajo por grupos de nivel* podemos acudir a la U.D. 2 donde para llevar a cabo una competición en la clase, se decide dividir la clase por niveles de tal forma que todos los grupos tendrán un componente de cada nivel. Por su parte la metodología de *inclusión* y retomando la UD.6, la evaluación se realizará con este método de enseñanza planteando varios niveles de dificultad a cada tarea a partir de las cuales se autoevaluarán. En lo referente al *programa individualizado* en la Unidad Didáctica 7 los alumnos se encargan de elaborar su propio programa en la prevención de lesiones, adaptado a sus capacidades y necesidades físicas. Y, tampoco nos olvidaremos del método de la *autoevaluación*, donde cada alumno reflexiona en su evaluación como es el caso de la última sesión en la UD.8, reconociendo sus fallos y aciertos a través de un análisis con kinovea.

2. El segundo de los principios metodológicos de Néreci será **partir de los intereses, expectativas y motivaciones del alumnado** a través de estilos de enseñanza individualizadores (*enseñanza modulada* y *trabajos por grupos de interés o nivel*). Para lo cual es necesario aportar cuestionarios iniciales principalmente para ser conocedores de sus motivaciones y expectativas. Haremos uso de la primera Unidad Didáctica “San Sports Day” para ver el nivel y las emociones que despiertan en nuestros alumnos las modalidades que van a ser trabajadas a lo largo del curso. Además al finalizar la sesión se les repartirá un cuestionario sobre qué actividades les gustaría realizar en el año siguiente o cómo les gustaría que estuviera enfocada, incluyendo en el propio año en qué actividades prefieren emplear un mayor número de sesiones (Anexo 26).

3. **La orientación del aprendizaje por medio de la propia experiencia (Aprender a aprender)**, es el tercero de los principios de Néreci, el cual favorece el conocimiento elaborado por el alumno, a través de actividades de enseñanza y aprendizaje que propicien las discusiones grupales, intercambios de opiniones y donde el alumnado se cuestione y experimente. Este

principio metodológico puede llevarse a la práctica mediante los estilos de *descubrimiento guiado*, *resolución de problemas* y *enseñanza recíproca* (Mosston y Asdhworth, 1993), así como los estilos de enseñanza *grupos reducidos* y *microenseñanza* (Delgado, 1991).

A lo largo de nuestra programación estos estilos de enseñanza se encuentran muy presentes en nuestras Unidades Didácticas. Este es el caso de la *resolución de problemas o descubrimiento guiado* que nos la podemos encontrar en las Unidades Didácticas 1, 2, 3 y 9, donde lo que buscamos es plantear una serie de retos que los alumnos han de ir superando libremente, siempre y cuando no conlleve a un riesgo de su salud o la de sus compañeros, en búsqueda de un objetivo final. Así en la U.D.1 se propone a los alumnos una serie de retos o “Challenge” a los que deben buscar respuestas para alcanzar el propósito planteado en cada actividad. En el caso de la U.D. 2 cuyo contenido es la escalada, se trabaja la resolución de problemas y el descubrimiento guiado desde el trabajo de las vías de escalada por colores, es decir, se les propone llegar a ciertos puntos y ellos eligen tanto puntos de apoyo como de agarre para intentar llegar al destino. Para la U.D. 3, lo que se busca es que los alumnos indaguen en su cuerpo y consigan detectar tres puntos corporales donde puedan tomarse la frecuencia cardíaca y procedan a hacerlo. Por último otra de las Unidades Didácticas en la que tenemos pensado su planteamiento sería en la número 9 en la cual se proponen una serie de actividades a realizar por el alumnado poniendo el foco de la atención en el control postural.

En lo que acontece a la *enseñanza recíproca* también la incluiremos en nuestras clases en las Unidades Didácticas 2, 6, 9 y 10. En las Unidades Didácticas 2, 6 y 9 se trabajará de la misma manera, en grupos de dos, un alumno observa y el otro ejecuta, de tal manera que el observador con una hoja de observación valora y corrige al ejecutor; mientras que en el caso de la Unidad Didáctica 10 la dinámica sería diferente y adoptaríamos la modalidad de espejo, donde una persona ejecuta y otra la sigue, suma, aporta, corrige y perfecciona las acciones.

*Los grupos reducidos* se plantean para la Unidad Didáctica 5 donde se trabaja 1 ejercicio para disminuir el equilibrio en cada uno de los tres ejes que ya habrían experimentado; y en la Unidad Didáctica 6 en las primeras sesiones orientado a la previsión en la falta de patines. Lo que nos va a permitir es distribuir diversos papeles dentro del grupo donde habrá alumnos ejecutantes patinando, alumnos observadores y anotadores, así como alumnos ayudantes.

La *microenseñanza* es el estilo escogido para algunas sesiones en las Unidades Didácticas 3, 4 y 8. El funcionamiento en todas ellas será el mismo, tras elegir a un capitán en cada grupo, este irá a hablar con el docente y les encargará el rol de docentes encargados del conocimiento y

funcionamiento de la actividad. En esta línea en la U.D.3, serán los capitanes quienes se encarguen de mandar el trabajo de acondicionamiento físico previamente encomendado donde se deberán incluir. En la U.D. 4, el grupo ha de inventar un juego con sus propias reglas con las palas tras previas premisas dadas por él y, por último en la U.D. 8 los capitanes en cada grupo serán los jugadores más hábiles y se encargarán de transmitir tareas y corregir a sus compañeros.

4. A modo de continuación y justificación del principio anterior, aparece la **incentivación a la iniciativa del alumno, potenciando su participación activa en el proceso de enseñanza y aprendizaje** a través de estilos de enseñanza participativos como son la *enseñanza recíproca*, *grupos reducidos* o *la microenseñanza*. De forma práctica ya hemos expuesto con anterioridad estas metodologías aplicadas en nuestras Unidades Didácticas, queriendo potenciar la participación activa del alumnado dentro de su proceso de enseñanza y aprendizaje, siendo los protagonistas del mismo. Lo que queremos decir es que el alumno no será un mero receptor de contenidos, sino que queremos que participen y se desenvuelvan activamente en su aprendizaje.

5. Uno de los principios más importantes de Néreci creemos que es **desenvolver el espíritu crítico a través de reflexiones grupales o individuales**. Las metodologías y estilos que pueden utilizarse para conseguir este principio de forma específica podemos encontrarnos estilos como el *Phillips 66*, *brainstorming* o *tormenta de ideas*, el *puzle Aronson* o *los grupos de discusión*, buscando que el alumno reflexione sobre la participación en las sesiones, temas transversales o el desarrollo de diferentes sesiones, propuestas o dificultades surgidas. Por ello en nuestra programación hacemos uso de los recursos anteriores; así es el caso del *Phillips 66* en las Unidades Didácticas 2 y 5, en las cuales la intención será formar grupos de 6 y, durante 6 minutos debatir sobre lo que ha sucedido, experiencias y formas de modificar o tratar el contenido enfocado hacia desequilibrios bien en escalada o al desequilibrio postural. Las *tormentas de ideas* o *brainstorming* se llevarán a cabo en las Unidades Didácticas 4 y 10, siguiendo el mismo procedimiento en ambas, juntaremos a toda la clase y se plantearán diversas cuestiones o ideas que los alumnos debatirán frente a toda la clase, fomentando alguna dinámica similar al “telefonillo” para que todos los alumnos se involucren y participen. El *puzle Aronson* y su dinámica de repartir tareas para posteriormente ponerlas en común con el grupo propio y finalmente hacia la clase, es una herramienta que utilizamos en las Unidades Didácticas 7 y 11. Es importante decir que en esta dinámica donde cada componente del grupo es experto en un tema diferente como pueden ser expertos en una lesión o expertos en una aplicación móvil distinta; estarán obligados a desplazarse de un grupo a otro o de un compañero a otro haciendo uso de la condición aeróbica, evitando sesiones estáticas. Por último una dinámica de la que

echaría mano en un gran número de Unidades Didácticas serían los *grupos de discusión* al finalizar las clases como por ejemplo pondremos en práctica en la U.D.7, donde el aprendizaje que queremos potenciar es la discusión al finalizar la sesión de prevención de lesiones, orientando el debate hacia el tipo de lesión que hemos trabajado para prevenir; así como las zonas musculares que se han visto involucradas al finalizar la sesión.

6. De vital importancia será el componente social en nuestras clases, así otro de los principios que plantea Néreci será el de **orientar la educación hacia un ambiente socializante**, donde se favorezca el diálogo entre el alumnado y, entre el docente y los alumnos para la orientación de su aprendizaje. De esta forma, el docente también puede hacer uso de las *dinámicas de grupo* fomentando debate, orientándolos hacia la resolución de los problemas planteados. Aplicado a nuestra programación, nuestras sesiones son llevadas a cabo en su mayoría de forma cooperativa, haciéndose necesaria la socialización. Inclusive en la evaluación se da este fenómeno como en el caso de las coevaluaciones o evaluaciones compartidas llevadas a cabo.

7. En otro de sus principios, Néreci propone **proporcionar aprendizajes significativos y funcionales** favoreciendo la transferencia de aprendizajes, haciendo uso de interdisciplinarias o, mediante la distribución de las Unidades Didácticas intermitentes, alternas e irregulares, conectando diferentes conocimientos y viéndole aplicabilidad real.

A lo largo de las Unidades Didácticas lo que tratamos es favorecer la transferencia de aprendizajes entre los propios contenidos de las Unidades Didácticas, conectando parte de los contenidos que se imparten con la vida cotidiana y con deportes y actividades físico deportivas que se encuentran a nuestro alcance, tratando de fomentar un desarrollo físico integrado en el individuo. Además siendo conscientes de que muchos de los alumnos no volverán a cursar educación física, planteamos Unidades Didácticas específicas con el fin de brindarles herramientas para que puedan seguir practicando deporte y sean conscientes de la necesidad de ello. Esto se trabajará en Unidades Didácticas como la 3 en la cual fomentamos el trabajo del acondicionamiento físico orientado a la escala, con ejercicios que pueden realizarse en nuestro día a día; la número 5 donde buscamos instaurar los buenos hábitos sobre los malos hábitos, principalmente sobre el control postural; y, la 7, donde vemos cómo se puede trabajar para prevenir lesiones y cómo trabajarlas de forma básica una vez que la hemos sufrido. En el caso de la correlación de contenidos a través de interdisciplinarias, son numerosas y un punto fuerte en nuestra programación, para lo que recomendamos acudir al apartado “Interdisciplinarias” propiamente dicho.

8. En otras Unidades Didácticas perseguimos cumplir con otro de los principios de Néreci como es **desenvolver la creatividad**, aportando libertad a lo largo de las sesiones, permitiendo *experimentar* y usando estilos de enseñanza que permitan *equivocarse y corregirse* al alumnado, tomando una elevada participación en las sesiones. Esta creatividad tomará rienda suelta en Unidades Didácticas como “dando forma” elaborando ellos mismos y proponiendo sus propios ejercicios, en “aprendemos pa-lante” creando sus propios juegos con normas propias o, “me paso el día bailando” creando su propia coreografía. Estas son algunas de las Unidades Didácticas en las cuales los alumnos potenciarán su creatividad, sin embargo en todas y cada una de nuestras clases tendrán distintas responsabilidades sobre los ejercicios.

9. **Enseñar a investigar** sería el último de los principios de Néreci y cuanto menos importante por medio de actividades de enseñanza y aprendizaje donde el alumnado deba realizar búsquedas bibliográficas sobre el contenido en educación física que se esté impartiendo o, a través de la utilización de técnicas de enseñanza de *descubrimiento y diseño del alumno*. Las *aulas invertidas* son un recurso muy útil para aquellas Unidades Didácticas en las que el tiempo es escaso y queremos que los alumnos sean los principales artífices del aprendizaje, de esta manera lo ponemos en marcha en las Unidades Didácticas 3 y 10 . En el primer caso se llevaría a cabo en las últimas sesiones, demandando a los alumnos la preparación de ejercicios de acondicionamiento físico con proyección en la escalada; mientras que por el contrario el segundo caso, se llevaría a cabo en las primeras clases provocando su búsqueda e indagación acerca de las nuevas tendencias en el baile deportivo.

Los estilos y métodos de enseñanza que aplicamos creemos que son la esencia y la magia que aporta cada docente a sus clases proyectadas en la dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje que experimentan los alumnos y el docente. En esta línea vemos como priman estilos de enseñanza que favorecen la libertad y creatividad de nuestros alumnos, trabajando en equipo. Pero también hacemos uso de *estilos de enseñanza más tradicionales* como es el caso principalmente de la asignación de tareas en las Unidades Didácticas 2, 4, 5, 7, 8, 9, 10 y 11, en las cuales *asignamos unas tareas* a nuestros alumnos a realizar y ellos se encargan de ejecutarlas; mientras que el *mando directo* también lo llevamos a cabo en algunas sesiones en los momentos que precisamos de un mayor control de la clase o implicación motriz, como es el caso de las Unidad Didáctica 5. Por lo tanto consideramos todos y cada uno de los estilos de enseñanza necesarios en función de los objetivos y las necesidades de la clase.

Por otro lado en lo referente a los **métodos de enseñanza** se distinguen dos tipos de métodos de enseñanza: el *inductivo* y, el *deductivo* (Molina, 1999). Durante nuestro recorrido en el curso escolar se llevan a cabo ambos métodos de forma particular o conjunta. Es decir, a través del método inductivo hemos intentado partir de las experiencias de los alumnos para llegar a las conclusiones más generales y globales como es el caso en la U.D 7 , donde una de las actividades a plantear sería, partiendo del conocimiento particular de cierta lesión adquirir mayores conocimientos en músculos o articulaciones implicadas, prevención de dicha lesión y ejercicios de rehabilitación; sin embargo con el método deductivo lo que buscamos es que partiendo de los principios evidentes por sí mismos, infieran en conclusiones particulares, esto es el caso por ejemplo de la U.D 1, en la cual los alumnos practicarán diversas actividades y deportes partiendo de la experiencia del alumnado.

En lo que acontece a las **estrategias de enseñanza-aprendizaje** según Sicilia y Delgado (2002), se distingue entre la global, analítica y mixta. La *estrategia global* es aquella que trata la tarea en su conjunto, encontrándonos con la *estrategia global pura* (se realiza la tarea completa poniendo énfasis en un aspecto determinado de su ejecución), dentro de la cual trabajamos en el aprendizaje de los aspectos técnicos en deportes colectivos centrándonos en una parte del gesto técnico y la *estrategia global modificando la situación real* (se cambian la condiciones de su ejecución), trabajando con ejercicios modificados y adaptaciones en los alumnos como será en el caso de la U.D 6, donde los alumnos trabajarán por niveles y se modificarán las situaciones reales fomentando la seguridad y confianza de los alumnos.

La *estrategia analítica* consiste en descomponer la tarea en varias partes para ir integrándolas en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Entre ellas la *estrategia analítica pura* (consiste en que la integración de cada una de las fases comienza a partir de la parte más importante de la tareas según la importancia que le otorgue el profesor), trabajada en deportes colectivos o actividades que precisen de una organización secuencial del aprendizaje como puede ser la elaboración de ejercicios o de un plan de prevención o rehabilitación en lesiones en la U.D 7; la *estrategia analítica progresiva* (añadir progresivamente las fases, según su orden temporal) como se puede ver en la U.D 10 en la cual será preciso dar a conocer los elementos musicales como el ritmo, las fases o los bloques para ir introduciendo pasos o modalidades de baile; y la *estrategia analítica progresiva inversa* (añadir progresivamente fases siguiendo un orden inverso de la parte final a la inicial), que en un principio no ponemos en marcha. Por último la *estrategia mixta* es la combinación de las estrategias en las prácticas anteriores (global y analítica), que será empleada en la mayoría de nuestras Unidades Didácticas (Molina, 1999).

También es importante destacar los **modelos deportivos** en el deporte escolar que seguiremos:

**Modelo técnico:** Según Contreras et al. (2001) hay tres fases diferenciadas. La primera sería la adquisición y trabajo de habilidades específicas. En segundo lugar la utilización de las habilidades específicas en situaciones simuladas de juego. Por último, la tercera es la integración de las fases específicas en situaciones simuladas de juego. Este modelo deportivo de enseñanza lo llevaremos a cabo principalmente en aquellas Unidades Didácticas y específicamente en las sesiones que precisemos de un mayor control de la clase y los elementos a controlar de la misma, como es el caso en la U.D 3 en las clases que mostremos formas de entrenar poniéndolo en práctica, al igual que ocurre en la número 5, donde se imparte una sesión de yoga de forma similar a este modelo o, la U.D 6, donde en un inicio las sesiones serán más bien controladas por el docente con ejercicios puramente técnicos.

**Modelo comprensivo:** También podemos identificar tres fases por Peiró y Devís (1994). En primer lugar se plantean los juegos deportivos modificados posteriormente la etapa de transición a través de los juegos modificados y por último el juego real. Este modelo lo hemos creído vital y necesario en los deportes de colaboración-oposición, de esta manera en las Unidades Didácticas con este contenido como es el caso de la 4 y la 8 pondremos en marcha en nuestras sesiones el modelo comprensivo tanto en actividades cooperativas como competitivas, buscando la lógica y la estrategia del juego con actividades adaptadas fomentando la participación de aquellos alumnos menos hábiles con las palas o en voleibol.

**Modelo horizontal y estructural de enseñanza centrada en el juego:** Este modelo se caracteriza por partir de la lógica y estructura del juego (Parlebas, 1986). Las fases que propone son en primer lugar una de relación previa a los aprendizajes específicos y en segundo lugar la fase de desarrollo de los elementos de la técnica y la táctica individuales. Otro modelo a introducir en nuestra programación aunque no tendrá tanto peso como el resto. En este sentido haremos uso del mismo en la Unidad Didáctica de voleibol. Partiendo en primer lugar de los elementos técnicos específicos en las primeras clases para ir dando paso a la táctica.

**Modelo ludotécnico de la enseñanza:** Siguiendo a Valero y Gómez (2007), este modelo presenta cuatro fases bien marcadas. En primer lugar el planteamiento de preguntas reto. Posteriormente se propone una serie de juegos modificados o propuestas ludotécnicas. En tercer lugar las propuestas globales que serán la última parte de práctica motriz. Para finalizar la sesión se lleva a cabo una reflexión y se contesta a la pregunta reto inicial. Este modelo deportivo será el seguido en la Unidad Didáctica dedicada al acondicionamiento físico como es la 3, donde

pretendemos que nuestros alumnos trabajen mediante juegos sus capacidades en la escalada o, en la 9 donde los alumnos trabajaran posturas corporales con carreras, circuitos, competiciones etc., donde se les corregirán ciertas posturas.

Por último se ha de tener en cuenta el **tipo de canales de comunicación** con el que transmitimos el mensaje a nuestro alumnado y, el feedback utilizado siguiendo a Sánchez Bañuelos (1992):

El **canal visual** lo encontraremos presente en todas las Unidades Didácticas, así la demostración es un elemento esencial para la comprensión de la tarea por parte del alumnado, por ello como docentes o los alumnos con el rol de expertos, realizarán demostraciones en nuestras clases, no siendo así en aquellas Unidades Didácticas o clases en las cuales la dinámica sea el descubrimiento guiado o la resolución de problemas, como sucede por ejemplo en la U.D 1 “San Sports day”. Por otro lado la ayuda visual y los medios visuales auxiliares van a formar un componente importante, puesto que si se le presenta a un alumno la ejecución de una tarea de forma visual a través de videos es más fácil la interiorización de la misma.

Dentro del **canal auditivo** emplearemos los tres tipos de canales de comunicación, puesto que la exposición de razonamientos justifica el porqué de la ejecución y por tanto favorece el aprendizaje. Además creemos que la ayuda sonora puede beneficiarnos en Unidades Didácticas como la de baile, en la cual con palmadas o con un silbato podemos ayudar a seguir el ritmo.

Por parte del **canal kinestésico táctil**, decir que es de los más influyentes sobre el alumnado, puesto que van al foco del error de forma muy directa. En especial la ayuda manual será vital en Unidades Didácticas en las que trabajamos contenidos como la escalada, en la cual modificar la postura, el agarre o la pisada le favorecerá a seguir avanzando en su proceso de aprendizaje; o en Unidades Didácticas de salud como es en el trabajo de la postura corporal, donde con simples toques, en espalda por ejemplo podemos crear hasta un hábito para su vida cotidiana.

En lo referente con los **tipos de feedback** emplearemos los siguientes:

Dependiendo del *momento* en el que se produzca, hablaremos del feedback concurrente que lo emplearemos en aquellas sesiones donde se pueda brindar sin que afecte a la ejecución de la actividad. Es decir, no se podrá parar una competición en escalada para proporcionar el feedback; pero sí se podrá aportar información durante la ejecución como por ejemplo el tipo de agarre” o dónde de apoyar el pie. El terminal también lo utilizaremos en nuestras Unidades Didácticas proporcionando la información justo cuando termina de realizar un gesto técnico como puede ser en la escalada, el patinaje o voleibol. Creemos que este feedback es de los más

acertados porque aportarlo una vez finalizada la acción permite relacionar rápidamente todos los elementos derivados de la ejecución con los aspectos positivos o negativos de la misma. Por último, el feedback retardado será menos utilizado por su difícil calado sobre los alumnos, sin embargo no dejará de tener importancia ya que algunos autores exponen que si la información proporcionada sobre la ejecución se da en la sesión posterior tiene un elevado impacto en los alumnos. Este feedback se brindará por ejemplo en la U.D 10 una vez realizada la masterclass en los recreos, nos juntaremos toda la clase y reflexionaremos y evaluaremos cada baile.

Según su *origen* nos decantamos en mayor medida por el feedback externo donde el docente o los propios alumnos aporten correcciones y mejoras. Desde el feedback interno creemos que es muy complejo para los alumnos que no serán expertos deportivos, reconocer el fallo y saber cómo intervenirlo. Este tipo de feedback interno sin embargo sí podríamos hacer uso en la Unidad Didáctica 5 pero siempre siendo acompañado de un feedback externo.

Por último según la *intención* se precisará en todas nuestras Unidades Didácticas en función de los objetivos de la sesión pero creemos convenientes que los alumnos conozcan cómo están realizando el ejercicio y ellos mismos interpreten lo que hacen mal (descriptivo); que esas ejecuciones además las evalúen los alumnos y el docente en cada Unidad Didáctica (evaluativo), y además que dicha evaluación parta de la comparación con los otros, con el que lo hace bien y lo hace mal para partir de ejemplos más realistas (comparativo); precisarán además en ciertas sesiones de reflexiones detalladas acerca de su ejecución y lo que hacen mal (por ejemplo el golpe de antebrazos) explicándole la causa del error como es colocar mal los brazos y el efecto como sería que el balón se cae al suelo (explicativo). Un feedback que creemos inamovible como es el prescriptivo en aquellas acciones que nos va a conllevar un riesgo como puede ser en la escala, o en la actitud del alumnado durante las clases, tratando de que la modifique en la medida de lo posible y, el más influyente de todos en los alumnos como es el afectivo, el cual lo reforzaremos a través de valoraciones positivas o con mensajes positivos como puede ser “a pesar de que no te salga correctamente, con el esfuerzo y empeño que le estás poniendo te acabará saliendo mejor, sigue así! Este tipo de mensajes con un refuerzo positivo son alentadores en los alumnos y les incitará a no abandonar y seguir intentándolo.

Para finalizar con este apartado también es importante prever la *distribución y organización del alumnado* de forma general que se va a desarrollar a lo largo del curso. Siguiendo a Piéron (1988) a priori desde nuestra programación nos decantaremos por una formación dispersa, puesto que nuestra metodología se verá potenciada por dar libertad al alumnado en su trabajo,

sin embargo también haremos uso de formaciones frontales o, en círculo como por ejemplo en la Unidad Didáctica 10 en la cual cuando se realicen los bailes deportivos se seguirán estas formaciones. En lo que respecta a las organizaciones utilizadas en nuestra programación será de todo tipo, sin embargo con una clara tendencia al trabajo grupal y por equipos.

### **8. Actividades de enseñanza, aprendizaje, complementarias y extraescolares.**

Las actividades son el elemento curricular característico de la calidad del aprendizaje del alumno y del estilo de enseñanza del profesor, y éstas han de tener coherencia con el pensamiento y la conducta (Imbernon y Medina Moya, 2008). Desde el punto de vista de la planificación educativa las actividades curriculares pueden ser diferentes, así Díaz Lucea (1994) y Heredia (2004) presentan las siguientes:

*Actividades de motivación:* Desde nuestra puesta en práctica este tipo de actividades son llevadas desde el inicio del curso. En este sentido con la realización de la primera Unidad Didáctica donde unificaremos todos los deportes y prácticas a realizar en el curso, veremos cómo responden nuestros alumnos ante nuevos retos y oportunidades deportivas. Así mismo en los inicios de gran parte de las Unidades Didácticas las plantearemos a través de retos y metodologías abiertas como la resolución de problemas el contenido a trabajar para tratar de engancharlos desde un inicio, así como hacer uso de clases invertidas y potenciar su investigación en donde les llevemos a descubrir cosas motivantes para ellos y novedosas.

*Actividades de iniciación:* Consideraremos estas actividades oportunas para reconocer de qué nivel parte el alumno, así en la primera Unidad Didáctica a través de la observación directa ya veremos cómo se manejan y defienden nuestros alumnos en las actividades que se van a tratar en el curso. A eso le añadiremos actividades de iniciación, búsqueda, investigación y debate que nos ayudarán a conformar los conocimientos previos del alumnado; por ejemplo a través de dinámicas como el brainstorming en la UD 4 donde se debatirá y se ejercerán juicios al aire acerca del deporte y las actividades con palas. En el caso de la UD 7 a través del puzle de Aronson por ejemplo los alumnos investigarán y leerán sobre una lesión asociada o escogida que posteriormente deberán de ir poniendo en común en clase. Y, un ejemplo de investigación será la UD 10 donde trabajando en forma de aula invertida la primera sesión, serán los alumnos quienes traigan la información y la lección aprendida de casa para ponerla en común en clase e ir pensando modalidad de baile deportivo a escoger para poner en práctica en futuras clases.

*Actividades de desarrollo:* Estas actividades son imprescindibles en cada Unidad Didáctica para el desarrollo y el proceso de enseñanza y aprendizaje. Lo cambiante de estas actividades será

la metodología a seguir, así habrá casos en los cuales los docentes sean mayormente protagonistas en la fase de desarrollo como podrán ser las U.D 4 y 7, en las cuales la parte central, las sesiones serán asignaciones de tareas llevadas a cabo por el profesor; por otro lado habrá Unidades Didácticas en las cuales la responsabilidad y protagonismo sea la mitad del docente y la otra mitad del alumnado, como aquellas en las cuales se trabaja a través de enseñanza recíproca donde los alumnos realizan tareas encomendadas por el docente, pero son sus alumnos quienes les corrigen como en las Unidades Didácticas 2 y 6. La última opción en nuestras actividades de desarrollo, serán aquellas en las que los alumnos tendrán gran parte del control y resolución de las clases, como son las Unidades Didácticas que acompañan a las modalidades deportivas en cada trimestre o son contenido en salud, las número 3, 9 y 11, donde será el propio alumno quien resuelva las incógnitas de las clases o parta con información previa.

*Actividades de consolidación:* Este tipo de actividades se ejecutarán con una visión hacia sus propios errores. De esta forma lo pondremos en práctica por ejemplo a través de autoevaluaciones en la Unidad Didáctica 6, en la cual identificando el nivel de ejecución deben de ser críticos con su evaluación y posterior calificación; de otra manera más clara y evidente en la U.D 8 trabajando el contenido en voleibol, a través de un análisis kinovea identifican sus puntos fuertes y débiles, yendo al origen del error en las acciones, adquiriendo y consolidando que han entendido la ejecución correcta y tratarán de corregirlo en sus últimas sesiones.

*Actividades de refuerzo:* Como docentes nos encontraremos abiertos a tutorías y ayudas que precisen los alumnos para el desarrollo de las actividades. Este tipo de actividades de refuerzo se prestará en horario de recreo y, se hará principalmente hincapié en acudir a estas ayudas en aquellas Unidades Didácticas de menor duración, y cuyo trabajo se encuentra vinculado a trabajo en redes, o trabajo en casa como son las Unidades Didácticas 3 donde se monitorizarán para obtener resultados en frecuencia cardíaca; la 7 donde elaborarán un programa individualizado cada alumno en su casa para el trabajo de la condición física orientada al patinaje; la número 9 en la que se pedirá la elaboración de un decálogo con fotomontaje en sus casas y, por último un paso más allá en la monitorización será la Unidad Didáctica 11, donde llevarán a cabo el cálculo de su balance energético registrando comidas y actividades diarias.

*Actividades de ampliación:* Este tipo de actividades las hemos previsto principalmente en aquellas Unidades Didácticas en las cuales pueda suponer una monotonía o aburrimiento la sesión porque un elevado número de alumnos no llegue a un mínimo para poder realizar actividades grupales o avanzadas. En esta línea se nos plantean varias formas de trabajar: por

un lado si tenemos alumnos muy avanzados o expertos en algún deporte sería apropiado que ejerzan como tal y enseñen o ayuden a sus compañeros en dinámicas como la enseñanza recíproca colocando a los alumnos por grupos o parejas con un experto en cada uno como sucede por ejemplo en la U.D 6 con el contenido en patinaje. Otra de las posibilidades que ponemos en marcha para estas actividades de ampliación es el trabajo en postas o, grupos de intereses o niveles como por ejemplo en la U.D 2, donde queremos fomentar la competición a partir del trabajo por niveles, así competirán los más avanzados y los menos avanzados contra compañeros de su mismo nivel, teniendo las mismas posibilidades de sumar puntos para su equipo. Sin embargo esta metodología no solamente se llevará a cabo en competiciones, sino que también haremos uso de metodologías similares como la inclusión en tareas de desarrollo en la U.D 6, trabajando por tareas según el nivel de destrezas del alumnado.

*Actividades de profundización:* Este tipo de actividades se procura plasmar al menos una vez cada trimestre, realizando salidas acudiendo a centros especializados en el trabajo de ciertas modalidades deportivas. Este es el caso de la U.D 2, donde procuramos salir con los alumnos en sus últimas clases a un centro de escalada situado en la zona de Madrid Río; en la U.D 6 se procuraría salir al anillo verde de Madrid Río y al skate park a realizar patinaje, si fuera posible procuraríamos acudir a una pista de hielo en función del permiso del centro; por último en la U.D 12, saldríamos al parque más cercano “Parque Pradolongo” e impartiríamos alguna de las sesiones de bicicleta, concedidas para esta práctica por el Ayuntamiento de Madrid y Usera.

*Actividades de síntesis:* Se pondrán en marcha en gran parte de las Unidades Didácticas en la última sesión correspondiente a la evaluación. Así será el caso por ejemplo de las Unidades Didácticas 2, 4 o 10 donde la coevaluación será la manera de constatar que los contenidos se han afianzado. Por otro lado de forma más autónoma, la autoevaluación nos ayudará a comprobar la asimilación de lo tratado en la número 6 y 8. En lo que respecta a la síntesis por heteroevaluación por parte del profesor en parte de las Unidades Didácticas 3, 7, 9 y 11. Por último llevaremos a cabo estas comprobaciones con evaluaciones compartidas en la U.D 5.

Otras actividades que han de resaltarse en este apartado son tanto las actividades extraescolares como las complementarias. La gran diferencia entre estos términos como evidencia González Rivera (2008), radica en el horario en que se realizan, así por un lado las actividades extraescolares tienen lugar fuera del horario lectivo con una duración equivalente al horario escolar; mientras que las complementarias son aquellas organizadas por el centro educativo en el marco del horario escolar y de acuerdo con su proyecto educativo, dándose en el horario

lectivo de permanencia del alumnado en el centro educativo de forma esporádica (excursiones) como es el caso de las salidas al rocódromo de Madrid Río, patinaje en el anillo verde de Madrid o la posibilidad de patinaje sobre hielo la pista de hielo de Leganés, así como la última salida del curso al parque Pradolongo con las bicicletas facilitadas por el ayuntamiento de Madrid.

Como docentes tenemos la gran responsabilidad de incitar a nuestro alumnado en la práctica de actividades físico-deportivas extraescolares creando un hábito en ellos, de ahí la lucha por ofertar diversas actividades desde el centro educativo, además de preocuparse por la oportuna conexión de las finalidades, objetivos y los aprendizajes de estas actividades con las clases de Educación Física; velar por el adecuado planteamiento educativo de las actividades; ponerse en contacto con el docente de las actividades físico-deportivas extraescolares y con el resto de la comunidad educativa implicada en el funcionamiento de las actividades; y asegurarse de que el profesorado de las actividades físico-deportivas extraescolares tiene unas condiciones laborales y profesionales adecuadas y realiza un desempeño profesional adecuado. De esta forma actualmente en el centro se ofertan como actividades extraescolares gimnasia rítmica, baile moderno y multideporte. En cuanto a extraescolares no relacionadas con la actividad física encontramos inglés y el club de ciencias.

Del mismo modo en las actividades complementarias a llevar a cabo en las modalidades de escalada, patinaje y ciclismo lo que buscamos es potenciar el aprendizaje significativo del alumnado, siendo necesaria una coordinación con el resto del profesorado involucrado en las mismas. No podemos olvidarnos de que este tipo de actividades requieren de autorizaciones oportunas (Anexo 27). Así mismo precisaremos también de autorizaciones para poder realizar fotos y vídeos con fines académicos (Anexo 28). Podemos ver la relación de cada una de estas actividades con las Unidades Didácticas correspondientes en el Anexo 29 de forma más detallada tras los ejemplos anteriores.

## **9. Recursos didácticos espaciales y materiales**

A lo largo de la programación prevendremos todos los recursos didácticos que se van a utilizar en las clases de educación física para acercarnos al objetivo de que nuestras intervenciones sean adecuadas, eficientes y profesionales. Como docentes, diariamente, antes y después de cada clase de educación física colocaremos, revisaremos y adecuaremos la instalación deportiva (con todos sus espacios) y el material que se vaya a utilizar en la sesión. De igual forma debemos realizar mensualmente un análisis más profundo para adecuarlos a la práctica de actividad física y deporte, llevando a cabo informes de adecuación y actuación (López y Estapé, 2002).

A continuación procederemos a explicar y mostrar los recursos didácticos espaciales y materiales de los que dispondremos y por tanto haremos uso:

- a) *Recursos didácticos espaciales*: Siguiendo la clasificación de Díaz Lucea (1996), procederemos a clasificar los espacios de los que dispondremos según sean instalaciones convencionales o no convencionales, artificiales o naturales, espacios deportivos, complementarios, instalaciones deportivas o complejos deportivos. En nuestro caso haremos uso de los siguientes recursos espaciales:
  - a. Gimnasio del colegio con sus vestuarios respectivos: Convencional, artificial, espacio deportivo con complementos como el gimnasio.
  - b. Rocódromo del garaje del colegio: Convencional, artificial, espacio complementario.
  - c. Parque Pradolongo: Convencional, artificial-natural, espacio complementario.
  - d. Polideportivo de Orcasitas: Convencional, artificial, complejo deportivo.
  - e. Rocódromo Roc 30: Convencional, artificial, instalación deportiva.
  - f. Anillo verde y sakatepark de Madrid Río: Convencional, artificial, espacio complementario y deportivo.
  - g. Pista de hielo Leganés: Convencional, artificial, instalación deportiva.
- b) *Recursos didácticos materiales*: Para ello seguimos la clasificación de González y Campos Izquierdo (2014) que lo estructuran en:
  - a. *Recursos materiales no específicos de Educación Física*: Como pueden ser los medios impresos a través de hojas de observación o evaluación; medios visuales como vídeos enviados y proyectados; recursos sonoros a través de plataformas musicales o recursos informáticos como las aplicaciones a usar como Kinovea, internet y programas informáticos.
  - b. *Recursos materiales propios de Educación Física*: Aquí la clasificación será más específica:
    - i. *Material fijo inventariable polivalente*: Como es el caso de las redes de voleibol, canastas y porterías, espalderas, cuerdas, rocódromo, etc.
    - ii. *Material móvil inventariable polivalente*: el uso de las colchonetas esterillas, patines o bicicletas.
    - iii. *Material móvil fungible polivalente*: donde usaremos aros, picas, conos, cuerdas o pelotas.

- iv. *Material móvil fungible específico*: aquí nos encontramos con las palas, pelotas de tenis, de voleibol y de distintos tamaños y usos.
- c. *Otros recursos didácticos*: hacer uso de otros espacios disponibles en caso de meteorología adversa como en nuestro caso será el garaje del colegio si no disponemos del gimnasio; ganar tiempo en clase pidiendo a los alumnos que vengan con la ropa deportiva ya puesta o pasar la lista de control al final de clase; traer preparados la formación de grupos o equipos o, al menos tener pensados algunos grupos para que la sesión fluya más rápido Díaz Lucea (1996).

## **10. Interdisciplinariedad e intradisciplinariedad**

### **10.1. Interdisciplinariedad**

La interdisciplinariedad trata de partir de la disciplina para buscar relaciones dinámicas y estructuras de cooperación, contribución, permeabilidad, relación de integración e integridad con otras disciplinas y los problemas sociales (Delgado, 2009). A esto Posada (2004) le añade que la cooperación entre disciplinas conlleva interacciones reales, siendo una relación recíproca que genera un enriquecimiento mutuo.

Seguiremos a Scutari (1977) citado en Díaz Lucea (2010) quien postula que cualquier propuesta de integración de diferentes áreas o disciplinas cambia de significado según se considere con sentido sumatorio, de continuidad, interacción o unificación. De esta manera distinguimos:

- *Multidisciplinariedad*: entendida como la yuxtaposición de diferentes disciplinas, a veces sin relación aparente entre sí. Es la forma más tradicional de organizar el conocimiento escolar.
- *Pluridisciplinariedad*: también se produce una yuxtaposición de las disciplinas, aunque éstas son más o menos cercanas a un campo de conocimiento. Consiste en el estudio de determinados contenidos de una disciplina por medio de varias disciplinas a la vez.
- *Interdisciplinariedad*: Hace referencia a la interacción entre dos o más disciplinas escolares. Puede ir desde la simple comunicación de ideas hasta la integración recíproca de conocimientos y metodologías.
- *Transdisciplinariedad*: Supone un planteamiento de principios comunes a un conjunto de disciplinas; es decir, cuando varias disciplinas interactúan mediante la adopción de un recurso o contenido común pero no perteneciente específicamente a ninguna de ellas.

A la hora de abordar la interdisciplinariedad en la materia de educación física se debe llevar a cabo con los contenidos curriculares de otras materias del nivel educativo en el que se desea

desarrollar la interdisciplinariedad. A su vez debe estar presente la coordinación entre el profesorado para la elaboración de objetivos, contenidos, competencias, actividades formativas y evaluación (González & Campos Izquierdo, 2014).

En nuestra programación serán diversas las interdisciplinariedades que se van a llevar a cabo, optando en un inicio en el primer trimestre por dos Unidades Didácticas con interdisciplinariedad porque consideramos que al comienzo del curso los alumnos vienen más animados y es una buena manera de engancharlos en las asignaturas, motivándolos en gran parte. A medida que avanza el curso y ya en el segundo cuatrimestre, se realizará una interdisciplinariedad, la cual será más laboriosa y costosa en todas las asignaturas por los contenidos y tareas demandados. Por último, en nuestra última Unidad Didáctica, la interdisciplinariedad pasaría a llamarse transdisciplinariedad pues, a partir de un contenido se trabajará hasta en 6 asignaturas diferentes, siendo una buena forma de dar la bienvenida a los alumnos de 6º de primaria, dándose a conocer ante la gran mayoría de profesores; mientras que se trataría de una despedida emotiva para los alumnos de 4º ESO.

Tras consensuar con los docentes responsables de las distintas asignaturas se han establecido las siguientes interdisciplinariedades con las asignaturas de Educación Plástica, Visual y Audiovisual, Biología y Geología, Economía, Tecnologías de la Información y la Comunicación, Matemáticas Orientadas a las Enseñanzas Académicas, Matemáticas Orientadas a las Enseñanzas Aplicadas, Primera Lengua Extranjera (Inglés) y Lengua Castellana y Literatura.

### **Interdisciplinariedades en la Unidad Didáctica 2 “Cuesta arriba y sin frenos”**

- *Educación Física*: Desde nuestra materia trabajaremos el contenido en escalada propiamente dicho, a partir del cual surgen las siguientes interdisciplinariedades.
- *Educación Plástica, Visual y Audiovisual*: Con la intención de que los alumnos estén conociendo y descubriendo el mundo de los rocódromos, se les plantea en un inicio una tarea de investigación conjunta sobre el material empleado en las “rocas” de escalada, para posteriormente llevar a cabo la elaboración de otro pequeño rocódromo en otra de las paredes del garaje.
- *Biología y Geología*: En razón de aquellos alumnos que van por la rama académica, se trabajará de forma conjunta analizando el impacto de la escalada sobre el medio ambiente. Al ser un contenido que tendremos más complejo tratar en nuestra asignatura, pueden verlo aquí de forma secundaria.

- *Economía*: Para aquellos alumnos que cursan la rama de 4° Aplicadas, deberán elaborar el presupuesto de un rocódromo, teniendo en cuenta materiales, trabajadores, sueldo, seguros, etc.

Para ver la relación de las materias con los contenidos acudir al Anexo 30.

### **Interdisciplinariedades en la Unidad Didáctica 3 “Dando forma”**

- *Educación física*: Trabajaremos desde el contenido de la salud la condición física orientada a la escalada y el control de la intensidad de esfuerzos a través de la medición y control de la frecuencia cardíaca y percepción del esfuerzo.
- *Tecnologías de la Información y la Comunicación*: Desde esta materia y de acuerdo con el docente de la misma, los alumnos deberán investigar y escoger diferentes herramientas o aplicaciones de monitorización, donde incluirán sus mediciones realizadas en clase y reflexionarán sobre los resultados obtenidos.

Para ver la relación de las materias con los contenidos acudir al Anexo 31.

### **Interdisciplinariedades en la Unidad Didáctica 4 “Aprendemos pa-lante”**

- *Educación física*: Desde nuestra materia trabajaremos el contenido de palas y su técnica, táctica y alternativas de juego con palas.
- *Educación Plástica, Visual y Audiovisual*: Lo que trabajarán los alumnos aquí será la elaboración de unas palas resistentes con material reciclado que podrán usarse en las últimas sesiones si el tiempo lo permite.

Para ver la relación de las materias con los contenidos acudir al Anexo 32.

### **Interdisciplinariedades en la Unidad Didáctica 6 “Todo va sobre ruedas”**

- *Educación física*: Siguiendo las vertientes del currículo trabajaremos el contenido del patinaje de forma específica y práctica en nuestra asignatura, pero lo extrapolamos a deportes sobre ruedas en otras como inglés realizando así una interdisciplinariedad.
- *Primera Lengua Extranjera (Inglés)*: Se verá en otras lenguas algo de contenido deportivo en lo que respecta a deportes sobre ruedas que no podemos llevar a cabo en nuestra asignatura a través de esta asignatura, conociendo el funcionamiento, materiales, competiciones, etc.

Para ver la relación de las materias con los contenidos acudir al Anexo 33.

### **Interdisciplinariedades en la Unidad Didáctica 8 “Machaca la red”**

- *Educación física:* Aprovechando de un contenido tradicional como es el voleibol y que ya han trabajado a lo largo de estos años atrás, lo haremos más complejo a través de interdisciplinariedades donde ellos mismos se analicen y aprendan.
- *Tecnología de la Información y la Comunicación:* A través de la aplicación Kinovea, los alumnos analizarán sus gestos técnicos aprendiendo a usar esta aplicación y sirviéndonos como justificación en su autoevaluación en educación física.
- *Matemáticas orientadas a las Enseñanzas Académicas y Aplicadas:* Tratando de encontrar algo que resultara común y útil, nos damos cuenta de la formación de vectores y figuras geométricas durante el análisis de la técnica en voleibol desde la cabeza hasta los pies, surgiendo en común en ambas ramas el estudio de vectores y figuras geométricas.

Para ver la relación de las materias con los contenidos acudir al Anexo 34.

### **Transdisciplinariedad en la Unidad Didáctica 12 “La vuelta a España”**

A partir de un tema tan amplio como es La Vuelta Ciclista a España, no teniendo un contenido concreto en ninguna de las asignaturas, decidimos ponerlo como eje troncal en el trabajo interdisciplinar, donde desde cada asignatura se pondrán en marcha diversas tareas con la intención de aprender algo nuevo partiendo de este tema. Para justificarlo dentro de nuestra materia acudiremos al currículo en el deporte y práctica de deportes sobre ruedas, a pesar de especificar el patinaje, al ya haberlo puesto en marcha y haber finalizado todos los contenidos del mismo, lo añadiremos como un contenidos extracurricular.

- *Educación Física:* Desde nuestras asignaturas serán varias las tareas que se pondrán en marcha y que irán desde el conocimiento de la bicicleta a la realización de maniobras y circuitos de habilidad hasta la concienciación por el medio ambiente.
- *Lengua Castellana y Literatura:* Desde esta asignatura deberán elaborar una infografía sobre la bicicleta en una cartulina que se expondrá en los pasillos del Colegio.
- *Educación Plástica, Visual y Audiovisual:* Llevarán a cabo un taller de chapa y pintura, donde los alumnos elaborarán y pintarán bicicletas con material reciclable.
- *Matemáticas orientadas a las Enseñanzas Académicas y Aplicadas:* Teniendo contenidos comunes como los hay en distintas ramas, esta sería una oportunidad para

juntar a todos los alumnos y trabajar la estadística y la probabilidad en la Vuelta a España del año correspondiente, tratando de averiguar las posibilidades de los corredores.

- *Primera Lengua Extranjera (Inglés)*: Para conocer un poco de cultura hacemos uso del inglés, conociendo a los grandes corredores de las vueltas y de la actual, estudiando sus nacionalidades y países de origen.
- *Geografía e historia*: Una de las actividades que puede predicar con el ejemplo de enganchar a los alumnos en contenidos no tan divertido pero que si se hacen de esta forma es más divertido. Así se aprovecha la excusa de este proyecto para estudiar el relieve y accidentes geográficos por los que pasa la vuelta viendo su evolución desde la primera vuelta ciclista hasta la actualidad.

Para ver la relación de las materias con los contenidos acudir al Anexo 35.

## **10.2. Intradisciplinariedad**

La intradisciplinariedad puede definirse como la integración de saberes que se imparten en una misma asignatura (Lavega et al., 2013). Todas y cada una de nuestras Unidades Didácticas guardan al menos una relación de intradisciplinariedad con otra, de manera que los alumnos se encuentren en un constante aprendizaje. Las intradisciplinariedades llevadas a cabo son:

- Intradisciplinariedad entre las Unidades Didácticas 1-2-4-8-10: En la UD 1, pondremos en marcha los diversos deportes colectivos e individuales que se van a trabajar a lo largo de la asignatura, pretendiendo dar una visión inicial al alumnado, dándose cuenta de dónde parten y hasta dónde van a ser capaces de llegar.
- Intradisciplinariedad entre las Unidades Didácticas 2-3; 6-7 y 10-11: Entre estas Unidades Didácticas lo que ocurre es que se trabajan dos contenidos distintos del currículum pero que nosotros los tratamos de relacionar para dar significatividad al aprendizaje. Así las Unidades Didácticas 2, 6 y 10 tratan diversas actividades físicas o deportes, las cuales relacionamos con el ámbito de la salud y la mejora en la condición física para mejores destrezas en las Unidades Didácticas 3, 7 y 11.
- Intradisciplinariedad entre las Unidades Didácticas 3, 7, 10 y 11: Lo que perseguimos es dar recursos, herramientas y consejos sobre nuestros alumnos para que desde ya puedan comenzar a practicar actividad física y deporte sin necesidad incluso de ir a un gimnasio, club o tener un entrenador personal. Es tan sencillo como enseñarles algunas

rutinas y que ellos mismos las preparen, eso sí de forma progresiva, aprendiendo a registrar sus entrenamientos y sus propios esfuerzos.

- Intradisciplinariedad: entre las Unidades Didácticas 5 y 9: No menos importante será mostrar a nuestros alumnos la necesidad de mantener unos hábitos posturales correctos. De manera progresiva les enseñamos desde el origen de estas posturas y sus desequilibrios hasta la intervención y corrección de las mismas.

## **11. Tratamiento transversal**

La transversalidad alude a una forma de entender el tratamiento de determinados contenidos educativos que no forman parte de las disciplinas o áreas del saber y la cultura (Yus, 1996). La LOMCE recoge en su preámbulo que el desarrollo del tratamiento transversal debe inspirar el conjunto de la vida escolar y ha de desarrollarse como parte de la educación en valores con carácter transversal a todas las actividades escolares en cada una de las áreas y materias (González y Campos Izquierdo, 2014).

Para orientarnos en el tratamiento que debemos seguir de forma más específica, atendemos a las premisas dadas por Celorio (1992) de elementos comunes al tratamiento transversal como son acentuar cuestiones problemáticas de nuestra sociedad, plantear los problemas en forma de reconocimiento de conflictos y educación desde el mismo, promover visiones interdisciplinares, globales y complejas y promover la necesidad de aulas cooperativas.

Por tanto el tratamiento transversal consiste en el trabajo en valores realizado por los alumnos para que además de instruirles académicamente, también se formen como personas. A partir de las diferentes Unidades Didácticas en este curso académico, además de los contenidos, se intentarán trabajar elementos transversales durante cada una de las sesiones.

En la sesión de la 1ª Unidad Didáctica de multideporte con escalada, baile, voleibol y palas a priori, se intentará fomentar el respeto por las reglas, asunción de normas de seguridad, respeto y tolerancia con el adversario, eliminación de barreras interculturales, así como fomentar la igualdad de oportunidades y género.

Durante la 2ª Unidad Didáctica y la escalada, se potenciará la importancia del respeto y seguimiento de pautas y normas de seguridad, realización de ayudas a los compañeros y, la importancia de mantener motivados a los alumnos que realizan la actividad (animar). En cuanto a la Unidad Didáctica 3 a la par que la 2, tratamos el contenido de la condición física, usando de excusa su proyección en la escalada para proporcionarles herramientas de entrenamiento y

así, adquirir hábitos y rutinas saludables de ejercicios, conocer su capacidad de esfuerzo y, respetar tanto nuestro cuerpo como el de nuestros compañeros, no discriminación.

Seguimos con la Unidad Didáctica 4 y el trabajo de una actividad alternativa como son las palas, donde fomentando el trabajo en equipo se pretende valorar el esfuerzo, la capacidad de superación y el respeto por los compañeros y las reglas impuestas. De forma pareja llevamos a cabo la Unidad Didáctica 5 donde trabajando otro de los contenidos en salud como son los desequilibrios, buscamos un aprendizaje para la vida, sabiendo reconocer sus desequilibrio, debilidades y, trabajarlos para minimizarlos, valorando la constancia y su afán de superación.

Comenzamos el segundo trimestre y la Unidad Didáctica 6 de patinaje, donde lo que perseguimos principalmente dentro del trabajo colectivo es la empatía, ofrecer ayudas, mientras que en el ámbito individual insistimos en su constancia y trabajo en las clases. Paralelamente en la Unidad Didáctica 7, otro contenido en salud en el cual lo que buscamos es conciencia en la prevención de lesiones, limitaciones de nuestro cuerpo y, las medidas de seguridad.

Continuamos con la Unidad Didáctica de voleibol, la 8 donde pretendemos centrarnos en la consideración del nivel propio de destreza del alumno y el de los demás, así como el respeto por las reglas en la práctica. A la par el contenido referente a los desequilibrios posturales en la Unidad Didáctica 9 como objetivos transversales nos planteamos identificar sus errores cotidianos, reconocer sus fallos, esforzarse por modificarlos e incitar al resto a modificar los malos hábitos posturales.

Para dar comienzo al tercer trimestre en su Unidad Didáctica 10 nos ponemos con el baile, teniendo la transversalidad muy clara en fomentar igualdad y la no discriminación en el baile principalmente por género o nivel de destrezas. De forma simultánea en la Unidad Didáctica 11 queremos que aprendan nuevas herramientas para registrar su actividad, así será importante la concienciación, reconocer beneficios del deporte, importancia de su práctica.

Por último en la Unidad Didáctica 12 en el gran proyecto transdisciplinar, lo que queremos es impulsar la empatía y cercanía con alumnado más pequeño, despertar emociones y sentimientos de emoción, recuerdo y satisfacción por todos estos años y, acciones altruistas hacia otros.

## **12. Innovación educativa**

Del Valle y García (2007), citados en González Rivera y Campos Izquierdo (2014), proponen la inclusión del elemento de innovación e investigación educativa dentro de una programación de aula, con el propósito de la mejora de la enseñanza. Sin embargo la innovación no debe buscarse

en términos absolutos de novedad, de invención, sino más bien en términos de tratamiento de situaciones para mejorarlas o transformarlas, a partir de adicionar elementos nuevos a los existentes, organización distinta de lo preestablecido o la combinación de todos.

A lo largo de nuestra programación defenderemos esta idea, pues lo que queremos principalmente es mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje incluyendo aspectos novedosos en la medida de lo posible, alternando lo más clásico con lo innovador. En esta línea y siguiendo con los tres niveles de innovación que propone Sparkes (1992), nuestras principales innovaciones se llevarán a cabo de la siguiente manera:

**1. Primer nivel de innovación:** Es el más superficial y son los cambios que únicamente afectan a los contenidos impartidos o las actividades que se van a realizar. En este nivel nuestras innovaciones principalmente afectan a las actividades y no tanto a los contenidos. Al fin y al cabo al disponer de los viernes para impartir nuestra asignatura, muchos son días festivos o puente por lo que nuestro tiempo para cumplir con el currículo es muy limitado. A pesar de nuestras limitaciones podemos decir que una de nuestras innovaciones principales es la incorporación del ciclismo a nuestra Programación, así como la involucración de contenidos referentes a otras asignaturas como el uso de tecnologías o de las interdisciplinariedades. Sin embargo en este primer nivel nuestras mayores innovaciones irán orientadas a las actividades planteadas en nuestras sesiones, por seguir unos modelos deportivos que les permitirá acercarse a conceptos tácticos o técnicos con la práctica de otras actividades buscando un aprendizaje significativo.

**2. Segundo nivel de innovación:** Aquí nos encontramos con las innovaciones que afectan a los elementos curriculares más complejos como son la metodología, evaluación, estructura de sesión, etc., los cuales tienen implicaciones en las creencias educativas que se poseen.

- **Metodología** será uno de los aspectos más innovadores que nos caracteriza. Los alumnos están cansados de ser los meros receptores de la información por lo que pasamos al ataque y les damos el protagonismo. Optamos por metodologías abiertas y flexibles donde nuestro alumnado sea el protagonista. Así pondremos en marcha metodologías como el descubrimiento guiado o la resolución de problemas donde ellos toman las riendas en sus soluciones; a ello le sumamos aquellas sesiones en las que ellos mismos ejercen incluso como profesores y lideran la clase con la enseñanza recíproca o la microenseñanza, así como aquellas metodologías que les supone un punto más individualista y reflexivo como son la enseñanza por niveles, el programa individual, la

autoevaluación o, la inclusión. A estos estilos de enseñanza debemos añadirle aquellos estilos socializadores como el Phillips 66, el puzle de Aronson o el brainstorming.

- **Interdisciplinariades:** Uno de nuestros elementos más potentes de la programación y que ponemos en práctica en todos nuestros trimestres, finalizando el último de ellos con interdisciplinariades a grande escala o impacto dentro del centro escolar. Creemos que las interdisciplinariades tienen un elevado grado de significatividad en los aprendizajes del alumno que le ven un sentido coherente al trabajar un mismo contenido en varias asignaturas como ocurre en nuestras Unidades Didácticas 2, 3, 4, 6, 8 y 12.
- **Modelos deportivos:** Otro aspecto que va a caracterizar nuestras clases y sobre todo el elemento de la innovación. Lo que pretendemos con estos modelos es mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje porque nos ayuda a realizar progresiones eficientes y eficaces en las clases, así como introducir elementos y contenidos novedosos para ese primer nivel de innovación con actividades adaptadas o deportes modificados. Estos modelos educativos que se utilizarán son: el técnico, ludotécnico, comprensivo y el horizontal y estructural de enseñanza centrada en el juego.
- La **evaluación** es el último de los aspectos innovadores de los que haremos uso en este nivel pues, no nos quedaremos en la heteroevaluación tradicional en la que el docente evalúa y el alumno ejecuta la acción técnica, sino que daremos aquí también ese protagonismo al alumnado con la utilización de métodos distintos como son la coevaluación, la evaluación compartida o la autoevaluación. Además de estos también se empleará la heteroevaluación tanto por parte del docente como del alumnado. Entre los instrumentos a utilizar irán desde diarios del alumnado, registros anecdóticos, pasando por fichas y hojas de observación, así como diferentes tipos de escalas de valoración descriptivas, ordinales, numéricas o listas de control.

**3. Tercer nivel de innovación:** Se producen los cambios más profundos y por ello es el más difícil de realizar, porque hace referencia a creencias y convicciones personales de cada docente sobre la educación física.

En este último punto podríamos clasificar nuestra última Unidad Didáctica la cual podríamos decir que es una interdisciplinariades a grande escala o, mejor dicho una transdisciplinariades en la cual a partir del contenido de la Vuelta a España en cada asignatura se trabaja un contenido que se pueda relacionar. Se plantea al final porque esta forma de trabajar será el comienzo de un gran proyecto o metodología de trabajo para el resto de años. Lo hacemos para probar cómo puede funcionar una interdisciplinariades realizada a tan gran escala y que los alumnos que no

lo experimentan que son los que se quedan casualmente en el instituto se queden con ganas de más o de llevar algo así a cabo. Por ello lo realizamos al final a modo experimento para que año tras año se vayan incluyendo más formas de trabajar en esta línea y de manera continua para que los alumnos permanezcan enganchados a las asignaturas y no pierdan la orientación de lo que se está trabajando en cada una de ellas.

### **13. Atención a la diversidad**

El grupo al que va dirigida la programación se conforma por alumnos de diferentes capacidades, distintos ritmos de aprendizaje y con una amplia gama de intereses y motivaciones que como docentes debemos satisfacer (González & Campos Izquierdo, 2014). La atención a la diversidad por estos mismos autores se relaciona con los medios necesarios para que el alumno alcance su máximo desarrollo personal, intelectual, social y emocional.

Será el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato se nos convoca a facilitar el aprendizaje de todos los alumnos que requieran una atención educativa diferente de la ordinaria por presentar necesidades educativas especiales. Este apartado se plantea ante la necesidad de establecer adaptaciones sobre aquellos alumnos que necesitan de una atención especial o de una educación adaptada o modificada.

Por ello en primera instancia planteamos la atención a la diversidad sobre aquellos casos puntuales o eventuales que pueden surgir en nuestras clases como es el caso de asistir a clase sin el chándal o, la existencia de lesión en alguno de nuestros alumnos. Por otro lado y, de forma fija nos encontramos a un alumno con hipoacusia leve y una alumna con trastorno por déficit de atención e hiperactividad. En lo referente al alumno con hipoacusia debemos saber que aunque su audición es disminuida, resulta funcional y permite el desarrollo del lenguaje oral por vía auditiva, presentando prótesis auditiva que se retira durante las sesiones de educación física. Por su parte la alumna con déficit de atención e hiperactividad lleva en el centro desde educación infantil por lo cual su adaptación y desarrollo en las clases únicamente precisa de adaptaciones curriculares no significativas. Las características de estos alumnos se mostrarán en sus DIAC correspondientes. A ello le añadiremos una mayor señalización y detalle en función de la Unidad Didáctica a desarrollar, como podemos ver en el apartado de Atención a la Diversidad de la Unidad Didáctica 2 en el Anexo 1 que hemos llevado a la práctica, donde las adaptaciones anteriores se encuentran detalladas y especificadas en el contenido y siguiendo las pautas de González Rivera y Campos Izquierdo (2014).

- **Adaptaciones curriculares no significativas para alumnos que no acuden con chándal.**

En el caso de que esto suceda con cualquiera de nuestros alumnos, las medidas serán las mismas para todos y cada uno de ellos. Lo importante será hacerles ver que la necesidad y utilidad del chándal en la práctica deportiva han de incorporarlo como hábito, por lo que se seguirán las siguientes adaptaciones:

- ✓ Realizar educación física siempre y cuando la ropa no suponga un peligro en la práctica para él o sus compañeros.
- ✓ Permitir traer ropa de cambio al finalizar la sesión de educación física.
- ✓ Plantear actividades de refuerzo que le hagan ver al alumno que puede recuperar su nivel y que nos mostramos cercanos a él.
- ✓ Dar significatividad a la enseñanza y a su razón de cuestionarse la realidad de las prácticas deportivas a través de actividades de profundización.
- ✓ Dirigirnos a él en tono similar al suyo, no ser restrictivos y evitar darle razones para el abandono o el enfrentamiento.
- ✓ Permitirle beneficios de sentirse más protagonista los días que cumpla con su deber de traer el chándal, por ejemplo, permitirle ser quien demuestre los ejercicios.
- ✓ Generar climas afectivos distendidos y de confianza, donde el trabajo en equipo sea el principal componente de la sesión.

- **Adaptaciones curriculares no significativas para alumno/a con lesión**

Los alumnos que por cualquier circunstancia presenten cualquier tipo de lesión transitoria, deberán cumplir con normalidad el curso académico bien encomendándoles otras tareas o adaptándolas las actividades que realizan sus compañeros si la lesión no lo impide.

- ✓ Realizar una evaluación inicial para conocer su punto de partida en el ámbito del saber.
- ✓ Ser partícipe de correcciones y orientaciones junto al profesor; guiada por él.
- ✓ Tareas diferenciadas de investigación para cada sesión.
- ✓ Dotar la función de profesor/a.
- ✓ Permitir la acción de entrenadora en algún equipo durante juegos competitivos.
- ✓ Facilitar hojas de observación y participación en grupos también.
- ✓ Modificar evaluación, aportando el mayor peso al ámbito del “saber”.

- **Adaptaciones curriculares no significativas para alumno con hipoacusia leve**

Dado que el alumno no presenta grandes dificultades para seguir con normalidad las clases, se realizarán una serie de adaptaciones curriculares no significativas para nuestras sesiones prácticas (no hay clases teóricas), que faciliten su aprendizaje. Estas adaptaciones se pondrán en marcha de forma específica y distinta en cada Unidad Didáctica, para lo cual elaboraremos un Documento Individual de Adaptación Curricular (DIAC) que podremos visualizar en el Anexo 36. De forma general las adaptaciones a seguir en la línea de Sanz y Reina (2012) serán:

- ✓ Asegurar la comprensión en el lenguaje oral previo a la práctica: Para ello llamaremos su atención con banderas de colores o brazos levantados; nos colocaremos frente a él con movilidad de labios ostensible, sin taparnos la boca ni movimientos rápidos; explicaciones cortas y sencillas; prevenir y erradicar el ruido durante explicaciones (técnica brazo arriba), alejándonos de puertas y ventanas.
- ✓ Usaremos una pizarra para que previamente a la clase hayamos representado cosas simples como: distribución de la clase, materiales, incluso ejercicios si son simples.
- ✓ Realizar ejemplificaciones en cada uno de los ejercicios para reafirmar la comprensión del mismo, poniendo incluso al alumno con hipoacusia de ejemplo.
- ✓ El feedback a proporcionar preferiblemente kinestésico-táctil y muy visual que facilite su comprensión. Además de procurar que sea terminal o retardado y no tan concurrente que puede llevarle a situaciones de agobio o estrés.
- ✓ Facilitar información a través de tarjetas u otros materiales visuales en aquellas tareas en las cuales la responsabilidad la lleve el alumnado como: resolución de problemas, descubrimiento guiado, microenseñanza o enseñanza recíproca.
- ✓ Importancia en la distribución y organización del alumnado, formación de grupos y compañeros con los que trabaja. Fomentar un buen clima y ayudarle a trabajar con aquellos alumnos que en un inicio se sienta más cómodo y más le ayuden.
- ✓ Trabajar con metodologías que hagan partícipe y otorgar protagonismo a este alumnado, de tal forma que se sienta valorado al igual que el resto.

- **Adaptaciones curriculares no significativas para alumna con TDAH**

Al igual que el alumno con hipoacusia, esta alumna precisa de unas adaptaciones curriculares no significativas por su adquisición de modales y hábitos a lo largo de su vida en parte gracias a la ayuda proporcionada por el centro. Dentro de nuestra materia, serán algunas de las siguientes generalidades sobre las cuales actuaremos, siendo especificadas en el DIAC correspondiente que podemos ver en el Anexo 37. Por lo tanto las adaptaciones a seguir en línea de Villa (1999) son:

- ✓ Actuar sobre la intervención educativa y la metodología. En esta línea se utilizarán las negociaciones, economía de fichas, “premios”, contratos de comportamiento, de tal forma que se modele su comportamiento tratando de erradicar el castigo. Un ejemplo de contrato de comportamiento lo podemos ver en el Anexo 60.
- ✓ Tener bien estructuradas las sesiones en lo referente a la organización, de ahí el uso de pizarras para dibujar y dejar establecidos los espacios y las tareas, como el asegurarnos en aquellas tareas con mayor libertad en el alumnado que al menos un compañero lo ha comprendido. De forma específica buscaremos encajar a esta alumna en grupos de trabajo responsables y que comprenden las tareas de forma que puedan hacer efectivo el trabajo cuanto antes. Por lo tanto esto nos “obliga” en cierta medida a trabajar por grupos en la mayoría de las clases y, en la otra gran parte a trabajar con instrucción directa. Progresivamente incluiremos el trabajo individual.
- ✓ El ambiente o clima será otra de las adaptaciones no curriculares a tener en cuenta, viéndose modificada en ocasiones según la actitud del alumno. Así según la actitud que manifieste esta alumna puede salir una clase espectacular o, desastrosa si no actuamos a tiempo. Por tanto buscaremos que el clima de trabajo sea de confianza, mientras que aquellos días que venga con una actitud excesivamente activa, incluso agresiva nos veremos obligados a cambiar metodología y organización si fuera necesario. Además en lo referente a los espacios, procuraremos que si repartimos por postas, ella trabaje en el patio al aire libre en el caso de que nos quedemos en el colegio; si salimos al polideportivo no habrá ese problema.

## **14. Evaluación**

### **14.1. Evaluación del proceso de aprendizaje**

#### **Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje**

El Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato nos propone los criterios y estándares de aprendizaje que podemos consultar en el Anexo 38. A partir de estos se han concretado en el segundo nivel de concreción curricular en el Anexo 39 para posteriormente elaborar los nuestros propios que son los mostrados a continuación:

1. Saber aplicar los fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión: patinaje sobre ruedas y escalada.

- 1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.
  - 1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
  - 1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.
2. Elaborar y representar coreografías colectivas acordes al tiempo y espacio.
    - 2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.
    - 2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.
    - 2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.
3. Resolver situaciones motrices que se presenten en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos individuales o colectivos: palas y voleibol.
    - 3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.
    - 3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.
    - 3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.
    - 3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.

- 3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.
  - 3.6 Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.
4. Saber argumentar y razonar la importancia de unos hábitos de vida saludable, plasmándolo en un decálogo de beneficios de la actividad física sobre la salud.
    - 4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.
    - 4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
    - 4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.
    - 4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.
  5. Alcanzar una mejora en la condición física, identificando el cambio y su origen, relacionándolo con la salud mediante el trabajo de la condición física.
    - 5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.
    - 5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
    - 5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.
    - 5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud
  6. Diseñar una sesión completa de educación física en un contenido específico, donde exista una progresión en la intensidad.

- 6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.
  - 6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.
  - 6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.
7. Colaborar en la planificación y en la organización de un proyecto transdisciplinar teniendo como punto de partida la Vuelta Ciclista de España, participando en la organización de actividades.
- 7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.
  - 7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.
  - 7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.
8. Mostrar capacidad crítica ante los valores en el deporte, dando respuesta ante deportivas de violencia, discriminación o competitivas mal entendidas.
- 8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
  - 8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.
  - 8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.
9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.
- 9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.
  - 9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.

- 9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
10. Establecer normas y reglas conjuntas en la asignatura previniendo situaciones de riesgo o acciones precarias sin tomar medidas adecuadas
- 10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.
  - 10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
  - 10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.
11. Demostrar actitud crítica ante las actividades y debates planteados, sirviendo de ayuda y apoyo en los grupos ofreciendo ayuda a los demás dentro de nuestras capacidades.
- 11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.
  - 11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.
12. Hacer un uso eficaz de las tecnologías buscando una mejora en el proceso de aprendizaje como herramienta en la elaboración de tareas y evaluación posterior en la Unidades Didácticas de Salud y Expresión Corporal.
- 12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
  - 12.2. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.
  - 12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

A partir de estos criterios y estándares de aprendizaje nuestros alumnos serán evaluados de la forma más objetiva posible. Para ello el primer paso que tendremos que dar es relacionar los criterios y estándares de evaluación con nuestras Unidades Didácticas y los contenidos, objetivos y competencias correspondientes como en el Anexo 40.

## **Criterios de calificación y evaluación por competencias**

A la hora de establecer los criterios de calificación atenderemos a los tres ámbitos de la conducta humana: cognitivo (saber), motor (saber hacer) y social afectivo (saber ser); quedando desglosado de la siguiente manera:

- *Saber: 20%*. Consideramos importante el conocimiento teórico como parte de la asignatura, pero por las propias características de la materia debe tener menos peso que el saber hacer y a la par del saber ser.
- *Saber hacer: 60%*. Consideramos este ámbito como el más importante, puesto que los procesos de enseñanza aprendizaje de la asignatura giran en torno a situaciones motrices, por tanto el saber hacer es lo más importante de la asignatura aunque no lo único.
- *Saber ser: 20%*. La educación física es una potente herramienta para formar el saber ser, sus características particulares hacen de ella un gran medio para alcanzar esta dimensión humana. Por esto consideramos que tras el saber hacer, es el segundo saber al que más importancia tenemos que dar junto al saber.

Estos ámbitos de conducta anteriores serán evaluados en cada Unidad Didáctica pudiendo recibir un peso distinto en cada una de ellas hasta cumplimentar los porcentajes que se han estimados para cada trimestre. Esto no se habrá podido llevar a cabo sin la relación entre los distintos elementos que conforman el currículum. A posteriori desarrollaremos los descriptores, indicadores y niveles de logro en cada competencias para, a partir de ahí poder pensar en lo que queremos evaluar y cómo lo haremos. De esta forma habremos ido especificando desde cada Unidad Didáctica acompañándola por los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje correspondientes, que a su vez se relacionarán con las distintas competencias y los instrumentos de evaluación correspondientes que podemos ver en el Anexo 41. A continuación de esto será necesario que esta tabla se relacione con los distintos tipos de saberes y estándares de evaluación como en el Anexo 42, para poder aportar los porcentajes correspondientes a cada tarea y cada instrumento en cada Unidad Didáctica como por ejemplo hemos llevado a cabo en el Anexo 43. De esta manera alcanzaremos nuestro propósito de evaluar por competencias, atendiendo a las mismas según el ámbito del saber al que creamos que pertenece.

## **Tipos de evaluación e instrumentos de evaluación**

Los tipos de evaluación que llevaremos a cabo en nuestras Unidades Didácticas serán muy diversos, para ello mostraremos a continuación aquellos que vamos a seguir orientándonos por

González Rivera y Campos Izquierdo (2014), realizando alguna ejemplificación sobre nuestras Unidades Didácticas, dejando claro que estos no serán los únicos tipos ni instrumentos que se llevarán a cabo en cada una de ellas:

- *Heteroevaluación por parte del docente:* Es una práctica tan común como necesaria en la que como docentes tomaremos las decisiones sin contar con la participación del alumnado. No será muy utilizada, sin embargo en aquellos casos en los que el conocimiento del alumnado no es elevado o, el contenido exige cierta complejidad seremos nosotros quienes evaluemos así como es el caso en las Unidades Didácticas 3, 7, 9 y 11 (aquellos contenidos relacionados con la salud y el balance energético). Los instrumentos de evaluación empleados para estas Unidades Didácticas, serán principalmente el diario del alumno o del investigador, donde presentaremos una rúbrica para rellenar cada día brevemente (Anexo 44) en forma de evaluación formativa para conocer su progreso; mientras que a través de escalas de valoración numéricas para evaluar el trabajo sumativo final de las Unidades Didácticas 3 y 9 (Anexo 45, Y 47), mientras que elaboramos listas de control para las Unidades Didácticas 7 y 11 (Anexo 46 Y 48)
- *Coevaluación:* Es el tipo de evaluación que se realiza entre iguales, centrándonos en un procedimiento de evaluación entre el alumnado. Esto permitirá enriquecer el aprendizaje tanto del evaluador o los evaluadores como de la persona evaluada, adquiriendo conceptos y nociones básicas a asimilar. Esto lo podemos ver en las Unidades Didácticas 2, 4 y 10. En lo referente a los instrumentos de evaluación empleados podemos distinguir entre la lista de control empleada para la UD 2 (Anexo 49); la escala de valoración numérica para la UD 4 (Anexo 50) y, la escala de valoración descriptiva que se utiliza para el contenido de baile en la UD 10 (Anexo 51). A estas le añadiremos un seguimiento con registro de control en las tres Unidades Didácticas (Anexo 55).
- *Autoevaluación:* Consistirá en aquella evaluación que van a realizar nuestros alumnos de forma individual sobre sí mismos y el proceso que han llevado a cabo y los resultados obtenidos. Este tipo de evaluación se pondrá en marcha en las Unidades Didácticas 6 y 8. Para estos casos haremos uso en primera instancia del instrumento de evaluación del cuaderno de campo que lo evaluarán mediante una lista de control (Anexo 52) para que el alumno pueda evaluarse de forma objetiva acudiendo a su progreso, para posteriormente registrar su actividad práctica en la escala de valoración descriptiva (Anexo 53 y 54).
- *Evaluación compartida:* Haremos uso del diálogo para evaluar a nuestros alumnos, de esta forma este tipo de evaluación nos permite intercambiar información y buscar acuerdos con

los alumnos y los grupos. Nos encontraremos con evaluación compartida en las Unidades Didácticas 5 y 12. Los instrumentos que más convenientes hemos creído para la evaluación compartida han sido: por un lado y parte del profesor llevar a cabo un registro anecdótico (Anexo 55) para así contrastar con el cuaderno de campo de nuestro alumnado y a través del diálogo tratar de llegar a un acuerdo. Una vez determinada la nota del grupo, deben de repartirse la misma a partir de unos criterios dados por el docente en forma de lista de control (Anexo 56)

Otros instrumentos que también utilizaremos pero que no siempre serán registrados o relevantes, pero que sí nos servirán para tener evidencias son por ejemplo los grupos de discusión, tormentas de ideas o puzzles de Aronson, la observación externa, las notas de campo, diario de campo, las fotografías o fotomontaje, o incluso las entrevistas.

De forma específica podremos consultar esta relación entre los tipos de evaluación y los instrumentos apropiados y explicados con las Unidades Didácticas en el Anexo 57.

## **14.2. Evaluación del profesor**

### **Tipos de evaluación e instrumentos de evaluación**

Para la evaluación de la práctica docente y del proceso de enseñanza, llevaremos a cabo los siguientes métodos de evaluación:

- *Heteroevaluación por parte del alumnado:* Apostaremos porque los propios alumnos y alumnas sean quienes nos evalúen a partir de encuestas o cuestionarios que les ofreceremos como los del Anexo 58
- *Autoevaluación del profesor:* Al finalizar cada Unidad Didáctica nos evaluaremos a nosotros mismos en un proceso de reflexión sobre la práctica docente. Nos veremos ayudados por nuestro diario del profesor. Cada día rellenaremos la lista de control mostrada en el Anexo 59
- *Profesor observador externo o evaluación por pares:* Con este método de evaluación lo que vamos a procurar es conseguir que algún docente que se encuentre en su tiempo libre acuda algún tiempo a nuestra sesión y, desde fuera observe lo que ocurre. Así al final de la sesión podrá comunicarnos qué puede fallar o quienes no trabajan.

En lo referente a los instrumentos de evaluación que propone Díaz Lucea (2005), en este caso haremos uso principalmente de registros anecdóticos como podemos ver el Anexo 55, y

cuadernos de campo, en este caso como forma de diario del profesor en el cual tendremos una plantilla a rellenar tras cada sesión como la del Anexo 59.

### **14.3. Temporalización de la evaluación**

A lo largo de nuestra programación aplicamos la evaluación continua en busca de un proceso formativo que permita recabar información en todo momento y realizar juicios de valor para la orientación y toma de decisiones sobre dicho proceso. Esta evaluación siguiendo a Lozano (1995), citado en González Rivera y Campos Izquierdo (2014) son:

- *Evaluación inicial:* Procuraremos realizar un diagnóstico inicial conociendo el nivel de partida de los alumnos, aunque nuestra evaluación inicial comienza con el análisis del centro y su entorno plasmado en un DAFO. En segundo lugar haremos una evaluación inicial para conocer el nivel de motivación y expectativas del alumnado hacia la materia, en forma de cuestionario, mediante el Anexo 26. Por otro lado al comienzo de nuestras Unidades Didácticas también llevaremos a cabo evaluaciones iniciales de formas muy diversas: para ello haremos uso donde la responsabilidad sea completa del alumno en metodologías abiertas para ver qué sabe y lo que no y llevarlo en anotaciones generales en nuestro registro anecdótico. Por otro lado haremos uso de herramientas y metodologías que conllevan un mayor uso de la razón y justificación como los brainstorming y el puzle de Aronson, donde los alumnos verbalizan sus conocimientos y se los hacen llegar a los demás. Estas formas de evaluación inicial que nos permiten a través de la observación conocer el punto de inicio no nos lleva una gran pérdida de tiempo, ni es preciso de anotación en cuestionarios o test.
- *Evaluación reguladora o formativa:* se lleva a cabo con la finalidad de observar los progresos y dificultades tanto del proceso de enseñanza como el de aprendizaje para adaptarse a las nuevas necesidades que se plantean. De esta forma permite modificar la intervención didáctica y el diseño de las UD en función de los resultados obtenidos. En esta línea a lo largo de la mayoría de nuestras Unidades Didácticas, la evaluación formativa va a estar presente. Dado que es muy complejo que en las clases nos encontremos con un papel y boli, la Tablet o el ordenador anotando alumno por alumno, lo que decidimos es hacer protagonistas al alumno en esta evaluación formativa, siendo ellos los encargados de corregirse, proporcionarse feedback y anotar lo errores y aciertos a través de hojas de observación con metodologías como enseñanza recíproca, microenseñanza o en forma de grupos reducidos. Esto nos ayudará a ver el nivel y el progreso del alumno al ser muy difícil tener ojos para todos, proporcionando un buen

feedback en cada ejercicio. Además a través de la elaboración del cuaderno de campo en las Unidades Didácticas de salud, nos permitirá conocer de dónde han partido nuestros alumnos y, hasta donde han sido capaces de llegar. Por último en aquellas unidades que no se trabaje así, esta evaluación se aportará principalmente a través del feedback del docente.

- *Evaluación final y sumativa:* Nos aportará un informe global que manifestará la trayectoria seguida por el alumno. En este sentido optamos por evaluar aquellas actividades físico-deportivas o deportes en forma de competición, siendo los propios alumnos quienes se evalúen entre sí como es el caso en escalada, deporte de palas y baile; mientras que en los otros serán los propios alumnos quienes evalúen su proceso de una forma más técnica como en patinaje y voleibol. Por otro lado en aquellas actividades menos prácticas y con mayor carga teórica la evaluación partirá de la creación y elaboración de algo como decálogos, fotomontajes o mini-sesiones, en las cuales el docente tendrá un gran peso en su evaluación.

#### **14.4. Medidas de recuperación**

Para superar la asignatura el alumno debe obtener al menos una calificación de 5 en cada uno de los ámbitos de la conducta humana (saber, saber hacer y saber ser) definidos en los criterios de calificación (20-30% saber, 50-60% saber hacer y 20-30% saber ser) en los tres trimestres.

Situaciones que pueden surgir:

- Un alumno suspende alguno de los ámbitos (ya sea trimestralmente o en el global del curso) y aprueba los demás. En este caso, se le guardará la parte aprobada y deberá recuperar la suspenso a través de tareas teórico-prácticas del contenido pendiente.
- Un alumno suspende todos los ámbitos (ya sea trimestralmente o en el global del curso), en este caso acudirá al examen extraordinario que recoja todos los contenidos teórico-prácticos tratados.
- Un alumno no ha podido realizar alguna Unidad Didáctica por lesión u enfermedad. En caso de estar lesionado y poder asistir a clase, se le permutarán las tareas por un control y seguimiento de las mismas. En caso de no poder acudir al centro, tendrá un programa de apoyo por parte del profesor que le facilitará tareas complementarias con la que pueda lograr los objetivos como el resto de sus compañeros.

Las tareas y exámenes de recuperación serán individualizados y elaboradas atendiendo al caso concreto del alumno, buscando que el mismo sea capaz de alcanzar los mínimos exigidos para superar la asignatura.

## **15. Conclusión**

El principal objetivo por el que se desarrolla la presente programación de aula sería la ordenación y planificación de todos aquellos elementos curriculares con los que se van a llevar a cabo la asignatura de Educación Física, tratando de enriquecer al máximo en la medida de lo posible las clases, llevando un proceso de enseñanza-aprendizaje que fomente el desarrollo integral del individuo.

Esta herramienta nos permite tener una visión global y flexible de la organización de las actividades y contenidos que se desarrollarán a lo largo del curso. Además nos permite prever los posibles problemas que puedan surgir durante el curso, aportando medidas que a priori nos permitirían resolver algunos de los inconvenientes, como es el caso de las medidas de atención a la diversidad, para poder brindar las mismas oportunidades de aprender a todos nuestros alumnos.

Con la visión global de todas las actividades que vamos a llevar a cabo durante el curso académico podemos incluir todas las competencias y puntos relevantes de forma planificada. Además, estas deben de tener coherencia respecto a los contenidos que trataremos. A través de todos estos contenidos intentaremos brindar el máximo número de experiencias y vivencias a nuestros estudiantes para provocar un proceso de enseñanza lo más enriquecedor y significativo posible.

Al mismo tiempo, esta programación puede sufrir cambios durante el curso adaptándose a las situaciones y necesidades que observemos dentro del aula, es decir, no es un documento definitivo. Por ello debemos destacar que una de las características principales que tiene que tener el docente es la flexibilidad. Es decir, este tiene que estar abierto a todos los posibles cambios que se puedan dar en el momento de la práctica solventándolos de la mejor manera posible.

En términos generales, a través de la materia de educación física se debe potenciar la búsqueda y la creación personal, por encima de la acumulación informativa. Por lo tanto, se primarán la participación activa en el proceso de enseñanza con la finalidad de favorecer la experimentación, la autonomía, el trabajo en equipo, la libertad creativa y la adquisición de las competencias. Es decir, el alumno será el eje a través del que gira su propio aprendizaje brindándole total protagonismo en su proceso de formación educativa.

## 16. Bibliografía

- Baena, A. y Granero, A. (2009). *Teoría sobre Unidades Didácticas para una nueva perspectiva curricular en educación*. Granada, España: Educatori.
- Borrego, O. (2009). *Programación Globalizada*. USA: Ediciones Lulu.
- Campos Izquierdo, A. (2010). *Dirección de recursos humanos en las organizaciones de la actividad física y del deporte*. Síntesis. Madrid.
- Celorio, G. (1992). “Reflexión sobre los valores”, en *Hacia una Escuela Coeducadora*. I Postgrado de Coeducación. Ávila: Formación del profesorado.
- Contreras, O.R; de la Torre, E. y Velázquez, R. (2001): “*Iniciación deportiva*”. Síntesis. Madrid.
- DECRETO 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria.
- Delgado, M.A. (1991). “Hacia una clarificación conceptual de los términos en Didáctica de la Educación Física y Deporte”. *Revista de Educación Física. Renovar la teoría y la práctica*, vol. 40, pp. 2-9. Recuperado de: <https://revistadeeducacionfisica.com/>
- Delgado, R. (2009). “La integración de los saberes bajo el enfoque dialéctico globalizador: la interdisciplinariedad y transdisciplinariedad en educación”. *Investigación y Postgrado*, Vol. 24 (3), pp. 11-44. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3674409>
- Díaz Lucea, J. (1994). *El currículum de la Educación Física en la reforma educativa* (1º ed). INDE. Barcelona.
- Díaz Lucea, J. (1996). *Los recursos y materiales didácticos en educación física*. Apunts: Educación y Deportes, vol. 43, pp. 42-52. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=296386>
- Díaz Lucea, J. (2005). *La evaluación formativa como instrumento de aprendizaje en Educación Física*. Inde. Barcelona
- Díaz, Lucea., J (2010). Educación física e interdisciplinariedad, una relación cada vez más necesaria. *Tándem Didáctica de la Educación Física*, nº 33 – pp. 7-21. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3209038>

- España. Ministerio de educación, cultura y deporte (2015). Orden ECD/65/2015 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. Agencia estatal del boletín de Estado. Recuperado el 6 de diciembre de 2015, de <http://www.boe.es/boe/dias/2015/01/29/pdfs/BOE-A-2015-738.pdf>
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Paidós. Barcelona.
- González Rivera, M. D. (2008). *El deporte escolar en la comunidad autónoma de Madrid: Intervención didáctica y recursos humanos en las actividades físico-deportivas extraescolares en los centros educativos*. Tesis Doctoral. Universidad de Valencia. Valencia.
- González Rivera, M.D. & Campos, A. (2014). *Intervención docente en educación física en secundaria y en el deporte escolar*. Madrid: Editorial Síntesis. 203
- Heredia, A. (2004). *Curso de didáctica general*. Zaragoza: Prensas Universitarias de Zaragoza.
- Imbernon, F. y Medina, J. L. (2008). *Metodología participativa en el aula universitaria. La participación del alumnado*. Octaedro. Barcelona.
- Lavega, P., Sáez de Orcáriz, U., Lasierra, G., & Salas, C. (2013). “Intradisciplinariedad e Interdisciplinariedad en la adquisición de competencias: estudio de una experiencia de aprendizaje cooperativo”. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 16(1), pp.133-145. Recuperado de: <https://revistas.um.es/reifop/article/view/179491>
- López, M. y Estapé, E. (2002). Estudio de los espacios deportivos para la Educación Física. Su planificación en los centros escolares de la provincia de León. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 69: 86-94. Recuperado de: <https://new.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=420&highlight=Estudio>
- Méndez, A., López-Téllez, G., y Sierra, B. (2009). Competencias básicas: sobre la exclusión de la competencia motriz y las aportaciones desde la Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 16, 51-57. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3309735>
- Molina, P. (1999). Estrategias metodológicas en la enseñanza de la educación física escolar. *Formación de los maestros especialistas en educación física*, 135- 156. Generalitat

Valenciana. Valencia. Recuperado de:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1292942>

Mosston, M. y Ashworth, S. (1993). *La enseñanza de la Educación Física. La reforma de los Estilos de Enseñanza*. Hispano Europea. Barcelona.

Néreci, I. G. (1993). *Hacia una didáctica general dinámica*. Kapelusz. Buenos Aires.

Orjales Villa, I. (1999). *Déficit de atención con hiperactividad. Manual para padres y educadores*. Editorial CEPE.

París, F. (1996). *La planificación estratégica en las organizaciones deportivas*. Paidotribo. Barcelona.

Parlebas, P. (1986): *Elements de Sociologie du Sport.*, 111. Málaga: UNISPORT.

Pastor, A. (2012). *El método del caso aplicado a la docencia*. (Trabajo fin de máster en formación de profesorado). Universidad de Almería, Facultad de Educación, España.

Recuperado de:  
<http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/2024/TRABAJO%20FIN%20DE%20MASTER%20Ana%20Pastor%20Granados.pdf?sequence=1> 205

Peiró, C. y Devís, J. (1994). *Materiales curriculares y recursos didácticos*. Temario desarrollado de oposiciones. INDE Publicaciones. Barcelona.

Piéron, M. (1988). *Didáctica de las actividades físicas y deportivas*. Gymnos: Barcelona.

Posada, R. (2004). "Formación superior basada en competencias, interdisciplinariedad y trabajo autónomo del estudiante", *Revista Iberoamericana de Educación* (versión digital). Recuperado de: <http://www.rieoei.org/deloslectores/648Posada.PDF>

Pozo, J. (1997). *Teorías cognitivas del aprendizaje*. Madrid: Morata.

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

Ruiz Pérez, L.M. (2012). "El desarrollo de la competencia motriz en la ESO y su evaluación". *Revista de Educación Física. Renovar la teoría y la práctica*, 128: 9-12. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4111795>

Sánchez Bañuelos (1992). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Gymnos. Madrid.

- Sanz, D., & Reina, R. (2012). *Actividades físicas y deportes adaptados para personas con discapacidad*. Barcelona: Paidotribo.
- Sicilia, A. y Delgado, M.A. (2002). *Educación Física y Estilos de enseñanza*. Inde. Barcelona.
- Sparkes, A. (1992) Reflexiones sobre las posibilidades y los problemas del proceso de cambio en la Educación Física. En Devís y Peiró. *Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: la salud y los juegos modificados*. (pp. 251-266). Barcelona: Inde
- Unión Europea. *Recomendación del Parlamento Europeo y del Consejo, de 18 de diciembre del 2006, sobre las competencias clave para el aprendizaje permanente*. Diario Oficial de la Unión Europea L 294, 30 de diciembre de 2006. Recuperado de: <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:BEhm0jGcWjkJ:https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do%3Furi%3DOJ:L:2006:394:0010:0018:ES:PDF+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=es&client=firefox-b-d>
- Valero. A. (2006). “Las propuestas ludotécnicas: una herramienta metodológica útil para la iniciación deportiva al atletismo en primaria”. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 10, Págs. 42-49. Extraído de: [http://www.retos.org/numero\\_9\\_10/retos10-4.pdf](http://www.retos.org/numero_9_10/retos10-4.pdf)
- Viciano, J. (2002). *Planificar en educación física*. Barcelona: Editorial Inde.
- Viciano, J., y Mayorga-Vega, D (2016). Innovative teaching units applied to physical education-changing the curriculum management for authentic outcomes. *Kinesiology*, 48-1 (142-152). Recuperado de: <https://journals.humankinetics.com/view/journals/krj/krj-overview.xml>
- Yus, R. (1996). *Temas transversales: Hacia una nueva escuela*. Barcelona: Grao.
- Zapatero, J. A. (2014). *Intervención docente y profesional del profesorado de educación física en secundaria en la enseñanza de las competencias básicas desde una perspectiva cualitativa*. Tesis Doctoral. Universidad de Alcalá. Madrid.

## **19. Anexos**

### **Anexo 1. Unidad Didáctica 2. “Cuesta arriba y sin frenos”**

#### **1. Justificación**

A continuación procederemos a explicar varias de las razones sobre la elección de esta Unidad Didáctica para su desarrollo, así como las repercusiones que podrá tener ésta sobre nuestros alumnos, detallando cada uno de los elementos necesarios e imprescindibles en nuestra sesión. Por ello aquí tratamos de responder a tres preguntas como son: ¿Por qué?, ¿para qué?, y ¿cómo?

En primer lugar, con el porqué del desarrollo de esta Unidad Didáctica, podremos decir que su justificación va un poco en progresión. Con ello lo que queremos decir es que planteamos la escalada como Unidad Didáctica porque desde el Decreto 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria, se nos impone como contenido obligatorio actividades en medio no estable: escalada. Por otro lado decidimos desarrollarla porque sería la Unidad Didáctica más cercana en el tiempo y por lo tanto una de las claves para permitirnos conocer cómo viene de las vacaciones nuestro alumnado. A ello le añadimos que es un contenido idóneo para trabajar el acondicionamiento físico y adquirir rutinas saludables de forma inmediata tras el verano, lo cual nos aportará una gran ventaja por ser una práctica poco habitual, que si además la hacemos divertida tendremos al alumnado trabajando constantemente.

De esta forma y continuando con el para qué como ya hemos dicho con anterioridad queremos que nuestros alumnos adquieran una condición física adecuada o, que al menos aprendan a coger ciertos hábitos en su vida diaria de la importancia y relevancia del trabajo físico, viéndolo reflejado y proyectado sobre la escalada. Además es una actividad motivante entre todo el alumnado y por ello queremos engancharlos desde un primer momento en nuestra asignatura con un contenido alterno a lo común. Así como también queremos que descubran una modalidad distinta en el entorno natural, con un gran índice de adrenalina y experimenten todo lo posible.

De ahí la respuesta al cómo, partiendo de la experiencia, vamos a querer que sean ellos quienes descubran, prueben, y se equivoquen buscando sus propias soluciones. Haremos uso para ello de todas las posibilidades que disponemos, realizando actividades de escalada sobre espalderas, cuerdas (que van al techo) y mini-rocódromo, así como ejercicios de acondicionamiento físico previos, haciendo uso de la competición y el planteamiento de retos o “challenges”.

## 2. Contenidos

Tras la previa jerarquización vertical llevada a cabo a lo largo de la programación en la cual partiendo de los contenidos del primer nivel de concreción curricular presentes en el Decreto 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria, se elaboraron los contenidos del departamento en el segundo nivel de concreción curricular para finalmente llevar a cabo la elaboración de los contenidos didácticos de nuestra programación. De esta manera el contenido que va a justificar la realización de la Unidad Didáctica de escalada de nuestra programación lo podemos encontrar en el siguiente punto de los contenidos didácticos:

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

- Medidas de seguridad, capacidades implicadas, técnica básica y aplicación práctica en rocódromo (Roc30).
- Equipamiento necesario para la realización de actividades de escalada de forma segura.
- Posibilidades del entorno natural próximo. Medidas de seguridad en las actividades de escalada y cuidado del entorno a través del reciclaje y la recogida del material. Valorar el impacto y coste de estas actividades

Por lo tanto estos serán los contenidos que de manera detallada se desarrollarán y trabajarán en las sesiones correspondientes al contenido de escalada, dejando claro que la escalada no será únicamente sobre rocódromo sino que también sobre cuerda y espalderas.

## 3. Competencias básicas

Las competencias que pondremos en marcha, desarrollaremos y trabajaremos en esta Unidad Didáctica de las propuestas por el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (2015) que refleja las competencias en la Orden ECD/65/2015, son las que vamos a mostrar a continuación. Sin embargo resulta preciso decir que algunas tendrán un mayor peso e importancia que otras, y algunas otras son imprescindibles por la dinámica de las sesiones, por tanto procederemos a explicarlas a continuación:

- *Competencia en comunicación lingüística*: Una competencia de las anteriormente llamadas imprescindible en todas las Unidades Didácticas, con mayor o menor presencia pero siempre se hará uso de la lengua para comunicarnos, especialmente en nuestras clases debido al elevado índice de trabajo cooperativo. En esta Unidad Didáctica se encuentra presente y evaluable principalmente por la necesidad de la realización de un trabajo escrito y oral en el cual precisan de dicha comunicación

lingüística y transmitir el contenido de la mejor forma posible. Así como las metodologías de interacciones directas entre alumnos, inclusive en la evaluación, haciendo valerosa su comprensión lectora en las fichas de observación y su capacidad lingüística oral para expresar aquellas correcciones o feedback oportunos.

- *Competencia para aprender a aprender*: Es la competencia principal que va a implicar a nuestro alumnado para el desarrollo de su capacidad en iniciarse en los aprendizajes y persistir en los mismos. Para ello les otorgaremos protagonismo en las clases a través de la resolución de problemas, la enseñanza recíproca, el Phillips 66, los trabajos por niveles o incluso en la coevaluación realizada. De esta manera van a ser ellos los constructores en gran medida de su aprendizaje y experiencia en la escalada.
- *Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor*: Potenciaremos que nuestros alumnos busquen sus propias soluciones y se inicien en un deporte distinto y exigente para ellos, tratando de impulsar principalmente su capacidad de esfuerzo y superación durante las sesiones de acondicionamiento físico de la UD 3 solapada a la aquí presente, viendo sus resultados proyectados en la escalada. Esta competencia también la trabajan tomando las riendas en sus correcciones y evaluaciones, así como investigando y explicando aquellas medidas de seguridad y elementos necesarios.
- *Competencias sociales y cívicas*: No será una competencia explotada en su máximo exponencial principalmente por no tratar con un deporte colectivo, sin embargo es imprescindible por la forma en la que trabajamos: parejas, equipos, grupos de nivel, dinámicas (Phillips 66), etc., de tal forma que siempre necesitamos de nuestros compañeros para realizar los ejercicios, evaluarnos y aprender en cada una de las clases.
- *Competencia digital*: Esta competencia ocupa un plano secundario en esta Unidad Didáctica y en concreto en la evaluación. Esto es debido a la realización de Unidades Didácticas alternas o de tiempo compartido y por lo tanto encontrarse solapada a la Unidad Didáctica número 3. De esta forma lo que sucede es que una de las tareas consistirá en la monitorización, proyectándolo así sobre la escalada y teniendo su correspondiente explicación en la UD3.

Como ya hemos dicho estas competencias se trabajan de forma alterna en nuestras sesiones, siendo unas más relevantes que otras, pero todas siempre imprescindibles para el proceso de enseñanza-aprendizaje llevado a cabo.

#### **4. Objetivos didácticos**

Tras la previa jerarquización vertical llevada a cabo a lo largo de la programación en la cual partiendo de los objetivos de la etapa del primer nivel de concreción curricular presentes en el Decreto 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria, se elaboraron los objetivos del departamento en el segundo nivel de concreción curricular para finalmente llevar a cabo la elaboración de los objetivos didácticos de nuestra programación. De esta forma, de entre todos los objetivos didácticos elaborados hemos tenido que elegir entre aquellos que se aproximan nuestra Unidad Didáctica, siendo los mostrados a continuación:

1. Mostrar actitudes de respetar a todos los compañeros y docentes, colaborando por un ambiente de igualdad en las sesiones de Educación Física.
5. Rechazar cualquier tipo de discriminación, bien sea por razón de sexo como por otra circunstancia personal o social, así como los estereotipos que fomenten estas actitudes en las sesiones de Educación Física.
8. Conocer aspectos fundamentales acerca del uso de las tecnologías como fuente de información a través de la búsqueda de elementos relacionados con el deporte.
12. Potenciar la iniciativa personal, así como la capacidad de toma de decisiones en tareas físico-deportivas.
17. Utilizar la práctica deportiva para favorecer el desarrollo físico, personal y social, comprendiendo la actividad física como un componente beneficioso para la salud.
19. Perfeccionar los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de diferentes modalidades deportivas.
21. Respetar y cuidar el medio ambiente en las sesiones de Educación Física.

Estos serán los objetivos didácticos que hemos escogido de nuestra programación para a partir de ellos elaborar a posteriori los objetivos específicos de cada sesión orientándonos desde los aquí presentes. Por lo tanto a partir de los objetivos didácticos anteriores, elaboramos de forma específica los siguientes para nuestras sesiones:

- i. Respetar a nuestros compañeros independientemente su condición física, género, procedencia o cualquier otra variable.

- ii. Impulsar valores de respeto, empatía y altruismo, fomentando la ayuda en la escalada y mejora de la condición física.
- iii. Denunciar cualquier muestra de rechazo, convirtiendo estas acciones en futuras obras de caridad, empatía y ayuda entre el alumnado.
- iv. Desarrollar las tecnologías específicas en la medición y monitorización durante la escalada.
- v. Descubrir multitud de formas de resolver los problemas planteados durante las actividades en la escalada.
- vi. Improvisar, buscar y encontrar nuevas técnicas, o acciones tácticas en escalada para solucionar los problemas dados.
- vii. Ser capaz de desarrollar sus habilidades físicas en la escalada, así como favorecer los aspectos personales y sociales mediante el aprendizaje en equipo.
- viii. Aprender a controlar la intensidad a través de la medición manual de la frecuencia cardíaca a efectos de la salud.
- ix. Descubrir y localizar por sí solos las diferentes técnicas de escalada, diferentes modalidades que practicamos (en rocódromo y en cuerda) y diferentes tácticas para ganar las competiciones.
- x. Respetar el medio ambiente, a través del reconocimiento del impacto tanto ambiental como económico.

Para dar coherencia a la elección y elaboración de los objetivos anteriores creemos necesario relacionarlos con los Objetivos de la Etapa correspondiente, así como los Objetivos de Departamento que se han elaborado. Una vez realizada esta relación clasificamos los nuevos objetivos que se han elaborado para la Unidad Didáctica 2 junto a las competencias correspondientes.

**Tabla 4**

*Jerarquización vertical de los objetivos didácticos y relación con las Competencias básicas.*

Objetivos didácticos	Objetivos de departamento	Objetivos de la etapa	Objetivos de la Unidad Didáctica 2	Competencias
1	1)	a)	i	CSC
5	3)	c)	ii, iii	CSC
8	6)	e)	iv	CD
12	8)	g)	v, vi	CPAA CSC SIE
17, 19, 21	11), 13), 15), 16)	k)	vii, viii, ix, x	CL CPAA CSC SIE

Nota. *Elaboración propia.*

## **5. Intervención didáctica o metodológica**

Como propósito en nuestra intervención didáctica y metodológica, vamos a perseguir el cumplimiento y seguimiento de los procesos metodológicos de Néreci. De esta manera los principios metodológicos que seguimos en esta Unidad Didáctica acompañados de la metodología empleada son los mostrados a continuación:

- (1) *Partir del nivel inicial, nivel de desarrollo y conocimientos previos del alumno:* Para ello ya en la Unidad Didáctica 1 conoceremos su nivel previo, así como en esta la primera sesión de resolución de problemas nos va a permitir conocer qué saben y lo que no, así como aquello de lo que son capaces. De forma metodológica explícita, trabajamos en una de las sesiones por grupos de nivel en forma de competición.
- (3) *Orientación del aprendizaje por medio de la propia experiencia (Aprender a aprender) / (4) Incentivación a la iniciativa del alumno, potenciando su participación activa en el proceso de enseñanza y aprendizaje:* se trabaja a través de la resolución de problemas en las sesiones 1, 2 y 3 desde el trabajo de las vías de escalada por colores, es decir, se les propone llegar a ciertos puntos y ellos eligen tanto puntos de apoyo como de agarre para intentar llegar al destino. Además también hacemos uso de la enseñanza

recíproca en las clases 4 y 5 en grupos de dos, donde un alumno observa y el otro ejecuta, de tal manera que el observador con una hoja de observación valora y corrige al ejecutor.

- (5) *Desenvolver el espíritu crítico a través de reflexiones grupales o individuales:* A través de reflexiones al finalizar las clases o, de forma específica como la sesión 3 donde se plantea un Phillips 66, donde durante 6 minutos debaten unas cuestiones dadas.
- (6) *Orientar la educación hacia un ambiente socializante:* Principio que se da en todas nuestras Unidades Didácticas y en esta evidentemente también por fomentar el trabajo por grupo y, a pesar de ser un deporte individual, hasta las competiciones son por equipos. A ello le sumamos que nuestra evaluación también tiene este componente al evaluarse entre ellos mediante una coevaluación.
- (7) *Proporcionar aprendizajes significativos y funcionales:* Este aprendizaje significativo se conseguirá principalmente de forma interdisciplinar con las asignaturas de Educación Plástica, Visual y Audiovisual, Biología y Geología, así como con Economía. A la vez dentro de nuestra asignatura se conecta dicha Unidad Didáctica para ser más significativa con la número 3 que tiene lugar a la par que la misma.
- (8) *Desenvolver la creatividad:* Este principio lo buscamos desarrollar a través de la libertad y permiso para experimentar que les concederemos en las clases gracias a las metodologías empleadas, siempre dentro de unos límites de seguridad que ellos mismo con nuestra ayuda establecerán a modo de contrato para toda la clase.

Estos principios metodológicos que acompañamos con la metodología correspondiente para satisfacerlos, vendrán de la mano de otras herramientas metodológicas como son los métodos de enseñanza, las estrategias, los modelos deportivos trabajados, así como los canales de comunicación y el feedback aportado junto con las formas de organización.

Los métodos de enseñanza se van a alternar, así nos encontraremos con el método deductivo en aquellas sesiones en las cuales incidamos en la técnica y con un método más inductivo cuando se trate de descubrir, experimentar y competir.

En lo referente a las estrategias, haremos uso en esta Unidad Didáctica de la global pura y la global modificando la situación real, en otros ámbitos u otro tipo de actividades que supongan unos elementos o actividades secundarios alejados de la realidad en la escalada.

Para guiar nuestras sesiones, entre los modelos deportivos escogidos nos encontraremos principalmente con el modelo comprensivo en aquellas sesiones que les vayamos a plantear retos. El otro de los modelos que se desarrolla es el ludotécnico, pues partiremos y

desarrollaremos la mayoría de nuestras clases con juegos, principalmente en los momentos iniciales y para la adquisición de técnica con el juego.

En lo referente a los canales de comunicación, se emplearán tanto el visual, el auditivo o el kinestésico táctil en todas nuestras sesiones, en función de las necesidades que precise cada alumno en un momento dado. De esta misma forma el feedback también va a depender de las variables del momento, el origen y la intención, que trataremos de detallar en cada sesión, quedando abiertos a cambios porque podemos anticipar pero no adivinar cómo va a responder el alumnado.

Mientras tanto, en la organización sí tenemos claro cómo se va a trabajar. Así en las sesiones 1, 2 y 3 trabajaremos en grupos de 4 o alumnos. En las sesiones 4 y 5 por parejas y si fuera necesario algún trío. En la sesión número 6 los grupos serán de 6 alumnos y habrá dos alumnos de cada nivel, divididos previamente (nivel I, II y III). Por último en las sesiones 7 y 8 la intención es que trabajaran los mismos grupos de 6 de la sesión anterior o, que se repartieran los alumnos según se les clasificara por niveles; estando a disposición de los encargados y profesionales del rocódromo.

## **6. Actividades de enseñanza-aprendizaje**

Como ya hemos manifestado durante toda nuestra programación, a lo largo de las Unidades Didácticas nos centramos en diferentes actividades de enseñanza-aprendizaje, sin embargo será conveniente especificar la función e importancia que tendrá cada una de ellas puesto que al apostar por la flexibilidad, habrá actividades que no se pondrán en marcha en un principio pero que si fuera demandado o necesario por los alumnos para mejorar su proceso de aprendizaje se llevarían a cabo. De esta forma las actividades que sí se van a llevar a cabo de forma directa y planificada son las mostradas a continuación:

- **Actividades de motivación:** La primera sesión principalmente va en este sentido, el planteamiento de retos a nuestros alumnos que tengan varias soluciones y que tanto el más débil como el más fuerte pueda darle una solución a su manera viendo cómo un deporte individual puede hacerse en equipo.
- **Actividades de iniciación:** Además de lo mencionado con anterioridad que también nos servirá para reconocer el nivel con el que parte cada uno, la puesta en marcha de la dinámica en Phillips 66 lo que hará es debatir donde ha fallado cada uno, qué necesita mejorar y cuales son aquellos puntos débiles y fuertes que puede poseer para esta disciplina como es la escalada.

- **Actividades de desarrollo:** Estas actividades se corresponden con la parte central de la Unidad Didáctica donde las sesiones serán de enseñanza recíproca principalmente, otorgándole responsabilidad y libertad en la ejecución y corrección al alumnado, así como también se trabaja en grupos por nivel para fomentar el compañerismo a través de la competición.
- **Actividades de ampliación:** Para evitar sesiones en las cuales una parte del alumnado se sienta frustrado por no poder realizar la tarea y otra parte del mismo aburrido por superarlo fácilmente, optamos por la variedad, niveles o escalas en nuestras sesiones. Un ejemplo claro será la sesión llevada a cabo por un trabajo por niveles en la cual a través de juegos y competiciones los alumnos sumarán puntos para sus respectivos equipos, de forma que compitan contra otros alumnos de un nivel similar, formando equipos heterogéneos y dando la posibilidad a todos los alumnos de sumar puntos para su equipo.
- **Actividades de profundización:** Un ápice de realidad y de vivenciar de cerca con profesionales de la escalada los valores principalmente que supone este deporte y aprender del lado de los que más saben. Esto es lo que vamos a perseguir acudiendo al rocódromo “ROC30” ubicado en la zona próxima al Madrid Río.
- **Actividades de síntesis:** Como en todas las Unidades Didácticas será necesario corroborar si los conocimientos se han adquirido. De esta forma y aprovechando la salida al rocódromo, la actividad de síntesis tendrá lugar en la salida al rocódromo, en la cual a través de la coevaluación por parejas los alumnos se evaluarán en la acción de subida y bajada guiándose por una hoja de observación facilitada.

De una forma secundaria y no tan importante ni evaluable en nuestra sesión, de forma secundaria o indirecta se pondrán en marcha las siguientes actividades:

- **Actividades de consolidación:** Estas actividades podrían considerarse al llevarse a cabo la segunda sesión de enseñanza recíproca, donde los alumnos ya han de tener unas nociones asentadas tras cuatro clases previas y de esta manera puedan corregir a su compañero de forma más enriquecedora.
- **Actividades de refuerzo:** Estas actividades quedarían abiertas a la posibilidad del alumnado en los recreos. Debería de pedirnos permiso y sería necesaria la supervisión de al menos un profesor en el caso de que nosotros no podamos estar, principalmente por el peligro que puede acarrear usar cuerdas, espalderas o incluso el mini-rocódromo

si no hay seguridad. De esta manera podrán ir a practicar o seguir unas premisas previas dadas por el docente aquellos alumnos que lo precisen.

En lo referente a otro tipo de actividades como pueden ser las **complementarias** en esta Unidad Didáctica se pondrá en marcha la salida al rocódromo “ROC30” anteriormente mencionado para que nuestros alumnos vean unas instalaciones reales donde profesionales de alto nivel se preparan y puedan aprender junto a ellos.

## **7. Temporalización**

La Unidad Didáctica que aquí se presenta, conforma la segunda de las doce en nuestra programación didáctica y tendrá una duración de 6 días con un total de 8 clases repartidas de la siguiente manera:

- 20 septiembre: Primera clase UD2 + Primera clase UD3
- 27 septiembre: Segunda clase UD2 + tercera clase UD2
- 4 octubre: Cuarta clase UD2 + Segunda clase UD3
- 11 octubre: Quinta clase UD2 + Tercera clase UD3
- 18 octubre: Sexta clase UD2 + Cuarta clase UD3
- 25 octubre: Séptima clase UD2+Octava clase UD2

Esta será la distribución de nuestras clases a lo largo de la Unidad Didáctica 2. Como vemos y ya hemos dicho comparte tiempo y espacio con la Unidad Didáctica 3 para que el aprendizaje sea mucho más enriquecedor y significativo.

Las clases tienen una duración de 2 horas, por tanto, los días que se comparten Unidades Didácticas, cada contenido será trabajado una hora aproximadamente, con el tiempo de recreo entre medias que si los alumnos estuvieran de acuerdo podrían utilizarse para continuar con sesiones o emplear el tiempo en volver del polideportivo.

El orden del contenido trabajado cada día va a venir marcado principalmente por lo que trabajamos cada en la UD 3. Esto nos va a permitir distintos escenarios como podrá ser impartir la UD2 tras el agotamiento del acondicionamiento físico o, si por el contrario preferimos que nuestros alumnos estén frescos para escalar y posteriormente vean ejercicios proyectados, o que realicen esfuerzos vigorosos iniciales para indagar en la frecuencia cardíaca en vez de realizarlo a posteriori. Estos y muchas otras situaciones se nos podrán dar y que en función de nuestro criterio escogeremos según la sesión y el contenido que vayamos a impartir en cada una de ellas.

## 8. Recursos didácticos (Materiales y espaciales)

Habiendo previsto los recursos didácticos que se van a utilizar en las clases de esta Unidad Didáctica, procedo a explicar, mostrar y clasificar cada uno de ellos:

- a) *Recursos didácticos espaciales*: Los espacios que precisaremos para el desarrollo de esta Unidad Didáctica de escalada van a ser principalmente:
  - a. Gimnasio del colegio con sus vestuarios respectivos: Convencional, artificial, espacio deportivo con complementos como el gimnasio.
  - b. Rocódromo del garaje del colegio: Convencional, artificial, espacio complementario.
  - c. Rocódromo Roc 30: Convencional, artificial, instalación deportiva.

De forma excepcional y si el gimnasio y la parte del rocódromo del colegio (garaje) se encontraran ocupados podríamos precisar del Polideportivo de Orcasitas, lo cual procuraríamos impartir allí contenidos de la Unidad Didáctica 3 si se diera este posible caso.

- b) *Recursos didácticos materiales*: En este punto y atendiendo a la clasificación de Gonzáles y Campos Izquierdo (2010), nos encontramos con:
  - a. *Recursos materiales no específicos de educación física*: Hojas de observación, hojas de evaluación, fichas para sesiones, utilización de aparatos tecnológicos para la medida de la frecuencia cardíaca (relojes o pulseras inteligentes y bandas elásticas de pulsómetro)
  - b. *Recursos materiales propios de Educación Física*: Para ser más específicos distinguimos entre:
    - i. *Material fijo inventariable polivalente*: Rocódromo, cuerdas y espalderas.
    - ii. *Material móvil inventariable*: Colchonetas y asterillas.
    - iii. *Material móvil fungible polivalente*: Aros, cuerdas, picas, conos.
    - iv. *Material móvil fungible específico*: Pelota de tenis y diversos tamaños.

## 9. Interdisciplinariedad e intradisciplinariedad

Las interdisciplinariedades como ya hemos visto anteriormente se llevarán a cabo entre las siguientes asignaturas:

- *Educación Física*: Desde nuestra materia trabajaremos el contenido en escalada propiamente dicho, a partir del cual surgen las siguientes interdisciplinariedades.

- *Educación Plástica, Visual y Audiovisual*: Con la intención de que los alumnos estén conociendo y descubriendo el mundo de los rocódromos, se les plantea en un inicio una tarea de investigación conjunta sobre el material empleado en las “rocas” de escalada, para posteriormente llevar a cabo la elaboración de otro pequeño rocódromo en otra de las paredes del garaje.
- *Biología y Geología*: En razón de aquellos alumnos que van por la rama académica, se trabajará de forma conjunta analizando el impacto de la escalada sobre el medio ambiente. Al ser un contenido que tendremos más complejo tratar en nuestra asignatura, pueden verlo aquí de forma secundaria.
- *Economía*: Para aquellos alumnos que cursan la rama de 4º Aplicadas, deberán elaborar el presupuesto de un rocódromo, teniendo en cuenta materiales, trabajadores, sueldo, seguros, etc.

Para ver la relación de las materias con los contenidos explícitamente debemos acudir al Anexo 30

En lo referente a la intradisciplinariedad siendo otro de nuestros puntos fuertes en nuestra programación porque cada Unidad Didáctica guarda relación al menos con otra de ellas. De esta manera podremos decir que existe:

- Intradisciplinariedad entre las Unidades Didácticas 1 y 2. En la UD1 pondremos en marcha los diversos deportes colectivos e individuales que se trabajarán a lo largo de la asignatura, pretendiendo dar una visión inicial al alumnado, dándose cuenta de dónde parten y hasta dónde van a ser capaces de llegar en este caso en el contenido de escalada.
- Intradisciplinariedad entre las Unidades Didácticas 2 y 3. La correlación que guardan ambas es por un lado el trabajo a la par, intercalándose y repartiendo el tiempo por una razón fundamental y es que la Unidad Didáctica 3 con su contenido en salud y acondicionamiento físico se proyectará directamente sobre ejercicios funcionales a la escalada fomentando un aprendizaje significativo.

## **10. Transversalidad**

A través del tratamiento transversal, buscaremos atajar cuestiones problemáticas de nuestra sociedad, plantear los problemas en forma de reconocimiento de conflictos y educación desde el mismo, promover visiones interdisciplinarias, globales y complejas y promover la necesidad de aulas cooperativas. De esta manera el tratamiento transversal propuesto es el siguiente:

- Respeto por las reglas y normas de seguridad.
- Empatía y consideración del nivel propio y el de los demás.
- Valorar todo tipo de esfuerzo y premiarlo, no discriminarlo.
- Incitar y provocar situaciones de animación y motivación por parte de la clase a los alumnos.
- Reconocer nuestros errores y los del compañero.
- Ayudar a mejorar al compañero.
- Fomentar los valores del deporte y la competición sana.
- Impulsar la participación y validez de todos y cada uno de los alumnos.

A través de esta Unidad Didáctica principalmente perseguimos que cada uno conozca sus límites actuales físicos y hasta dónde pueden llevarnos y resultar de gratificantes la unión, el esfuerzo y el ánimo en un deporte individual trabajado de forma cooperativa.

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

Nos marcaremos unas premisas muy claras en lo referente a nuestras creencias en la educación y nuestra identidad como profesores. De esta manera vamos a ver cómo alguna de las medidas que proponemos en atención a la diversidad se acaban convirtiendo en medidas ordinarias para toda la clase porque creemos que serán adaptaciones enriquecedoras para todos los alumnos y en las cuales nuestros alumnos con atención a la diversidad más cómodos se podrán sentir. Esto lo podremos ver por ejemplo en la realización de exámenes, marcando para todos nuestros alumnos la negrita y facilitar su comprensión, escalar por vías de colores o, incluso la creación de un contrato de normas específico para esta Unidad Didáctica.

A lo largo de esta Unidad Didáctica y, en general con este curso no precisamos de utilizar por el momento las adaptaciones necesarias en caso de que un alumno acuda sin el chándal o se lesione. Sin embargo a pesar de ello decidiremos prevenir y establecer unas adaptaciones curriculares no significativas que se emplearán y adaptarán atendiendo al caso concreto si fuese necesario como veremos más adelante.

Por otro lado siguiendo las orientaciones para adaptaciones curriculares no significativas propuestas por González Rivera (2014), mostramos a continuación alguna de las cuales son comunes tanto para el alumno con hipoacusia leve como para la alumna con TDAH, así como la posibilidad de un alumno con lesión transitoria o alumno sin ropa deportiva:

- **Evaluación y diagnóstico para conocer las posibilidades de cada alumno (capacidades cognitivas, motrices y perspectivas) así como para obtener información acerca de sus intereses y motivaciones.**

Al inicio de la Unidad Didáctica se tomará como referencia la evaluación inicial realizada en la Unidad Didáctica 1 sobre multideporte, en la cual se trabajan todos los contenidos que se van a tratar durante el curso académico.

De esta manera no realizaremos una evaluación inicial específica al inicio de la Unidad Didáctica, sino que ya partimos con una idea de la condición física que parte y sus conocimientos y habilidades en la escalada a través del registro anecdótico del primer día. Además le añadiremos una primera sesión de resolución de problemas donde permitiremos que nuestros alumnos descubran y experimenten en la escalada, permitiéndonos a nosotros conocerles más. Por lo tanto no se llevarán a cabo evaluaciones iniciales distinguidas entre el alumno con hipoacusia y el resto de compañeros.

- **Conocimiento y respeto del ritmo de ejecución de las tareas del alumno o alumna en concreto.**

Conocemos el ritmo de aprendizaje y su nivel de destrezas por su evolución y progresión a lo largo de los años previos. Además, podremos acudir a nuestro registro de notas y anotaciones de dos cursos atrás donde también se trabaja el contenido de escalada y ver el nivel al que llegó y de dónde parte esta vez.

En este caso realizaríamos un registro anecdótico de forma general para toda la clase, en el cual marcáremos aquellos hechos observables y destacables. Dentro de nuestro propio diario del docente y de nuestro registro, añadiríamos un registro específico para este alumno, en el cual rellenando unos ítems de forma breve conoceremos y veremos si estamos respetando el ritmo de su aprendizaje o no.

- **Planificación y desarrollo de las actividades de enseñanza y aprendizaje: actividades de refuerzo, actividades de profundización, actividades de consolidación.**

Atendiendo a las adaptaciones que presenta este alumno, plantearemos una serie de actividades de enseñanza-aprendizaje que buscaremos que sean útiles todos aquellos alumnos que persigan aprender las destrezas en la escalada y que presenten las dificultades comunes como son la falta de equilibrio y miedo a las alturas, aunque nos tendremos que centrar en las medidas de seguridad y que las cumpla:

- Actividades de refuerzo: Ofrecemos la posibilidad durante los recreos de recordar los pasos a seguir y los elementos a colocarse para escalar para que los interiorice. Si es necesario se le mandará más información redactada e incluso un trabajo a desarrollar explicando estas medidas de seguridad.
  - Actividades de profundización: Esta actividad se plantea en las 2 últimas sesiones de la unidad didáctica con una salida al rocódromo en Madrid Río “Roc30”, donde los alumnos realizarán la sesión impartida por los profesionales por grupos de nivel. El alumno trabajará en el nivel que haya alcanzado en ese momento pudiendo avanzar un poco más rápido.
  - Actividades de consolidación: Teniendo en cuenta que su caso no supone ni crea inconvenientes sobre la tarea en escalada respecto al resto de compañeros, los criterios de evaluación serán los mismos llevados a evaluación mediante coevaluación..
- **Creación de un clima afectivo, donde los alumnos y alumnas no teman expresar sus dificultades y limitaciones.**

Gracias al trabajo con las metodologías que harán partícipes al alumnado, el alumno podrá expresarse con libertad y tranquilidad, pudiendo contarnos cómo se siente, si ese día está mal, triste o se nota excesivamente alterado.

De esta manera creemos también que es de vital importancia la distribución y organización del alumnado, formación de grupos y compañeros con los que trabaja. Como hemos dicho anteriormente, será de gran importancia juntarle con ejemplos de conducta, que sean responsables y calmados y colocarle siempre cerca del profesor, en su área de observación.

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

Es importante estar en continuo contacto principalmente con el tutor del curso de este alumno para conocer su actitud y desempeño en el resto de las asignaturas, así como posibles dificultades y cambios emocionales que se le vayan planteando. Sin embargo, no debemos centrar nuestra atención únicamente el alumno con hipoacusia o de TDAH, sino que también debemos atender, preguntar e interesarnos por el resto de los alumnos y problemas que les pueden ir surgiendo o que les haya sucedido.

Será igual de importante hablar con el encargado que atiende a los alumnos con necesidades especiales en el centro porque ellos mejor que nadie van a saber sus actitudes y desempeño, así como posibles medidas en las que nos podrán orientar para trabajar con ellos.

### **11.1. Adaptaciones curriculares no significativas para alumno sin ropa deportiva**

- **Adaptación de la programación, en función de los datos obtenidos en la evaluación inicial, matizando o priorizando algunos aspectos.**

Al no precisar de dificultades en sus procesos cognitivos, motrices ni sociales, no será preciso realizar una evaluación inicial de forma específica e individualizada sobre este alumno. Será evaluado inicialmente igual que el resto de los alumnos en la UD número 1 para tener una ligera idea de cómo se desenvuelve en este ámbito.

En el caso de que en la evaluación inicial no acudiera algún alumno a la sesión con el chándal del colegio, no nos importaría ponerle a practicar educación física siempre y cuando no suponga un riesgo en su seguridad y el resto de los compañeros. Así verá las diferencias entre la comodidad, la transpiración de la ropa, el calor y la sensación de que esa ropa se le puede romper y la usa para vestir. Por lo tanto, cuando vea estas circunstancias dadas podrá replantearse el acudir con el material necesario.

- **Adaptación de espacios y tiempos, recursos didácticos, agrupación de alumnos, elección del nivel de ayuda necesario para cada alumno, en función de sus características y posibilidades.**
  - Espacios y tiempos: Evitaremos que este alumno practique la actividad física en espacios donde no tengamos visión del mismo porque es posible que cese en la práctica.
  - Agrupación de alumnos: Buscaremos formar grupos de 6 alumnos o por parejas en los que él pueda sentirse cómodo. De esta manera es cuando comienza a entrar en la clase y conseguiremos que se enganche de nuevo y traiga el material de uso.

En lo referente al material, destacar que le permitiremos traer el chándal a clase y un cambio para cambiarse una vez finalizada la sesión como al resto de compañeros.

- **Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de Feedback, de forma que el alumnado obtenga información de sus ejecuciones y progresos. Refuerzo permanente de los logros obtenidos por el alumnado.**

Será importante la manera en que nos comuniquemos con estos alumnos. Es un aspecto que probablemente cambiará en lo referente a la mayoría de los alumnos. Debemos dirigirnos hacia él de forma comprensiva, pero dándole a entender quien tiene el mando y las riendas en la asignatura y que la vestimenta del chándal no es algo negociable, sí las condiciones pero no el llevarlo puesto. Siguiendo a Sánchez Bañuelos (1992) el feedback será:

- Según su origen, un feedback externo que vendrá por nuestra persona o la de sus compañeros a partir de una hoja de observación o de ruta.
- En función del momento optaremos por dos principalmente, el concurrente por un lado mientras ejecuta las acciones y por otro lado el terminal. Este último lo emplearemos para no estar siempre encima del alumno y que no se sienta vigilado o presionado, de tal forma que le demos también cierta libertad.
- La intención con la que se proporcionará será principalmente descriptiva (describiéndole la acción y sus errores de forma agradable y en ambiente distendido), prescriptivo (ofreciendo indicaciones al alumno a fin de que cambie algunos factores o actúe de determinada manera en las siguientes ejecuciones) y afectivo (mostrando nuestra aprobación o desaprobación a través de mensajes positivos y reconfortantes).

#### **11.1.1. Adaptaciones curriculares no significativas**

1. Realizar educación física siempre y cuando la ropa no suponga un peligro en la práctica para él o sus compañeros (Experimentar la incomodidad en la práctica con otro material).
2. Permitir traer ropa de cambio al finalizar la sesión de educación física.
3. Poner en marcha modelos deportivos que den salida a esos desafíos a través del juego y la competición (Modelo ludotécnico, modelo comprensivo y modelo horizontal centrado en el juego).
4. Plantear actividades de refuerzo que le hagan ver al alumno que puede recuperar su nivel y que nos mostramos cercanos a él.

5. Dar significatividad a la enseñanza y a su razón de cuestionarse la realidad de las prácticas deportivas a través de actividades de profundización.
6. Dirigirnos a él en tono similar al suyo, no ser restrictivos y evitar darle razones para el abandono o el enfrentamiento.
7. Generar climas afectivos distendidos y de confianza, donde el trabajo en equipo sea el principal componente de la sesión.

### **11.2. Adaptaciones curriculares para alumno con lesión transitoria (modificable)**

En el caso de una lesión que le impidiera la práctica física y deportiva de las sesiones, siguiendo las orientaciones para adaptaciones curriculares no significativas propuestas por González Rivera y Campos Izquierdo, (2014), realizaremos las adaptaciones mostradas a continuación:

- **Evaluación y diagnóstico para conocer las posibilidades de cada alumno (capacidades cognitivas, motrices y perspectivas) así como para obtener información acerca de sus intereses y motivaciones.**

En este caso sí será preciso llevar a cabo una Evaluación Inicial diferente al resto de sus alumnos. Al cambiar la tipología de saber que adquirirá mayor peso en esta alumna, también será preciso conocer de dónde parte y qué tipo de tareas nos puede interesar más que realice y posteriormente favorezca sobre el aprendizaje de sus compañeros.

- **Adaptación de la programación, en función de los datos obtenidos en la evaluación inicial, matizando o priorizando algunos aspectos.**

En función de los datos que hayamos obtenido en la evaluación inicial sobre su saber (conocimiento), adaptaremos y matizaremos sus tareas para que puedan ser de provecho para todo el alumnado.

De esta manera el alumno o la alumna se encargará principalmente de transmitir a sus compañeros en el inicio de las sesiones durante la movilidad articular conocimientos históricos o teóricos sobre la escalada, lugares, nombres, tipos, así como se pasará por los grupos explicando diferentes técnicas.

Se convertirá en “entrenador de técnica y táctica” de los grupos.

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

- Espacios y tiempos: Los espacios se modificarán en función de la lesión, así como los tiempos de entrega y plazos que podrían verse ampliados hasta en una semana más, en el caso de que la alumna se encontrara muy perdida o no estuviera trabajando de forma adecuada.
- Agrupación de alumnos: Trabajo individual con trabajos a realizar, sin embargo en las sesiones siempre se incorporará en algún grupo en el que su función será ayudar la parte técnico táctica, puesto que para cada clase la pediremos que se traiga estudiado diferentes formas de agarre de la presa, la cuerda, etc.
- Recursos didácticos: El principal recurso que podría utilizarse serán las hojas de observación en las que ella también será partícipe evaluando a sus compañeros.
- **Utilización de diferentes canales de comunicación del mensaje docente que permitan transmitir la información de manera eficiente a todo el alumnado: demostraciones, ayudas visuales y sonoras, medios visuales auxiliares, descripciones, explicaciones, ayudas manuales y automáticas.**

El canal de comunicación a destacar por excelencia serán los mostrados a continuación:

- Ayudas visuales: Facilitaremos enlaces y artículos de internet sencillos de comprender y visuales para que en cada clase lleve un contenido aprendido.
- **Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de Feedback, de forma que el alumnado obtenga información de sus ejecuciones y progresos. Refuerzo permanente de los logros obtenidos por el alumnado.**

Siguiendo en los tipos de feedback a Sánchez Bañuelos (1992), debemos decir que aquellos que utilizaremos serán los mostrados a continuación y que también serán comunes para el resto de la clase:

- Según su origen, apostaremos por un feedback externo que le aportaremos en sus trabajos y correcciones
- En función del momento optaremos por el terminal en el caso de presentaciones y exposiciones y por el concurrente en el caso de que durante las correcciones hubiera alguna errónea por su parte y necesaria de corregir.

- La intención con la que se proporcionará será principalmente prescriptivo (ofreciendo indicaciones al alumno a fin de que cambie algunos factores o actúe de determinada manera en las siguientes ejecuciones) y afectivo (mostrando nuestra aprobación o desaprobación a través de mensajes positivos y reconfortantes).

### **11.2.1. Adaptaciones curriculares no significativas**

1. Realizar una evaluación inicial en la Unidad Didáctica 2 para conocer su punto de partida en el ámbito del saber.
2. Ser partícipe de correcciones y orientaciones junto al profesor; guiada por él.
3. Tareas diferenciadas de investigación para cada sesión: escalada en cuerda (1), escalada en rocódromo (2), tipos de agarre en presa (3), vías de escalada (4), zonas de escalada (5) y el gran trabajo final donde presentará las medidas de seguridad en la escalada en la sesión 6.
4. Dotar la función de profesora en algún ejercicio con la potestad para corregir acciones con y sin supervisión del docente.
5. Permitir la acción de entrenadora en algún equipo durante juegos competitivos (realiza la acción de la táctica y les facilita técnicas que ha investigado).
6. Facilitar hojas de observación y participación en grupos también.
7. Modificar evaluación, aportando el mayor peso al ámbito del “saber”

### **11.3. Adaptaciones curriculares no significativas para alumno con hipoacusia leve**

De forma específica y siguiendo igualmente las orientaciones para adaptaciones curriculares no significativas propuestas por González Rivera y Campos Izquierdo, (2014), realizaremos las adaptaciones mostradas a continuación:

- **Adaptación de la programación, en función de los datos obtenidos en la evaluación inicial, matizando o priorizando algunos aspectos.**

En función de los resultados obtenidos en el punto anterior, será necesario que cada sesión la adaptemos según el contenido específico que vayamos a tratar. Además, tendremos que tener en cuenta el número de sesión en el que estamos y, que esos resultados obtenidos en la primera

sesión muy probablemente se hayan modificado a medida que avanzan las clases, siendo necesario actualizar esta evaluación inicial.

Con los datos que obtenemos en la evaluación inicial de las destrezas de este alumno, algunas de las adaptaciones que aplicaremos a lo largo de la Unidad Didáctica serán:

- Aumentaremos las bases de sustentación (falta de equilibrio)
  - Proporcionaremos compañeros de ayuda o sujeción (falta de equilibrio y miedo)
  - Comenzar escalada en espalderas (mejora de equilibrio y pérdida del miedo)
  - Evitar aglomeraciones en ejercicio que suponga una situación de estrés al alumno.
- **Adaptación de espacios y tiempos, recursos didácticos, agrupación de alumnos, elección del nivel de ayuda necesario para cada alumno, en función de sus características y posibilidades.**
    - Espacios y tiempos: Las actividades planteadas se desarrollarán en el gimnasio bien en las espalderas, cuerdas o el espacio que este conforma; así como en el rocódromo del garaje. La distribución irá orientada siempre a evitar la conglomeración de alumnos en una posta o una zona así haremos uso de los tres espacios, dividiendo la clase en varios grupos y varias postas, utilizando los espacios a su vez por todos sus costados.
    - Agrupación de alumnos: En nuestras sesiones habrá 5 grupos de 6 alumnos (30 alumnos), que quedarán divididos en la mayoría de las ocasiones con 2 grupos por posta. A su vez dentro de cada grupo habrá 2 alumnos de cada nivel (1, 2 y 3).
    - Recursos didácticos: Ya habremos hablado de los recursos espaciales, por lo tanto, en lo referente a los recursos materiales, podremos destacar el uso de material convencional como setas o aros, así como rotuladores borrables para escribir en la pizarra y hojas de observación o evaluación, para asegurarnos de que comprende lo que se dice y ayudarle por medios escritos y visuales.
  - **Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos.**

A lo largo de la Unidad Didáctica son varios los estilos de enseñanza empleados. Sin embargo, destacaremos la resolución de problemas, descubrimiento guiado y enseñanza recíproca. Creemos que con estos estilos de enseñanza el alumno se sentirá cómodo por

poder trabajar a su ritmo, con compañeros de su confianza y con alumnos de su mismo nivel, incluso de nivel superior que favorezcan su aprendizaje.

No optamos por metodologías de instrucción directa al pensar que esto puede conllevar a la frustración tanto del alumno como del docente y que con esta metodología el clima entre los alumnos es mejor por ser más cercano y ser ellos quienes se proporcionen el feedback.

- **Modificación de determinados elementos estructurales del juego.**

Algunas de las modificaciones estructurales que llevaremos a cabo a lo largo de las sesiones para adaptarlo al nivel del alumno pueden ser:

- Modificar normas o reglas del juego
  - Realizar competencias por niveles
  - Permitir ventajas en actividades como por ejemplo caerse y retomar la acción desde la misma presa que se ha caído (no empezar de nuevo).
  - Sus puntuaciones valgan el doble.
- **Utilización de diferentes canales de comunicación del mensaje docente que permitan transmitir la información de manera eficiente a todo el alumnado: demostraciones, ayudas visuales y sonoras, medios visuales auxiliares, descripciones, explicaciones, ayudas manuales y automáticas.**

Los canales de comunicación que pondremos en marcha para facilitar la ejecución del alumno serán fundamentales para ayudarlo en el devenir de las clases tanto en ayudas visuales, sonoras como kinestésico táctiles. Por ello las principales adaptaciones a llevar a cabo siguiendo a Sanz y Reina (2012) serán:

- Demostraciones: Realizar ejemplificaciones en cada uno de los ejercicios para reafirmar la comprensión del mismo, poniendo incluso al alumno con hipoacusia de ejemplo.
- Ayudas visuales: Usaremos una pizarra para que previamente a la clase hayamos representado cosas simples como: distribución de la clase, materiales, incluso ejercicios si son simples.

Facilitar información a través de tarjetas u otros materiales visuales en aquellas tareas en las cuales la responsabilidad la lleve el alumnado como: resolución de problemas, descubrimiento guiado, microenseñanza o enseñanza recíproca.

- Descripciones y explicaciones: Asegurar la comprensión en el lenguaje oral previo a la práctica: Para ello llamaremos su atención con banderas de colores o brazos levantados;

nos colocaremos frente a él con movilidad de labios ostensible, sin taparnos la boca ni movimientos rápidos; explicaciones cortas y sencillas; prevenir y erradicar el ruido durante explicaciones (técnica brazo arriba), alejándonos de puertas y ventanas.

- Ayudas manuales: En este aspecto, el kinestésico táctil, el contacto con el alumno para indicarle los errores serán clave durante la acción de escalada en el rocódromo como puede ser la colocación del pie o la forma de agarrar la presa.
- **Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de Feedback, de forma que el alumnado obtenga información de sus ejecuciones y progresos. Refuerzo permanente de los logros obtenidos por el alumnado.**

Siguiendo en los tipos de feedback a Sánchez Bañuelos (1992), debemos decir que aquellos que utilizaremos serán los mostrados a continuación y que también serán comunes para el resto de la clase:

- Según su origen, apostaremos por un feedback externo que vendrá por nuestra persona o la de sus compañeros.
- En función del momento optaremos por dos principalmente, el concurrente por un lado mientras ejecuta las acciones y por otro lado el terminal. Este último lo emplearemos para no estar siempre encima del alumno y que no se sienta vigilado o presionado, de tal forma que le demos también cierta libertad.
- La intención con la que se proporcionará será principalmente descriptiva (describiéndole la acción y sus errores), prescriptivo (ofreciendo indicaciones al alumno a fin de que cambie algunos factores o actúe de determinada manera en las siguientes ejecuciones) y afectivo (mostrando nuestra aprobación o desaprobación a través de mensajes positivos y reconfortantes).

El feedback a proporcionar preferiblemente kinestésico-táctil y muy visual que facilite su comprensión. Además de procurar que sea terminal o retardado y no tan concurrente que puede llevarle a situaciones de agobio o estrés.

### **11.3.1. Adaptaciones curriculares no significativas**

1. Asegurar la comprensión en el lenguaje oral previo a la práctica: Para ello llamaremos su atención con banderas de colores o brazos levantados; nos colocaremos frente a él con movilidad de labios ostensible, sin taparnos la boca ni movimientos rápidos;

explicaciones cortas y sencillas; prevenir y erradicar el ruido durante explicaciones (técnica brazo arriba), alejándonos de puertas y ventanas.

2. Usaremos una pizarra para que previamente a la clase hayamos representado cosas simples como: distribución de la clase, materiales, incluso ejercicios si son simples.
3. Realizar ejemplificaciones en cada uno de los ejercicios para reafirmar la comprensión del mismo, poniendo incluso al alumno con hipoacusia de ejemplo.
4. El feedback a proporcionar preferiblemente kinestésico-táctil y muy visual que facilite su comprensión. Además de procurar que sea terminal o retardado y no tan concurrente que puede llevarle a situaciones de agobio o estrés.
5. Facilitar información a través de tarjetas u otros materiales visuales en aquellas tareas en las cuales la responsabilidad la lleve el alumnado como: resolución de problemas, descubrimiento guiado, microenseñanza o enseñanza recíproca.
6. Adaptar los juegos, actividades a los niveles del alumno (permitirle recorrer menos presas, puntuaciones dobles o recuperar verticalidad desde su caída).
7. Mostrar flexibilidad ante las dificultades, permitiendo repetir postas o sesiones.
8. Proponer y mostrar actividades de refuerzo al alumnado para poder mejorar sus habilidades en la escalada
9. Importancia en la distribución y organización del alumnado, formación de grupos y compañeros con los que trabaja. Fomentar un buen clima y ayudarle a trabajar con aquellos alumnos que en un inicio se sienta más cómodo y más le ayuden (trabajo en grupos de 6 alumnos o por parejas)
10. Trabajar con metodologías que hagan partícipe y otorgar protagonismo a este alumnado, de tal forma que se sienta valorado al igual que el resto (Enseñanza recíproca, resolución de problemas y descubrimiento guiado)
11. Otorgarle responsabilidades en la asignatura.

#### **11.4. Adaptaciones curriculares no significativas para alumna con TDAH**

De forma específica y siguiendo igualmente las orientaciones para adaptaciones curriculares no significativas propuestas por González Rivera y Campos Izquierdo, (2014), realizaremos las adaptaciones mostradas a continuación:

- **Adaptación de la programación, en función de los datos obtenidos en la evaluación inicial, matizando o priorizando algunos aspectos.**

En función de los resultados obtenidos en el punto anterior, será necesario que cada sesión la adaptemos según el contenido específico que vayamos a tratar. Además, tendremos que tener en cuenta el número de sesión en el que estamos y, que esos resultados obtenidos en la primera sesión muy probablemente se hayan modificado a medida que avanzan las clases, siendo necesario actualizar esta evaluación inicial.

Con los datos que obtenemos en la evaluación inicial de las destrezas de este alumno, algunas de las adaptaciones que aplicaremos a lo largo de la Unidad Didáctica serán:

- Acercamiento del alumno al profesor en el desarrollo de sus tareas y explicaciones
- Aumento de las medidas de seguridad, aumentando el área acolchada de caída.
- Repetir y hacer más hincapié en las pautas de seguridad y descripción de las tareas.
- **Adaptación de espacios y tiempos, recursos didácticos, agrupación de alumnos, elección del nivel de ayuda necesario para cada alumno, en función de sus características y posibilidades.**
  - Espacios y tiempos: Las actividades planteadas se desarrollarán en el gimnasio bien en las espalderas, cuerdas o el espacio que este conforma; así como en el rocódromo del garaje. La distribución irá orientada siempre a evitar la aglomeración de alumnos en una posta o una zona así haremos uso de los tres espacios, dividiendo la clase en varios grupos y varias postas, utilizando los espacios a su vez por todos sus costados. Se intentará que el alumno participe cerca del profesor para que esté controlado.
  - Agrupación de alumnos: En nuestras sesiones habrá 5 grupos de 6 alumnos (30 alumnos), que quedarán divididos en la mayoría de las ocasiones con 2 grupos por posta. A su vez dentro de cada grupo habrá 2 alumnos de cada nivel (1, 2 y 3) y se intentará que tenga mínimo un compañero a modo de ejemplo, que tenga una actitud calmada y responsable.
  - Recursos didácticos: Ya habremos hablado de los recursos espaciales, por lo tanto en lo referente a los recursos materiales, podremos destacar el uso de material convencional como setas o aros, así como rotuladores borrables para escribir en la pizarra y hojas de observación o evaluación aparte de la ampliación de medidas de seguridad que podremos entregar al alumno.

- **Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos.**

A lo largo de la Unidad Didáctica son varios los estilos de enseñanza empleados. Aunque utilizaremos técnicas de resolución de problemas, principalmente para este alumno será interesante el estilo de enseñanza descubrimiento guiado ya que, aunque sigue teniendo la autonomía y la capacidad de vivenciar el aprendizaje se establecen unas pautas marcadas para favorecer el ambiente organizado que necesita.

- **Modificación de determinados elementos estructurales del juego.**

Algunas de las modificaciones estructurales que llevaremos a cabo a lo largo de las sesiones para adaptarlo al nivel del alumno pueden ser:

- Posibilidad de salir del juego momentáneamente si se necesita
  - Realizar competiciones por niveles
  - Si el comportamiento ha sido el correcto, método de recompensa.
- **Utilización de diferentes canales de comunicación del mensaje docente que permitan transmitir la información de manera eficiente a todo el alumnado: demostraciones, ayudas visuales y sonoras, medios visuales auxiliares, descripciones, explicaciones, ayudas manuales y automáticas.**

Los canales de comunicación que pondremos en marcha para facilitar la ejecución del alumno serán fundamentales para ayudarlo en el devenir de las clases tanto en ayudas visuales, sonoras como kinestésico táctiles. Por ello las principales adaptaciones a llevar a cabo siguiendo a Sanz y Reina (2012) serán:

- Demostraciones: Realizar ejemplificaciones en cada uno de los ejercicios para reafirmar la comprensión del mismo, utilizando al alumno TDAH como ejemplo y si no manteniéndole cerca y sin perderle de vista, asegurando que presta atención.
- Ayudas visuales: Usaremos una pizarra para que previamente a la clase hayamos representado cosas simples como: distribución de la clase, materiales, incluso ejercicios si son simples.

Se le podrá facilitar la información previamente a la clase por escrito o mandado a su email.

- Descripciones y explicaciones: Asegurar la comprensión en el lenguaje oral previo a la práctica: Para ello le colocaremos cerca del profesor, intentando eliminar materiales o situarle con compañeros que le puedan hacer despistarse.
- Ayudas manuales: Al igual que el resto de sus compañeros.
- **Fomento del conocimiento de los resultados de manera sistemática a través de diferentes tipos de Feedback, de forma que el alumnado obtenga información de sus ejecuciones y progresos. Refuerzo permanente de los logros obtenidos por el alumnado.**

Siguiendo en los tipos de feedback a Sánchez Bañuelos (1992), debemos decir que aquellos que utilizaremos serán los mostrados a continuación y que también serán comunes para el resto de la clase:

- Según su origen, apostaremos por un feedback externo que vendrá por nuestra persona debido a que el alumno es una persona inexperta en escalada, la técnica es compleja y por tanto desconocerá las correcciones.
- En función del momento optaremos por dos principalmente, el concurrente, que será el más empleado, para hacer un mayor por otro lado el terminal que se utilizará sobre todo al final de la sesión para valorar su comportamiento y evolución en las tareas
- La intención con la que se proporcionará será principalmente prescriptivo (ofreciendo indicaciones al alumno a fin de que cambie algunos factores o actúe de determinada manera en las siguientes ejecuciones) y afectivo (mostrándolo preferiblemente a través de mensajes positivos y reconfortantes).

#### **11.4.1. Adaptaciones curriculares no significativas**

1. Contrato de comportamiento o contingencias.
2. La exposición del alumno a modelos adecuados de comportamiento: incorpora la imitación como sistema de desarrollo comportamental.
3. La técnica del costo de respuesta o pérdida de recompensas.
4. El aislamiento o tiempo fuera.
5. La retirada de atención: ignorar la conducta y evitar que se consigan recompensas cuando la situación sea leve.
6. Reducir la estimulación ambiental superflua: Distribución en grupos numerosos de 6 alumnos o, al menos 2 compañeros, asegurándonos que alguno haya comprendido

la actividad. De forma específica buscaremos encajar a esta alumna en grupos de trabajo responsables y que comprenden las tareas de forma que puedan hacer efectivo el trabajo cuanto antes.

7. Dar las instrucciones educativas de forma clara, concisa e inteligible para el alumno, incluso se entregarán por escrito si el alumno lo necesitara.
8. Ayudar a organizarse y planificar adecuadamente sus acciones: para ello se le recomendará que establezca su horario de trabajo, utilizando un diario para apuntar las tareas y ejercer una correcta planificación.
9. Uso de pizarra para dibujar y dejar establecidos los espacios y las tareas.
10. Crear clima de trabajo en confianza.

## **12. Evaluación**

### **1. Evaluación del alumnado**

#### **a) Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje**

Los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje escogidos para evaluar dicha Unidad Didáctica han sido los mostrados a continuación:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

### **b) Criterios de Calificación**

Atendiendo a los tres ámbitos de la conducta y en la línea de las demás Unidades Didácticas, los criterios de calificación quedan desglosados en:

- *Saber: 20%*. Considerando el conocimiento teórico más importante de la escalada, justificado a través de presentaciones.
- *Saber hacer: 60%*. Siendo un reflejo de la evaluación continua, quedando reflejado en la coevaluación final.
- *Saber ser: 20%*. Dando importancia al comportamiento y la actitud que manifiestan nuestros alumnos hacia las actividades

Estos saberes serán evaluados a partir de los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje correspondientes por lo que será preciso identificar a qué saber corresponderá cada uno de los estándares de evaluación.

**Tabla 5**

*Relación de los ámbitos del saber con las competencias clave y sus respectivos criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.*

			ÁMBITOS DEL SABER		
Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Competencias Clave	S	SH	SS
1	1.1	CPAA - CSC		<b>X</b>	
	1.2	CPAA -CSSC		<b>X</b>	
	1.3	CCL - CD		<b>X</b>	
9	9.1	CCL	<b>X</b>		
	9.2	CCL		<b>X</b>	
	9.3	SIE		<b>X</b>	
11	11.1	CCL - CPAA	<b>X</b>		
	11.2	CCL – CPAA - CSC			<b>X</b>
12	12.2	CD		<b>X</b>	
	12.3	CD			<b>X</b>

Nota. *Elaboración propia.*

### **c) Tipos de evaluación e instrumentos de evaluación**

La forma de evaluar nuestros saberes será a través los siguientes métodos e instrumentos de evaluación:

- **Coevaluación:** Queremos hacer partícipes a nuestros alumnos de su propia evolución y evaluación y por lo tanto creemos que la forma más justa de ello en la línea en la que se ha venido trabajando a lo largo de la Unidad Didáctica por el trabajo en grupos y parejas será esta. Con ello evaluaremos dos de los saberes:
  - **Saber:** A través de una *lista de control* en la cual evaluaremos sus conocimientos proyectados en un vídeo grupal sobre las medidas de seguridad y material apropiado para la práctica del mismo, así como los entornos de práctica.
  - **Saber hacer:** Evaluaremos la práctica de nuestro alumnado en la escalada. Para ello ya habrá trabajado de forma similar y continua con hojas de observación, aprendiendo aquello en lo que han de prestar atención y anotando lo que hace o no su compañero sobre una *lista de control*.
- **Heteroevaluación:** En este caso nos encargamos nosotros como responsables de aquello que hemos visto y anotado durante las clases para evaluar el último saber:

- Saber ser: En este caso a través de un registro anecdótico que realizaremos y rellenaremos durante y al finalizar las clases, registraremos aquellas actitudes que hayan manifestado nuestros alumnos de forma muy breve para poder llevar un control más o menos diario de los mismos.

Cada uno de nuestros instrumentos de evaluación será correspondido por una ponderación en función de aquellos estándares de aprendizaje que vaya a evaluar, tal y como podemos ver resumido en la siguiente tabla:

**Tabla 6**

*Relación de los estándares de aprendizaje con sus correspondientes ámbitos del saber, instrumentos de evaluación y ponderación correspondiente.*

<b>UNIDAD DIDÁCTICA 2: Cuesta arriba y sin frenos</b>					
<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>Saber</b>	<b>Saber hacer</b>	<b>Saber ser</b>	<b>Ponderación</b>	<b>Instrumentos de evaluación</b>
1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.		10%		10%	Lista de control 1 Coevaluación
1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.		10%		10%	Lista de control 1 Coevaluación
1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.		10%		10%	Lista de control 1 Coevaluación
9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.	10%			10%	Lista de control 2 Coevaluación de Exposición
9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.		10%		10%	Lista de control 2 Coevaluación de Exposición

10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.		10%		10%	Lista de control 1 Coevaluación
11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.	10%			10%	Lista de control Coevaluación de Exposición
11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.			10%	10%	Registro anecdótico Heteroevaluación
12.2. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.		10%		10%	Lista de control 2 Coevaluación de Exposición
12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.			10%	10%	Registro anecdótico Heteroevaluación
<b>PORCENTAJE TOTAL</b>	20%	60%	20%	100%	<b>Lista de control 1 y 2 – Registro anecdótico</b>

Nota. *Elaboración propia.*

Obtener un 10 en esta Unidad Didáctica supondría 2 puntos de 10 en lo referente al trimestre. Cada Unidad Didáctica del Primer Trimestre tendrá un valor de 2 puntos sobre la nota final, lo que supondría obtener la máxima de las puntuaciones sobre los tres saberes del aprendizaje.

#### **d) Medidas de recuperación**

En el caso de que alguno de nuestros alumnos no superara esta Unidad Didáctica pero presentara una media de 5 en el global, no precisaría de realizar ninguna recuperación sobre dicha Unidad Didáctica.

Sin embargo si la media global no le da aprobada en el cómputo de su nota y presenta al final del trimestre suspenso alguno de sus ámbitos con el resto aprobados, solamente tendrá que recuperar dicho ámbito, quedando guardada la parte aprobada.

En el caso de que presente suspensos todos los saberes deberá realizar un examen extraordinario con todo tipo de saberes tanto teóricos como prácticos.

Mientras que si un alumno no ha podido asistir a la Unidad Didáctica por lesión o enfermedad, se le valorarán los saberes a través de un seguimiento y elaboración de las tareas.

De esta manera las opciones de recuperación que presentaremos serán las siguientes:

- Recuperación de un saber:
  - Saber: Examen teórico (5 preguntas de cada UD)
  - Saber ser: Reflexión de sus actitudes y comportamientos (5 fallos cometidos en cada UD y cómo corregirlos)
  - Saber hacer: Realizar un pequeño circuito, exigiendo unos mínimos (1 actividad o circuito que englobe todas las UD)
- Recuperación de los tres saberes:
  - Saber: Examen teórico (5 preguntas de cada UD)
  - Saber ser: Reflexión de sus actitudes y comportamientos (5 fallos cometidos en cada UD y cómo corregirlos)
  - Saber hacer: Realizar un pequeño circuito, exigiendo unos mínimos (1 actividad o circuito que englobe todas las UD)
- Falta de asistencia:
  - Saber: Misma tarea teórica que el resto de alumnos (Exposición).
  - Saber ser: Reflexión sobre los valores en la escalada
  - Saber hacer: Corrección y evaluación de algún compañero.

## **2. Evaluación de la acción docente**

La forma en la que evaluaremos esta Unidad Didáctica de forma específica será a través de una autoevaluación de la acción docente. Dicha autoevaluación se verá reforzada por la anotación en el diario del docente de los acontecimientos que han tenido lugar en cada sesión rellenando una lista de control.

Una vez obtenidos los resultados en cada sesión, al final de la Unidad Didáctica evaluará cada uno de esos puntos, siendo crítico y analizando por qué algunos aspectos les ha ido bien y por qué otros no tan bien.

### 13. Otras herramientas.

**Tabla 7**

*Normas a elaborar por el alumnado.*

A continuación os vais a encontrar con una serie de ítems en los cuales de forma consensuada en grupo deberéis establecer al menos tres normas diferenciadas dentro cada cual.

Las normas que vais a proponer dentro de cada ítem serán contrastadas y sumadas a las que promulguen el resto de grupos, siendo posteriormente empleadas para cumplimentar con el contrato que se establecerá más adelante.

Los ítems a proponer normas son los siguientes:

- **Cuidado del material** (por ejemplo: ayudar a colocar y recoger el material cada día un grupo)

1.

2.

3.

- **Seguridad en el rocódromo** (por ejemplo: situar colchonetas siempre debajo del mismo)

1.

2.

3.

- **Seguridad en cuerdas y espalderas** (por ejemplo: no más de 2 personas en espaldera o cuerda)

1.

2.

3.

- **Actitud en las clases** (por ejemplo: mostrarse atentos y comprender actividades)

1.

2.

3.

**Estas normas simples nos van a servir para la elaboración de un contrato que nos permitirá una serie de privilegios o, si no lo cumplimos que podremos perder.**

*Nota. Elaboración propia.*

## Tabla 8

*Contrato elaborado con el alumnado.*

La elaboración del contrato parte de las normas que previamente habéis elaborado vosotros, los alumnos.

De esta forma he de deciros que esta parte del cumplimiento de las normas corresponderá una parte de vuestra evaluación correspondiente al saber ser (es decir vuestra actitud y participación en las clases), con un valor total de 2 puntos en la Unidad Didáctica.

Por lo tanto lo que vamos a establecer ahora es la **forma** y la **cuantificación**, así como la **recompensa** de aquel grupo que consiga cierto número en el cumplimiento de normas.

1. En primer lugar deciros que esta parte os la **evaluaré con “Emoticonos”** a cada alumno. Por ello debemos **establecer** a continuación el **valor** de cada uno de ellos (por ejemplo: incumplimiento de 3 normas o 3 veces la norma supondrá una cara triste y por tanto un 0 en esta clase):

(Tras la votación realizada, la que más votaciones obtuvo sería):

- 😊: **Cumplir** con **todas** las normas
- 😡: **Incumplir** con **4 normas** o **repetir** la misma 4 veces
- 😞: **Incumplir** con **1 o 3 normas** o **repetir** la misma hasta 3 veces

2. El **valor** de forma equitativa que tendrá cada emoticono en cada sesión será:

- 😊: **1, 25**
- 😡: **0**
- 😞: **0, 625**

- De esta manera obtener la carita 😊 en todas las sesiones supondrá un **10** en el ámbito del saber en la UD2 y por lo tanto **2 puntos** del global en esta Unidad Didáctica.

- **RECOMPENSA:** Escoger juego 10 minutos finales en la próxima Unidad Didáctica

Nota. *Elaboración propia.*

**Tabla 9***Hoja de observación para enseñanza recíproca de escalda en cuerda.*

<b>HOJA DE OBSERVACIÓN ESCALADA EN CUERDA</b>				
Alumno: -----				
<b>Aspectos a observar</b>	<b>SÍ</b>	<b>NO</b>	<b>A VECES</b>	<b>Observaciones</b>
1. Se propulsa con los pies				
2. La acción de ascenso es fluida (brazos-abdomen-pies)				
3. Mantiene una escalada constante				
4. Su agarre es adecuado (una mano por encima de otra mirando a lados opuestos)				
5. Sus pies se encuentran superpuestos entrelazando la cuerda				
Observaciones:				

*Nota. Elaboración propia.***Tabla 10***Hoja de observación para enseñanza recíproca de escalda en espaldera..*

<b>HOJA DE OBSERVACIÓN ESCALADA EN ESPALDERA</b>				
Alumno: -----				
<b>Aspectos a observar</b>	<b>SÍ</b>	<b>NO</b>	<b>A VECES</b>	<b>Observaciones</b>
1. Su apoyo con los pies es firme				
2. Acción coordinada en subida (brazo-pie contrario-brazo-pie contrario)				
3. No se resbala en su escalada				
4. Su agarre es adecuado en pronación				
5. Sus pies se apoyan sobre la zona plantar				
Observaciones:				

*Nota. Elaboración propia.*

**Tabla 11**

*Hoja de observación para enseñanza recíproca de escalda en rocódromo.*

<b>HOJA DE OBSERVACIÓN ESCALADA EN ROCÓDROMO</b>				
Alumno: -----				
<b>Aspectos a observar</b>	<b>SÍ</b>	<b>NO</b>	<b>A VECES</b>	<b>Observaciones</b>
<b>1.</b> Su apoyo es lateral (No frontal)				
<b>2.</b> Acción coordinada en subida y avance (brazo-pie contrario-brazo-pie contrario)				
<b>3.</b> Mantiene mirada en apoyos y su siguiente movimiento				
<b>4.</b> Busca diferentes formas de adherirse a la presa con las manos y pies				
<b>5.</b> Sus pies se apoyan sobre la zona del metatarso.				
Observaciones:				

*Nota. Elaboración propia.*

**Tabla 12***Hoja de coevaluación en la práctica de escalada (Saber hacer) Lista de control 1.*

Alumno: -----			
Fecha:-----			
Contenido: Escalada			
	SÍ	NO	A VECES
<b>Es capaz de mantener el equilibrio sobre la pared</b>			
<b>Sus apoyos son firmes y seguros</b>			
<b>Avanza de forma fluida</b>			
<b>Recorre las vías adecuadas que facilitan su escalada</b>			
<b>Imita la técnica adquirida en las clases</b>			
<p>Observaciones:</p> <p>SÍ= + 2 Puntos</p> <p>No= - 0,5 Puntos</p> <p>A veces= + 0,5 Puntos</p>			

*Nota. Elaboración propia.*

**Tabla 13**

*Hoja de coevaluación para evaluar la Presentación Multimedia (Saber). Lista de control 2.*

Alumno: -----			
Fecha:-----			
Contenido: Escalada			
	SÍ	NO	A VECES
<b>Es original la presentación</b>			
<b>Fluidez expositiva</b>			
<b>La exposición es coordinada por los compañeros</b>			
<b>Exponen al menos 3 ámbitos de práctica en escalada</b>			
<b>Exponen al menos 5 elementos de seguridad en la escalada</b>			
Observaciones: SÍ= + 2 Puntos No= 0 Puntos A veces= + 0,5 Puntos			

Nota. *Elaboración propia.*



## Tabla 15

### *Medidas de recuperación*

1) Si tengo suspenso el “**Saber**”, tendré que responder a las siguientes preguntas de escalada:

- i. Cuál de los siguientes **no pertenece** como material a la escalada en **rocódromo**:
  - a. Casco
  - b. Piolet
  - c. Arnés
  - d. Mosquetones
- ii. En cuál de los siguientes **lugares** puede practicarse la escalada:
  - a. Rocódromo indoor
  - b. Rocódromo outdoor
  - c. Montaña
  - d. Todas las anteriores
- iii. Qué material de los mostrados a continuación nos **protege** de una caída
  - a. Casco
  - b. Arnés
  - c. Pies de gato
  - d. Todos los anteriores
- iv. Qué material de los mostrados a continuación previene una caída
  - a. Casco
  - b. Arnés
  - c. Pies de gato
  - d. Todos los anteriores
- v. En la escalada qué parte del cuerpo es más importante de las mostradas a continuación:
  - a. Abdomen
  - b. Tren superior
  - c. Tren inferior
  - d. Un equilibrio entre todas las partes del cuerpo

2) Si tengo suspenso el “**Saber ser**” debo de realizar la siguiente tarea:

- Escribir una **reflexión** de aquellas **actitudes** y **comportamientos** que me han llevado a tener **suspenso** este saber a lo largo del curso, haciendo hincapié en los errores por unidades. Al menos debe tener **2000 palabras** la reflexión.

3) Si tengo suspenso el “Saber hacer”, debo recorrer la vía verde del rocódromo del colegio aplicando la técnica adquirida y ser evaluado por el docente.

Para su evaluación se empleará la misma lista de control que han empleado los alumnos para coevaluarse:

Alumno: .....			
Fecha:.....			
Contenido: Escalada			
	SÍ	NO	A VECES
<b>Es capaz de mantener el equilibrio sobre la pared</b>			
<b>Sus apoyos son firmes y seguros</b>			
<b>Avanza de forma fluida</b>			
<b>Recorre las vías adecuadas que facilitan su escalada</b>			
<b>Imita la técnica adquirida en las clases</b>			
Observaciones: SÍ= + 2 Puntos No= - 0,5 Puntos A veces= + 0,5 Puntos			

Nota. *Elaboración propia.*

**Tabla 16**

*Lista de control para la evaluación de la acción docente por autoevaluación tras cada clase.*

Rellenar dicha lista de control al finalizar cada clase.				
	1	2	3	Observaciones
<b>Nivel de logro de los objetivos</b>				
<b>Tiempo motriz del alumnado</b>				
<b>Adecuación del contenido a la clase</b>				
Observaciones:				

*Nota. Elaboración propia.*

**Tabla 17**

*Lista de control para la evaluación de la acción docente por autoevaluación al finalizar el trimestre.*

Autoevaluación: Resumen general				
	1	2	3	Observaciones
<b>Nivel de logro de los objetivos</b>				
<b>Adquisición de los contenidos por alumnado</b>				
<b>Tiempo útil en sesiones</b>				
Observaciones				

*Nota. Elaboración propia.*

## 14. Sesiones

**Tabla 18**

*Ficha de sesión 1. Cuesta arriba y sin frenos.*

<b>SESIÓN N°: 1</b>	<b>UNIDAD DIDÁCTICA: Cuesta arriba y sin frenos</b>		
<b>TÍTULO DE LA SESIÓN: La diversidad en la escalada</b>			
<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA SESIÓN</b>			
1. Indagar en las posibilidades de la escalada 2. Descubrir distintas formas de escalada (espaldera, cuerda, rocódromo y sobre objetos) 3. Mejorar condición física.			
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>			
2.1. Competencia en comunicación lingüística 2.2. Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor 2.3. Competencias sociales y cívicas			
<b>3. METODOLOGÍA</b>			
<b>3.1. Técnicas de enseñanza</b>  Instrucción directa  Descubrimiento	<b>3.2. Estilos de enseñanza</b>  Asignación de tareas  Resolución de problemas	<b>3.3. Estrategias de enseñanza</b>  Global pura	
<b>4. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>			
<b>4.1. Humanos</b>  30 alumnos  1 docente	<b>4.2. Espaciales</b>  Gimnasio y área de rocódromo del garaje	<b>4.3. Materiales</b>  Espalderas, cuerdas, rocódromo.  Cuerdas cortas, aros y pelotas de diversos tamaños, setas y conos	

## 5. TRATAMIENTO TRANSVERSAL

Respeto por las reglas y normas de seguridad

Empatía y consideración del nivel propio y el de los demás

## 6. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

- **Alumno con hipoacusia:**

1. Uso de banderín blanco para inicio y rojo para finalizar
2. Uso de pizarra.
9. Importancia de la distribución. En grupos con compañeros de confianza e involucrados con él

- **Alumna con TDAH:**

1. Se establece el contrato definitivo para la UD.
2. Se toma modelo del comportamiento ejemplar y a seguir.
6. Reducir la estimulación ambiental superflua: En grupos comprometidos con la asignatura y que quieran lo mejor para el grupo

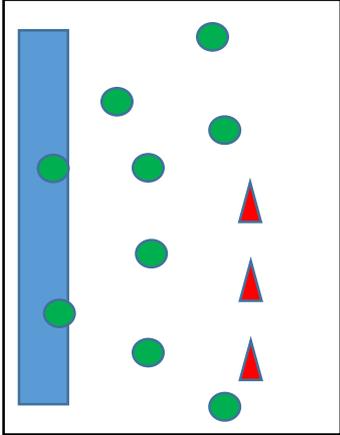
En el caso de tener algún problema con un alumno que acude a clase sin la ropa deportiva o una lesión transitoria se podrán llevar a cabo las siguientes adaptaciones:

- **Sin ropa deportiva:**

1. Realiza la clase con la ropa que trae puesta para comprobar la incomodidad de la misma.
6. Dirigirnos a él en tono similar al suyo, sin ser restrictivos y razonando con él/ella.
7. Generar clima afectivo, distendido y de confianza en la clase-

- **Lesión transitoria:**

1. Realizar evaluación inicial de lo que conoce y no de la escalada, así como saber si puede practicar o hacer algo durante la sesión.
2. Ser partícipe de correcciones y orientaciones junto al profesor; guiado/a por él.
3. Investigar durante la clase sobre la escalada en cuerda.

7. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y DE APRENDIZAJE	
<p><b>PARTE INICIAL</b></p> <p><b>1. Calentamiento general (5min):</b> Los alumnos siguiendo al profesor efectúan el calentamiento de lado a lado del gimnasio</p> <p><b>2. Juego de calentamiento (5min):</b> “Los san fermes”: El juego va a consistir en que tres alumnos la ligan y llevan una cuerda sujeta en la parte posterior del pantalón. Los “toros” han de pillar al resto de alumnos sin que les quiten la cuerda. Aquellos alumnos pillados van a la espaldera número 6 y realizan dominadas o flexiones. Las “casas” son las otras 5 espalderas, en las cuales deberán subir de 1 en 1 los peldaños hasta el último para estar a salvo.</p> <p>Si roban la cuerda, ese alumno intercambia sus papeles con el toro.</p> <p><b>Variantes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Incrementar o disminuir “toros”</li> <li>• Aumentar casas (cuerdas o colchonetas)</li> </ul>	<p><b>REPRESENTACIÓN GRÁFICA</b></p> 
<p><b>PARTE PRINCIPAL</b></p> <p>Lo primero de todo será dividir a nuestros alumnos en grupos de 6 (realizándolos heterogéneos dado lo visto en la 1ª UD).</p> <p>Una vez divididos les hacemos una entrega de las normas más votadas por ellos mismo en la actividad online. Así como se les muestra la opción del contrato</p>	

que ellos han elegido para el respeto de las propias normas (5min).

**1. Espalderas: “Desenvuelve el regalo” (7-8 min).**

Dentro de cada equipo se competirá 3 contra 3. El juego consiste en que un equipo se venda los ojos primero mientras que el otro coloca diferentes elementos en la parte alta de las espalderas que sean difíciles o complejos de sacar y que les lleve tiempo (atar un aro, encajar la pelota, etc.) de tal forma cada alumno coloca dos elementos en dos espalderas distintas.

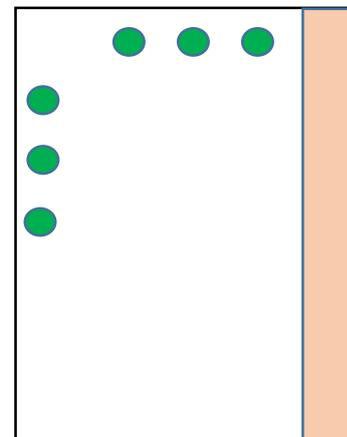
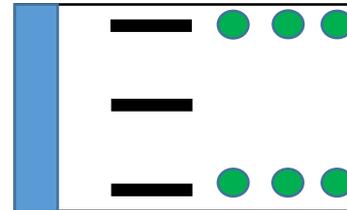
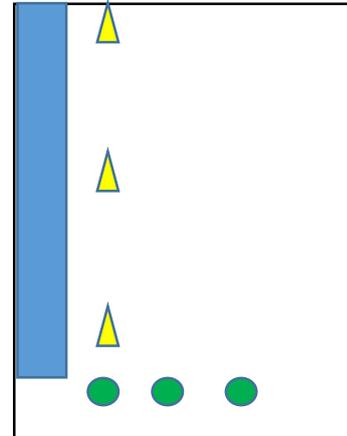
Posteriormente el alumno 1 se quita la venda y echa a correr a dos espalderas a conseguir los objetos, y vuelve a darle el relevo a 2 que se quita la venda y hace lo mismo y después a 3 igual. Cuando llega el último se para el tiempo.

**2. Cuerdas: “Repartiendo trabajo” (7-8min).** Les planteamos a nuestros alumnos el reto de ascender la cuerda 10 veces, dándoles la única premisa de que participen todos y que todo esfuerzo cuenta.

**3. Rocódromo: “Recorriendo rocas”:** Realizaremos unos relevos donde los alumnos se guiarán por el tiempo independientemente de la técnica empleada para ello:

- a) Recorrido horizontal más rápido posible con sumatorio de tiempo.
- b) Marcar 30 puntos a tocar con manos o pies y hacer el recorrido de 1 en 1 con tiempo sumatorio

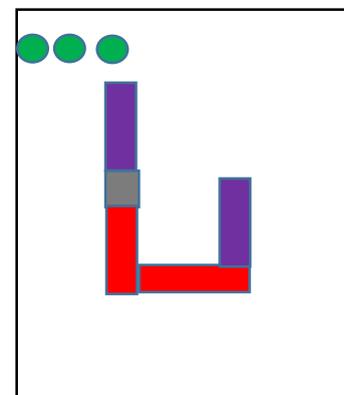
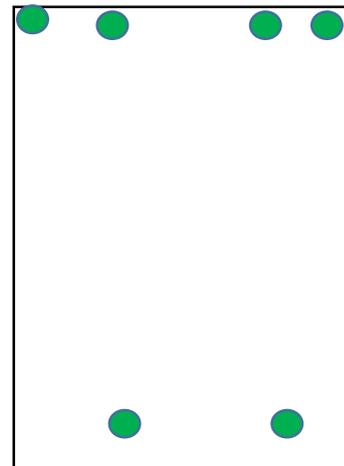
Compiten 3 vs 3



**4. Escalada sobre suelo:** “Aprendiendo a reptar” (7-8min). Los alumnos realizan competiciones de 3vs3 escalando sobre el suelo. Para ello llevarán una seta en cada mano y otra seta debajo de cada empeine, de tal forma que cada vez que avancen no puedan dejar ninguna de las dos atrás. Se les dará como premisas que no pueden andar ni usar dos apoyos, como mínimo 4 apoyos. De esta forma tendrá que buscar la forma de reptar sin que se les escape (simular acción de escalada).

**5. Circuito aéreo:** “Floor is lava”: Dispondremos de un circuito sencillo, los cuales les daremos la única pauta de superarlos con 4 apoyos mínimo. Para ello comienzan en un banco-silla-mesa por arriba-mesa por un lado (con ayuda) y acabar en banco.

Se realiza sumatorio de tiempo en 3vs3.



**PARTE FINAL**

Realizamos una pequeña vuelta a la calma.

Si diera tiempo se realizaría una puesta en común

**8. OBSERVACIONES**

Conviene resaltar que los alumnos previos a esta sesión habrán rellenado un cuestionario donde marcarían aquellas reglas y normas de seguridad que deberían cumplir y seguir. Así como el contrato establecido. Esos documentos los podemos ver a continuación.

**Leyenda:**

-  Espaldera
-  Alumno que la liga
-  Alumnos
-  Alumnos que esconden objeto



Nota. *Elaboración propia.*

**Tabla 19**

*Ficha de sesión 2 y 3. Cuesta arriba y sin frenos.*

<b>SESIÓN N°: 2 y 3</b>		<b>UNIDAD DIDÁCTICA: Cuesta arriba y sin frenos</b>	
<b>TÍTULO DE LA SESIÓN: “Descubriendo la escalada”</b>			
<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA SESIÓN</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Indagar en la técnica más eficaz y efectiva para la escalada</li> <li>2. Buscar posibles soluciones, probar, fallar y acertar</li> <li>3. Aprender distintos agarres y técnicas de escalada</li> </ol>			
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>			
2.1. Competencia de aprender a aprender			
2.2. Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor			
2.3. Competencias sociales y cívicas			
<b>3. METODOLOGÍA</b>			
<b>3.1. Técnicas de enseñanza</b>	<b>3.2. Estilos de enseñanza</b>	<b>3.3. Estrategias de enseñanza</b>	
Descubrimiento	Descubrimiento guiado y resolución de problemas	Global pura	
<b>4. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>			
<b>4.1. Humanos</b>	<b>4.2. Espaciales</b>	<b>4.3. Materiales</b>	
30 alumnos  1 docente	Gimnasio y área de rocódromo del garaje	Espalderas, cuerdas, rocódromo.  Colchonetas, cajas, pelotas de tenis	
<b>5. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b>			
Respetar el ritmo de aprendizaje propio y de los compañeros			

Manifiestar actitudes de respeto y empatía, ayudando a los demás

Aprender a competir de forma sana y los valores de estos deportes

### 1. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

- **Alumno con hipoacusia:**

1. Uso de banderín blanco para inicio y rojo para finalizar
2. Uso de la pizarra para explicación de ejercicios y distribución
5. Facilitar información. Entrega de hoja personal con ejercicios y preguntas que han de resolver (ir paso a paso)
6. Adaptar los retos si es necesario a sus capacidades.
7. Ser flexibles si le es costoso la coordinación en alguna actividad y reorientarle.
9. En grupos con compañeros de confianza e involucrados con él

- **Alumna con TDAH:**

- 1/2/3/4. Contrato de comportamiento con pérdida de recompensas
6. Reducir estimulación ambiental superflua: En grupos comprometidos con la asignatura y que quieran lo mejor para el grupo
9. Uso de pizarra para dibujar y dejar establecidos los espacios y las tareas.
10. Sesión organizada en dos partes para favorecer su concentración en la tarea

En el caso de tener algún problema con un alumno que acude a clase sin la ropa deportiva o una lesión transitoria se podrán llevar a cabo las siguientes adaptaciones:

- **Sin ropa deportiva:**

1. Realiza la clase con la ropa que trae puesta para comprobar la incomodidad de la misma.
2. Permitir traer ropa de cambio al finalizar la sesión de educación física.
3. Poner en marcha modelo ludotécnico y modelo comprensivo.
6. Dirigirnos a él en tono similar al suyo, sin ser restrictivos y razonando con él/ella.
7. Generar clima afectivo, distendido y de confianza en la clase

- **Lesión transitoria:**

2. Ser partícipe de correcciones y orientaciones junto al profesor; guiado/a por él.
3. Traer investigado de casa la escalada en rocódromo y los tipos de agarre en presa.
5. Permitir la acción de entrenadora durante los juegos
6. Facilitar hojas de observación

## 7. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y DE APRENDIZAJE

### PARTE INICIAL

**1. Calentamiento general (5min):** Los alumnos siguiendo al profesor efectúan el calentamiento de lado a lado del gimnasio.

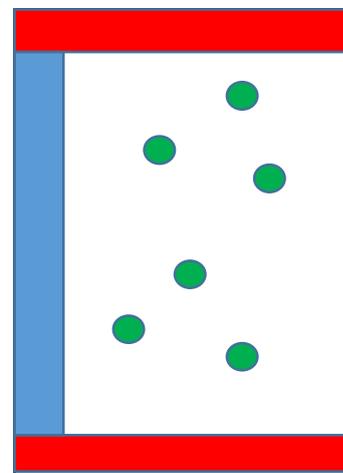
**2. Juego de calentamiento (5min):** “Trepa la colchoneta”. Haciendo uso de las colchonetas grandes del gimnasio, las colocaremos en posición vertical en ambos fondos. Sobre cada colchoneta habrá varias cajas para depositar las pelotas de tenis.

Encima de cada espaldera situaremos también varias cajas donde se encontrará las pelotas de tenis que los alumnos han de robar y depositar sobre las cajas rivales.

Al final del juego se hace recuento

### REPRESENTACIÓN

#### GRÁFICA



### PARTE PRINCIPAL

Al trabajar estas sesiones el mismo día, es decir las sesiones 2 y 3 podríamos considerarlas una solo. Aprovechando que hoy solapamos ambas sesiones para la misma UD, un grupo trabajará haciendo unas actividades la primera hora que luego trabajará el otro grupo y viceversa.

De esta manera la clase quedará dividida en dos grupos grandes de 15 alumnos entre las cuerdas y el

rocódromo. A su vez se dividirán en los 3 equipos de 5 alumnos correspondientes.

**a) Cuerdas (Modelo ludotécnico - Descubrimiento guiado)**

**A1)** Cada alumno debe permanecer suspendido en la cuerda un máximo de 60seg y un mínimo de 10 seg. Realizando sumatorio final para ver equipo ganador. Los alumnos esperan en posición de plancha.

Preguntarles: ¿uso de los pies? ¿Agarre de manos? ¿Colocación del tronco?

**A2)** Realizar 4 tracciones de brazos y descender (3 veces cada alumno), el último que acaba pierde.

Preguntarles: ¿Acción de los pies? ¿Fuerza mayormente ejercida por los brazos?

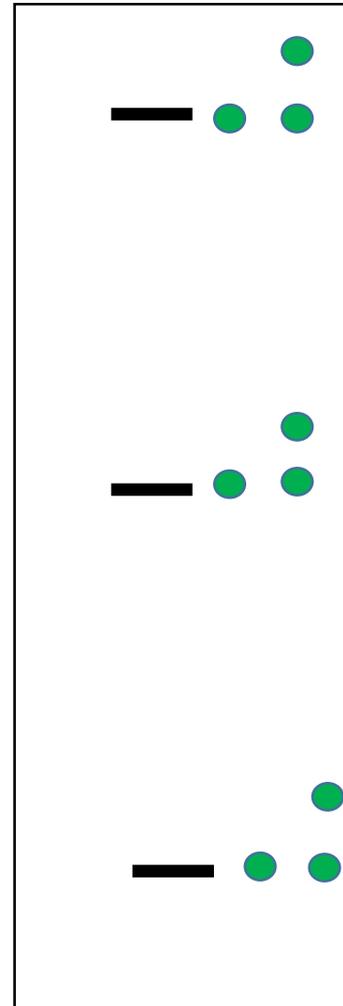
**A3)** Realizar el máximo nº de tracciones ascendentes posibles (se anota el espacio recorrido, aquel equipo que más recorra es el ganador).

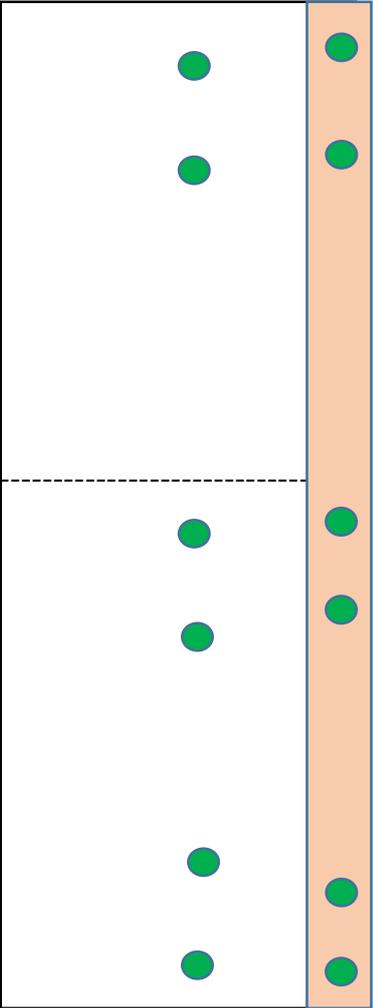
Preguntarles: ¿Qué cambia esta vez? ¿Intervienen más los pies? ¿Cómo afecta al agotamiento?

**A4)** Realizar el máximo recorrido en la cuerda con 20 segundos cada alumno para ascenso (Ejercicio explosivo).

¿Cuánto habéis implicado en esta ocasión la tracción con las piernas?

**A5)** Competición por equipos y niveles. Dentro de cada grupo se divide a los alumnos por niveles, así tendrá que haber dos alumnos de cada nivel: 1, 2 y 3. Se realizan ascensiones y el que más lejos llegue o menos tarde, sumará un punto para su equipo.



<p><b>b) Rocódromo (Modelo Comprensivo – Resolución de problemas)</b></p> <p><b>B1)</b> Recorrer el rocódromo de 1 en 1 en ambas direcciones hasta en 2 ocasiones usando diferentes rutas o vías. <b>(5min)</b></p> <p><b>B2)</b> Pilla-pilla guiado: Cada equipo se divide en parejas y tríos, de tal forma que 1 alumno sea guía y otro pilla o escapa. Se dejan dos movimientos de ventaja al caco. De esta forma saldremos en 2 o 3 tandas la primera vuelta y después se cambia. Cada vez que se pilla o se escapa, se suma un punto. <b>(10-15min)</b></p> <p><b>B3)</b> Realizar el pilla-pilla igual pero ahora en el rocódromo habrá 4 alumnos en vez de 2. Saldrán 2 alumnos de un extremo y otros 2 del otro extremo teniendo que esquivarse. Si se caen, vuelven a las presas en las que se cayeron. <b>(10-15min)</b></p> <p><b>B4)</b> Competición por equipos y niveles. Saldrán jugadores de iguales niveles de 2 en 2 consiguiendo puntos para sus respectivos equipos.</p>	
<p><b>PARTE FINAL</b></p> <p><b>Phillips 66:</b> Los alumnos en sus grupos de 5 deberán debatir durante 5 minutos sus aprendizajes, errores y aciertos, dando respuesta a si es importante el trabajo en equipo y la táctica.</p>	
<p><b>8. OBSERVACIONES</b></p>	
<p>En el día de hoy se fusionan las dos horas de clase con la misma Unidad Didáctica, pudiendo incluir incluso el tiempo de recreo. De esta manera los alumnos se encontrarán inmersos en el contenido de la sesión y trabajarán en lo mismo durante las 2 horas.</p> <p><b>Leyenda:</b></p>	



Nota. *Elaboración propia.*

**Tabla 20***Ficha de sesión 4 y 5. Cuesta arriba y sin frenos*

<b>SESIÓN N°:</b> 4 y 5		<b>UNIDAD DIDÁCTICA:</b> Cuesta arriba y sin frenos	
<b>TÍTULO DE LA SESIÓN:</b> “Escalamos en equipo”			
<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA SESIÓN</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar el componente grupal que puede llegar a tener un deporte individual</li> <li>2. Aprender de forma más analítica la técnica en escalada</li> <li>3. Descubrir la técnica correcta primero haciendo y luego corrigiendo</li> </ol>			
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>			
2.1. Competencia en comunicación lingüística			
2.2. Competencia de aprender a aprender			
2.3. Competencias sociales y cívicas			
<b>3. METODOLOGÍA</b>			
<b>3.1. Técnicas de enseñanza</b>	<b>3.2. Estilos de enseñanza</b>	<b>3.3. Estrategias de enseñanza</b>	
Instrucción directa	Enseñanza recíproca	Global modificando situación real	
<b>4. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>			
<b>4.1. Humanos</b>	<b>4.2. Espaciales</b>	<b>4.3. Materiales</b>	
30 alumnos  1 docente	Gimnasio y área de rocódromo del garaje	Espalderas, cuerdas, rocódromo.  Aros, pelotas y cuerdas	
<b>5. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incitar y provocar situaciones de animación por parte de la clase a los alumnos</li> <li>• Reconocer nuestros errores y los del compañero</li> <li>• Ayudar a mejorar al compañero</li> </ul>			

## 1. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

- **Alumno con hipoacusia:**
  1. Uso de banderín blanco para inicio y rojo para finalizar
  2. Uso de la pizarra para explicación de ejercicios y distribución
  5. Entrega de hoja personal con ejercicios y preguntas que han de resolver (ir paso a paso)
  10. Hacerle partícipe al tener el rol de evaluador y conocedor de la técnica en papel
- **Alumna con TDAH:**
  - 1/2/3/4/5. Contrato de comportamiento
  6. En grupos comprometidos con la asignatura y que quieran lo mejor para el grupo
  7. Dar instrucciones claras y precisas
  8. Sesión organizada en dos partes para favorecer su concentración en la tarea
  10. Sesión con pareja que sea comprometida en las tareas y no suponga una distracción

En el caso de tener algún problema con un alumno que acude a clase sin la ropa deportiva o una lesión transitoria se podrán llevar a cabo las siguientes adaptaciones:

- **Sin ropa deportiva:**
  1. Realiza la clase con la ropa que trae puesta para comprobar la incomodidad de la misma.
  2. Permitir traer ropa de cambio al finalizar la sesión de educación física.
  3. Poner en marcha modelo ludotécnico.
  4. Plantear actividades de refuerzo que le hagan ver al alumno que puede recuperar su nivel y que nos mostramos cercanos a él.
  6. Dirigirnos a él en tono similar al suyo, sin ser restrictivos y razonando con él/ella.
  7. Generar clima afectivo, distendido y de confianza en la clase
- **Lesión transitoria:**
  2. Ser partícipe de correcciones y orientaciones junto al profesor; guiado/a por él.

3. Traer investigado de casa las vías en la escalada y las zonas de escalada.
4. Dotar la función de profesora en algún ejercicio con la potestad para corregir acciones con y sin supervisión del docente
5. Permitir la acción de entrenadora durante los juegos
6. Facilitar hojas de observación

## 7. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y DE APRENDIZAJE

### PARTE INICIAL

**1. Calentamiento sesión 4 y 5 (5min):** Los alumnos siguiendo al profesor efectúan el calentamiento de lado a lado del gimnasio

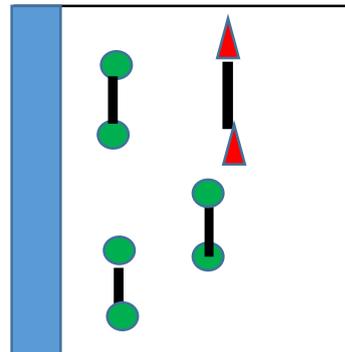
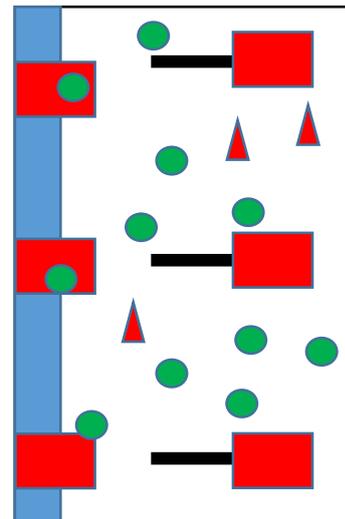
**2. Juego de calentamiento sesión 4 (5min): “Pillando a tarzán”:** Jugando al pilla-pilla dispondremos de 6 casas y 3 casas donde se van los pillados (6 espalderas y 3 cuerdas). Los alumnos que son pillados han de ir a la cuerda de pillados y desde la posición de sentados deben intentar trepar. Si consiguen realizar 4 tracciones podrán salvarse.

Aquellos alumnos que entran en casa en espalderas o cuerdas han de entrar en la colchoneta y realizar 4 tracciones y bajar para continuar huyendo.

**2. Juego de calentamiento sesión 5 (5min): “Pilla doble”:** Jugaremos al pilla-pilla amarrados por la cintura a través de una cuerda. De esta forma los alumnos han de coordinarse muy bien para ir a pillar a la misma pareja y crear dudas. Las casas serán las espalderas.

### REPRESENTACIÓN

#### GRÁFICA



## PARTE PRINCIPAL

Los alumnos estarán dispuestos por parejas de tal forma que realizarán las tareas que el docente les encomienda y lo registran en una hoja de observación, anotando hasta tres intentos. Nos vamos a dividir en dos grandes grupos: uno de 16 y otro de 14 para ser pares e ir por parejas siempre, quedando divididos un grupo en cuerdas y espalderas y el otro grupo en el rocódromo.

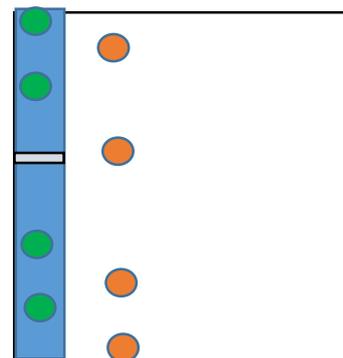
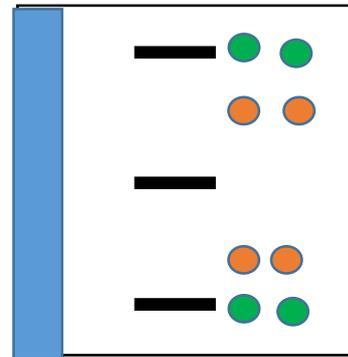
### a) Cuerdas y espalderas (Modelo ludotécnico)

#### i. Tareas en cuerda (8 alumnos) (2 equipos de 4 alumnos)

1. Competición marcando el ritmo nuestro compañero evaluador con 1-2-1-2-1-2. Tratamos de establecer niveles y límites de ascensión y se compite en parejas
2. Competición marcando el ritmo nuestro compañero pero solamente ejecutando en un único movimiento con 1-1-1-1.
3. Competición sin marcar el ritmo y evaluable.

#### ii. Tareas en espaldera (8 alumnos) (2 equipos de 4 alumnos)

1. Competición de ejecutantes en espalderas de 2 en 2 a chocar mano sin implemento.
2. Competición de ejecutante en espalderas de 2 en 2 con implemento.
3. Acción de trepa vertical evaluable con competición individual.



**b) Rocódromo (14 alumnos) (2 equipos de 7 alumnos)**

1. “El dictado”: Un compañero de la pareja le va diciendo al compañero los apoyos y presas a utilizar

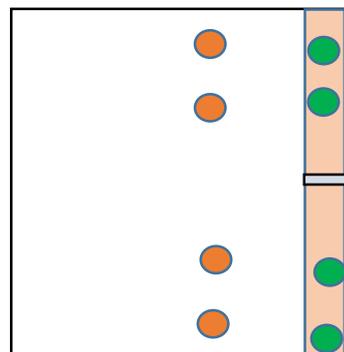
2. Recorrer las 3 vías por colores. 1 vez cada vía

3. Competición por relevos y tiempos: Cada componente debe recorrer 6 presas.

4. Competición portando un aro que depositaremos tras recorrer 4 presas cada uno. El siguiente alumno sale desde el inicio y recoge el aro para recorrer 4 presas más. El rocódromo se partirá a la mitad y saldrá un equipo de un lado y el otro del otro lado hasta llegar a la presa centra.

5. Técnica de escalada correcta y evaluable.

**\*Tras la realización de cada ejercicio a lo largo de la sesión, los alumnos acuden a la hoja de observación y se corrigen los unos a los otros. Finalmente se evalúan en el último ejercicio de cada modalidad, estableciendo la técnica adquirida y la que necesitan adquirir.\***



**PARTE FINAL**

Vuelta a la calma y dejamos algo de tiempo para acabar de aportarse feedback en sus hojas de observación

**8. OBSERVACIONES**

En esta ocasión mostramos ambas sesiones juntas a pesar de desempeñarse en dos días distintos. Esto se debe a que dispondremos de 1 hora de clase y por lo tanto ante la disposición de material y espacio, decidimos dividir a los alumnos en dos grandes grupos por espacio para facilitar el aprendizaje, así como su estado de flujo y mentalidad

en una tarea. De esta manera los alumnos cambiarán las cuerdas y espaldera por el rocódromo y viceversa en la sesión 5, trabajando una hora en el mismo espacio, con diversas actividades y disminuyendo la pérdida de tiempo por traslado de espacio.

Lo que sí cambia entre la sesión 4 y 5 será el calentamiento, así como nos encontraremos abiertos al cambio de actividades o variantes por las destrezas de los alumnos, ante todo flexibilidad.

**Leyenda:**

 Alumnos

 Alumnos observadores

 Alumno perseguidor

 Separación espalderas y rocódromo

 Cuerdas

 Espalderas

 Colchoneta

 Rocódromo

Nota. *Elaboración propia.*

**Tabla 21***Ficha de sesión 6. Cuesta arriba y sin frenos.*

<b>SESIÓN N°:</b> 6	<b>UNIDAD DIDÁCTICA:</b> Cuesta arriba y sin frenos	
<b>TÍTULO DE LA SESIÓN:</b> ¡Competimos!		
<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA SESIÓN</b>		
1. Mejorar la capacidad de esfuerzo y superación 2. Aplicar los conceptos y habilidades técnicas sobre la competición		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
2.1. Competencia digital 2.2. Competencia social y cívica 2.3. Competencia lingüística 2.4. Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor		
<b>3. METODOLOGÍA</b>		
<b>3.1. Técnicas de enseñanza</b>  Individualizador	<b>3.2. Estilos de enseñanza</b>  Trabajo por grupos de interés	<b>3.3. Estrategias de enseñanza</b>  Global modificando situación real
<b>4. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>		
<b>4.1. Humanos</b>  30 alumnos  1 docente	<b>4.2. Espaciales</b>  Gimnasio y área de rocódromo del garaje	<b>4.3. Materiales</b>  Espalderas, cuerdas, rocódromo.  Cajas e implementos que escojan los alumnos, pelotas de tenis.
<b>5. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b>		

- Reconocer nuestro propio nivel y capacidades actuales
- Dar la oportunidad a todos de participar y ver que son útiles en su equipo
- Fomentar los valores del deporte y la competición sana

### **3. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

- **Alumno con hipoacusia:**

1. Uso de banderín blanco para inicio y rojo para finalizar
2. Uso de la pizarra para explicación de ejercicios y distribución
3. Realizar ejemplificaciones.
5. Entrega de hoja personal con ejercicios

- **Alumna con TDAH:**

- 1/2/3/4/5. Contrato de comportamiento.
6. Con compañero o pareja de su mismo nivel responsable y con conocimiento de las actividades
8. Sesión organizada en postas dos partes para favorecer su concentración en la tarea

En el caso de tener algún problema con un alumno que acude a clase sin la ropa deportiva o una lesión transitoria se podrán llevar a cabo las siguientes adaptaciones:

- **Sin ropa deportiva:**

1. Realiza la clase con la ropa que trae puesta para comprobar la incomodidad de la misma.
2. Permitir traer ropa de cambio al finalizar la sesión de educación física.
4. Plantear actividades de refuerzo que le hagan ver al alumno que puede recuperar su nivel y que nos mostramos cercanos a él.
6. Dirigirnos a él en tono similar al suyo, sin ser restrictivos y razonando con él/ella.
7. Generar clima afectivo, distendido y de confianza en la clase

- **Lesión transitoria:**

2. Ser partícipe de correcciones y orientaciones junto al profesor; guiado/a por él.
3. Exponer su trabajo final donde presentará las medidas de seguridad en escalada.

- 4. Dotar la función de profesor/a en algún ejercicio con la potestad para corregir acciones con y sin supervisión del docente
- 5. Permitir la acción de entrenadora durante los juegos

**7. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y DE APRENDIZAJE**

**PARTE INICIAL**

Previo al inicio de la sesión los alumnos habrán mandado a través de archivo multimedia una presentación de los elementos de seguridad y protección que se usan en la escalada real, y que nos encontraremos en las sesiones 7 y 8.

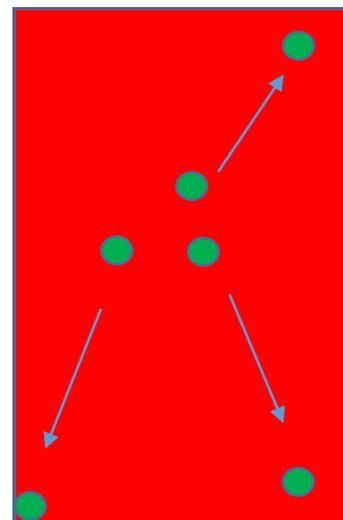
A su vez habrá tenido que coevaluar cada grupo a otro grupo y habrán realizado un visionado de todas las presentaciones para realizar una votación a la que mejor les haya parecido. El grupo que gane esa votación, partirá con 1 punto ya en la sesión.

**1. Calentamiento sesión (5min):** Los alumnos siguiendo al profesor efectúan el calentamiento de lado a lado del gimnasio

**2. Juego de calentamiento (5min): “Escalando el suelo”:** Realizaremos una competición ya puntuable para la sesión por relevos consistente en escalad horizontal, para ello habremos montado previamente el puzle sobre todo el gimnasio.

Los alumnos y los equipos se colocarán cada equipo en una esquina. A su vez realizaremos la competición por tandas. Primero la tanda de los niveles, después la de los 2 y por último los 3. Se colocará por tanto un alumno en la esquina y el otro en el centro teniendo que desplazar un implemento en la mano y entregárselo al compañero y

**REPRESENTACIÓN GRÁFICA**



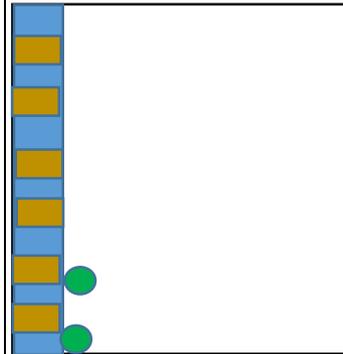
después este realiza la misma acción y deja el implemento en el centro.

### PARTE PRINCIPAL

Dividimos la clase por niveles 1, 2 y 3 y se van respectivamente divididos cada grupo a trabajar a un espacio: rocódromo, espalderas y cuerdas. Los puntos que cada alumno consiga en una zona serán sumados al final de la clase a los del equipo; no sabiendo el ganador hasta el recuento final.

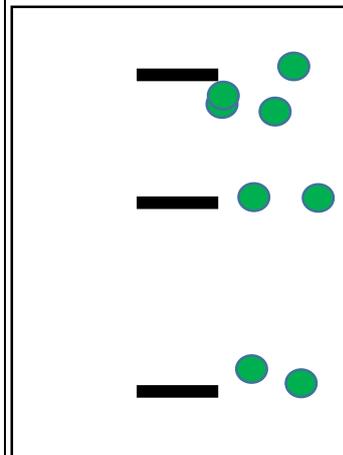
#### a) Competición en espalderas (será la misma para los 3 niveles) (10 min) (10 alumnos)

Será una competición por relevos y tiempo. Como hay 2 alumnos por nivel, cada uno recorre las 6 espalderas y da el relevo al acabar; el tiempo se para cuando el 2º acaba. Habrá pelotas en cajas arriba de las espalderas (no sabrán en cuales hay implemento) y deben llegar arriba, mirar en cual hay y si hay la cogen y la dejan la han de depositar en la siguiente caja vacía.



#### b) Competición en cuerdas (10min) (10 alumnos)

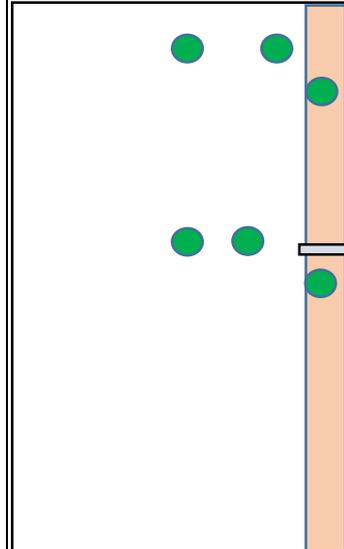
- I. Nivel 1: Subir hasta  $\frac{3}{4}$  con algún implemento a escoger del almacén (distinto por cada grupo y no vale repetir ni guardarlo). 3 veces
- II. Nivel 2: Subir hasta  $\frac{1}{2}$  sin implemento y descender y dar relevo (3veces)
- III. Nivel 3: Conseguir realizar 3-4 tracciones y dar relevo (3veces)



Se cogen los tiempo también de cada pareja y la mejor gana el punto

**c) Competición en rocódromo (10 minutos) (10 alumnos)**

- I. Nivel 1: Llegar hasta la mitad con implemento y pasarlo a compañero como relevo (Si se cae el alumno o implemento, empieza de nuevo)
- II. Nivel 2: Llegar a la mitad y chocar para dar relevo (si se cae el alumno, reinicia desde la presa que se cae)
- III. Nivel 3: Recorrer 3-4 presas sin caerse y dar relevo a compañero. Esta dinámica hasta completar rocódromo



**\*Tras la realización de cada ejercicio a lo largo de la sesión, los alumnos anotan qué equipos han conseguido puntuaciones. Por ser primero serán 3 puntos, 2 por ser segundo y 1 por ser tercero.\***

**PARTE FINAL**

Vuelta a la calma

**8. OBSERVACIONES**

El grupo que gana se le permite escoger juego los 20 últimos minutos en la siguiente Unidad Didáctica en una de las sesiones.

**Leyenda:**

● Alumnos

● Alumnos observadores

▬ Separación espalderas y rocódromo



Nota. *Elaboración propia.*

**Tabla 22**

*Ficha de sesión 7 y 8. Cuesta arriba y sin frenos.*

<b>SESIÓN N°: 7 y 8</b>		<b>UNIDAD DIDÁCTICA: Cuesta arriba y sin frenos</b>	
<b>TÍTULO DE LA SESIÓN: “En buenas manos”</b>			
<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA SESIÓN</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mostrar lo aprendido ante nuestros compañeros y profesionales</li> <li>2. Conocer e identificar los elementos de seguridad previamente aprendidos</li> <li>3. Aprender nuevos métodos y técnicas de enseñanza</li> </ol>			
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>			
2.1. Competencia lingüística			
2.2. Aprender a aprender			
2.3. Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor			
<b>3. METODOLOGÍA</b>			
<b>3.1. Técnicas de enseñanza</b>	<b>3.2. Estilos de enseñanza</b>	<b>3.3. Estrategias de enseñanza</b>	
Instrucción directa	Asignación de tareas	Global puro y analítico	
<b>4. RECURSOS DIDÁCTICOS</b>			
<b>4.1. Humanos</b>	<b>4.2. Espaciales</b>	<b>4.3. Materiales</b>	
30 alumnos  1 docente	Rocódromo “ROC30”	Rocódromo y el material de seguridad necesario	
<b>5. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respetar y valorar el trabajo de los profesionales a su cargo</li> <li>• No emitir comentarios despectivos hacia sus compañeros por su nivel</li> <li>• Mostrar capacidad de superación y esfuerzo</li> </ul>			
<b>4. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Alumno con hipoacusia:</b></li> </ul>			

1. Uso de banderín blanco para inicio y rojo para finalizar
3. Realizar ejemplificaciones.
4. Posicionarse siempre cerca del profesor a explicar y con su alumno guía de la clase

- **Alumna con TDAH:**

- 1/2/3/4/5. Contrato de comportamiento
6. Trabajo con compañeros con responsabilidad en la asignatura,
8. Situado con el mismo compañero de toda la Unidad Didáctica.
11. Otorgarle responsabilidades como controlar el tiempo

En el caso de tener algún problema con un alumno que acude a clase sin la ropa deportiva o una lesión transitoria se podrán llevar a cabo las siguientes adaptaciones:

- **Sin ropa deportiva:**

1. Realiza la clase con la ropa que trae puesta para comprobar la incomodidad de la misma.
2. Permitir traer ropa de cambio al finalizar la sesión de educación física.
5. Dar significatividad a la enseñanza y a su razón de cuestionarse la realidad de las prácticas deportivas a través de actividades de profundización-
6. Dirigirnos a él en tono similar al suyo, sin ser restrictivos y razonando con él/ella.
7. Generar clima afectivo, distendido y de confianza en la clase

- **Lesión transitoria:**

2. Ser partícipe de correcciones y orientaciones junto al profesor; guiado/a por él.
6. Facilitar hojas de observación
7. Modificar evaluación, aportando mayor peso al “saber”

## **7. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y DE APRENDIZAJE**

### **PARTE INICIAL**

Los alumnos desde la llegada al rocódromo quedan “a cargo” de los profesionales en lo que respecta a las tareas que van a seguir.

Nosotros como docentes iremos supervisando y anotando que todos nuestros alumnos estén siguiendo sus órdenes y no estén haciendo otras cosas

### **PARTE PRINCIPAL**

En esta parte, ya conoceremos el funcionamiento de la sesión tras previas conversaciones y acuerdos.

Tras unos 15 minutos de presentación de las instalaciones y calentamiento, los alumnos comenzarán a seguir las tareas de los profesores allí presentes durante aproximadamente 50 minutos.

Posterior a esto, se les permitirá dar lugar a la parte en la sesión de evaluación en un rocódromo similar al que disponemos en el centro pero con mucho más espacio y presas de distintos tamaños y formas. Así se dispondrán por parejas y siguiendo las instrucciones de su hoja de coevaluación, deberán evaluar los alumnos, teniendo un total de 20 minutos para dicha tarea.

### **PARTE FINAL**

Realizarán una parte de vuelta a la calma y recibirán parte de una charla informativa y sobre todo atenderán preguntas del alumnado

### **8. OBSERVACIONES**

Los alumnos ya conocerán de antemano la distribución de la sesión y que tendrán una parte de coevaluación donde junto a su pareja de la Unidad Didáctica procederán a evaluarse.

Nota. *Elaboración propia.*

## **Anexo 2. Coordinación con los recursos humanos y entidades implicadas en el proceso educativo**

Es conveniente que como profesores de educación física pongamos la primera piedra en el camino y para ello echemos manos de nuestros compañeros de la comunidad educativa para la mejora de nuestra intervención, distinguiendo dos tipos de coordinación siguiendo a Campos Izquierdo (2010):

- a) Coordinación con personas que no desarrollan funciones laborales de actividad física y deporte pero que trabajan en o para el centro:
  - a. *Aquellos que no pertenecen a una profesión pero sí a una ocupación remunerada:* En nuestro caso será conveniente estar en contacto permanente con consejería y secretaría para solicitar horas en aulas que no tendremos disponibles de forma segura cuando queramos como podrá ser el caso del aula de informática, reservar el aula o el salón de actos de forma puntual para llevar a cabo algún ensayo. Así como también será necesario estar en contacto con el equipo de limpieza para que cuando se realiza algún tipo de taller o trabajo interdisciplinar en el que “crean” algo los alumnos, no lo depositen en la basura.
  - b. *Los que pertenecen a una profesión, principalmente la de profesor, de los cuales hay que diferenciar quiénes tienen cargo en dirección o no:* Así estaremos en contacto con los docentes de las distintas materias para conocer el progreso, rendimiento y comportamiento en otras clases de nuestro alumnado; por otro lado es conveniente un buen trato y cercano para el desarrollo de los proyectos interdisciplinares, de innovación educativa y transversales. Además estaremos en contacto directo con dirección y jefatura, que en este caso al ser el director del centro profesor de inglés, nos facilitará su encuentro y accesibilidad, acudiendo a él para proponer y solicitar permiso para las actividades fuera del aula y de carácter complementario (escalada, patinaje, ciclismo)
- b) Coordinación con las personas que desarrollan funciones laborales relacionadas a la actividad físico deportivo en el centro o, para el centro educativo:
  - a. *Profesorado de la asignatura de educación física:* Al haber solamente una línea de enseñanza seremos los únicos profesores de la asignatura en educación secundaria, sin embargo será clave nuestra conexión con el docente de primaria para tratar de llevar a cabo una progresión en nuestros contenidos sabiendo qué han trabajado y lo que no, así como nuestra coordinación para el proyecto final que nos ayudará a conocer a futuros alumnos.

- b. *Profesorado del deporte escolar programado y realizado en el centro:* Estaremos conectados con los responsables de las actividades extraescolares del centro ante posibles problemas o dificultades que les pueda surgir, ya sea con material, espacio o alumnos.
- c. *Otros profesionales de la actividad física y el deporte:* Para la salida en el primer trimestre al rocódromo, serán profesionales de la escalada quienes se encarguen de impartir las actividades apropiadas para dicho día. En el segundo trimestre con la salida a la Pista de Hielo de Leganés será un monitor/a quien les enseñe principios básicos en el patinaje sobre hielo; el día que vamos a Madrid Río es únicamente en el horario escolar y van con el docente. Mientras que en el tercer trimestre nos encargaremos de traer a algún profesional del baile deportivo que trabaje en gimnasio a impartir una clase sobre los alumnos en el centro. La última de las salidas del centro con la bici será llevado a cabo por el profesor de Educación Física de primaria juntos con nosotros como docentes de la ESO, saliendo en dos grupos.

A esta coordinación le tenemos que sumar otras, no menos importantes que las anteriores llevadas a cabo con otros recursos humanos que trabajan en o para otros centros educativos o entidades:

- Coordinación con el director técnico del servicio de deportes del Ayuntamiento de Madrid, el cual nos derivará al encargado del Polideportivo Municipal de Orcasitas para poder hacer uso de sus instalaciones los viernes que precisemos oportuno y la meteorología lo permita.
- Contactar y organizar la visita y actividad al rocódromo “Roc 30” con el responsable del mismo y organizar la actividad escolar con sus profesionales.
- Acordar con el responsable de “Mi bike Río” el alquiler de al menos 10-15 bicicletas para el disfrute de la Unidad Didáctica 12.
- Establecer contacto con el tutor del curso para conocer su actitud y progreso en las materias.
- Coordinarnos con los responsables de aquellos alumnos que precisen de necesidades especiales, ya sea con su tutor, psicopedagogo o fisioterapeuta.
- Contacto con los padres del alumnado en caso que así se precise por mala conducta, bajo rendimiento o cualquier otra circunstancia de estos caracteres.
- Acordar tanto con el responsable de la “Pista de hielo de Leganés” como con el profesional de baile deportivo las actividades a realizar, día y hora.

- Coordinar con el AMPA del centro el control y supervisión de las actividades extraescolares y complementarias a llevar a cabo por el centro.

### **Anexo 3. Descriptores e indicadores de la Competencias Clave de la Programación**

#### *1. Competencia lingüística*

1.1. Analizar y exponer los contenidos vistos desde casa o en clase en los contenidos referentes a salud.

1.1.1. Conoce las diferentes técnicas de escalada siendo capaz de describirlas de forma oral y escrita.

1.1.2. Realiza una presentación explicando los elementos y aspectos imprescindibles de la escalada.

1.2. Saber comunicarse, expresar ideas, realizar y aceptar críticas a través del uso del lenguaje, en actividades grupales o deportes de equipo.

1.2.1. Transmite sus ideas al resto de los compañeros llegando a un acuerdo para la realización de las composiciones grupales.

1.2.2. Reflexiona acerca de las composiciones de los compañeros aportando aspectos de mejora.

#### *2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.*

2.1. Conocer el terreno de juego de los deportes practicados, así como los sistemas de juego correspondientes.

2.1.1. Reconoce las diferentes zonas de la pista de voleibol delimitándolas por números del 1 al 6.

2.1.2. Representa los sistemas de juego de los deportes practicados de forma gráfica.

2.2. Utilizar diferentes instrumentos de medida para monitorizar el ejercicio.

2.2.1. Controla la intensidad del esfuerzo mediante la frecuencia cardíaca y escalas de esfuerzo percibido.

2.2.2. Emplea el pulsómetro adecuadamente interpretando la información que proporciona y lo registra en aplicaciones móviles.

#### *3. Competencia digital.*

3.1. Utilizar los recursos informáticos para complementar y enriquecer la asignatura de educación física.

3.1.1. Aporta información y datos relevantes en el kinovea enriqueciendo su propio aprendizaje y el de sus compañeros.

3.1.2. Hace un uso adecuado de las aplicaciones y elementos electrónicos a utilizar para realizar mediciones y extraer conclusiones.

3.2. Conocer diferentes programas que permitan potenciar la creatividad en la creación de contenidos.

3.2.1. Realiza una presentación sobre los elementos necesarios en la escalada utilizando un programa novedoso u original.

3.2.2. Elabora decálogos y fotomontajes relacionados con la salud haciendo uso de los recursos tecnológicos (Canva).

#### 4. *Aprender a aprender.*

4.1. Ser capaz de aprovechar los beneficios que aporta la actividad física.

4.1.1. Valora los beneficios de la actividad física sustituyendo hábitos sedentarios por actividades físico-deportivas.

4.1.2. Adquiere hábitos de esfuerzo y superación por medio de la actividad física y el deporte.

4.2. Recordar, preservar e incrementar el aprendizaje adquirido en cursos anteriores.

4.2.1. Descubre y aprende la técnica en deportes de desplazamiento sobre patines aplicando las capacidades de equilibrio y coordinación y, en escalada en rocódromo.

4.2.2. Investiga y aprende sobre el desequilibrio corporal y medidas para la corrección en su higiene postural, así como hábitos de entrenamiento.

4.2.3. Realiza coreografías incluyendo elementos artísticos trabajados en cursos anteriores y adaptándolos a modalidades deportivas.

#### 5. *Competencias sociales y cívicas.*

5.1. Manifestar interés y solidaridad a la hora de solventar las dificultades que afecten al funcionamiento de la clase.

5.1.1. Muestra actitudes de compañerismo fomentando la cohesión grupal.

- 5.1.2. Demuestra actitudes solidarias realizando acuerdos que favorezcan al conjunto de la clase.
- 5.2. Transmitir información, opinión y juicios de forma constructiva en los diferentes entornos.
  - 5.2.1. Acepta las críticas de los compañeros de forma adecuada entendiéndolas como indicaciones para la mejora y el progreso.
  - 5.2.2. Realiza críticas constructivas a sus compañeros inspirándoles confianza.
- 6. *Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.*
  - 6.1. Mostrar iniciativa personal para crear actividades que fomenten la actividad física y la salud.
    - 6.1.1. Propone actividades y ejercicios para prevenir lesiones, desequilibrios posturales o crear hábitos de actividad física.
    - 6.1.2. Plantea tareas y ejercicios en educación física para la mejora de la asignatura favoreciendo la inclusión.
  - 6.2. Mejorar la capacidad de organización, planificación y gestión de grupo.
    - 6.2.1. Planifica el desarrollo de las tareas propuestas cumpliendo los objetivos fijados.
    - 6.2.2. Perfecciona las habilidades sociales y emocionales mejorando el funcionamiento del trabajo en grupo.
- 7. *Conciencia y expresiones culturales.*
  - 7.1. Fomentar la creatividad, la espontaneidad y la imaginación por medio de la expresión cultural.
    - 7.1.1. Realiza interpretaciones mostrando capacidad de improvisación.
    - 7.1.2. Adapta los pasos coreográficos a los diferentes ritmos mejorando la capacidad de expresión.
  - 7.2. Investigar y conocer modalidades de bailes deportivos actuales.
    - 7.2.1. Elabora una coreografía grupal incluyendo baile deportivo actual.
    - 7.2.2. Indaga acerca de la cultura urbana transmitiendo la información encontrada a través de una representación grupal.

#### Anexo 4. Niveles de logro de las Competencias Clave de la Programación

**Tabla 23**

*Niveles de logro de las Competencia Clave de nuestra Programación de Aula.*

Competencia	Indicadores	Niveles de logros		
		Nivel I	Nivel II	Nivel III
<b>Lingüística</b>	1.1.1. Conoce las diferentes técnicas de escalada siendo capaz de describirlas de forma oral y escrita.	Conoce algunas técnicas pero no es capaz de describirlas.	Conoce las diferentes técnicas pero no sabe desarrollarlas de forma correcta.	Conoce las diferentes técnicas y es capaz de transmitir las al resto de compañeros.
	1.1.2. Realiza una presentación explicando los elementos y aspectos imprescindibles de la escalada.	Realiza una presentación simple y faltan elementos imprescindibles de escalada.	Realiza una buena presentación pero es incompleta por falta de materiales.	Realiza una presentación compleja y trabajada con todos los elementos necesarios de escalada.
	1.2.1. Transmite sus ideas al resto de los compañeros llegando a un acuerdo para la realización de las composiciones grupales.	No intercambia información con sus compañeros o no es capaz de llegar a acuerdos con ellos.	Intercambia algo de información con sus compañeros y procura llegar a acuerdos con ellos.	Transmite e intercambia información y busca varias maneras para llegar a acuerdos con sus compañeros.
	1.2.2. Reflexiona acerca de las composiciones de los compañeros aportando aspectos de mejora.	Reflexiona rara vez sobre la ejecución de otros compañeros, sin aportar aspectos de mejora.	Realiza reflexiones y aportaciones simples a los compañeros.	Transmite su opinión y reflexión a sus compañeros, así como posibles formas de mejora.
<b>Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología</b>	2.1.1. Reconoce las diferentes zonas de la pista de voleibol delimitándolas por números del 1 al 6.	No es capaz de reconocer las diferentes zonas de la pista de voleibol ni las rotaciones de los jugadores.	Reconoce las diferentes zonas pero no las rotaciones o viceversa, no siempre.	Es capaz de reconocer las zonas en el campo de voleibol y las rotaciones de los

				jugadores sin problema alguno.
	2.1.2. Representa los sistemas de juego de los deportes practicados de forma gráfica.	No reconoce los sistemas de juego ni los representa de forma gráfica.	Es capaz de reconocer los sistemas de juego pero no los sabe representar gráficamente.	Es capaz de reconocer los sistemas de juego y representarlos de forma gráfica.
	2.2.1. Controla la intensidad del esfuerzo mediante la frecuencia cardíaca y escalas de esfuerzo percibido.	No identifica la medición de la frecuencia cardíaca y por tanto no controla la intensidad del esfuerzo, a pesar del conocimiento de la escala de esfuerzo.	Es capaz de identificar en una sola zona la frecuencia cardíaca y controlar ahí el esfuerzo y lo manifiesta en una escala de esfuerzo.	Identifica al menos tres zonas de frecuencia cardíaca desde las que controla la intensidad del esfuerzo y lo manifiesta en una escala de esfuerzo.
	2.2.2. Emplea el pulsómetro adecuadamente interpretando la información que proporciona y lo registra en aplicaciones móviles.	No sabe hacer uso del pulsómetro ni interpretar la información dada, a pesar de registrar los datos obtenidos.	Conoce el uso del pulsómetro, pero no su interpretación, a pesar de saber registrarlo en aplicaciones móviles.	Sabe hacer uso e interpretar los resultados obtenidos a través del pulsómetro, así como registrarlos en la aplicación móvil.
<b>Competencia digital</b>	3.1.1. Aporta información y datos relevantes en el kinovea enriqueciendo su propio aprendizaje y el de sus compañeros.	No adquiere conocimientos en el uso del kinovea, realizando un análisis de gestos técnicos insuficiente.	Adquiere nociones básicas en el Kinovea, realizando análisis sencillos pero enriquecedores.	Indaga y aprende, realizando un análisis técnico complejo sobre el kinovea enriqueciendo el aprendizaje de todos.
	3.1.2. Hace un uso adecuado de las aplicaciones y elementos electrónicos a utilizar para realizar mediciones y extraer conclusiones.	No hace uso de las aplicaciones requeridas para la realización de las tareas o las deja al devenir del grupo.	Hace un uso adecuado de las aplicaciones en ocasiones, otras veces se dedica a entretener con las mismas o jugar.	Hace un uso correcto con las aplicaciones maximizando el tiempo útil empleado para las mismas.

	3.2.1. Realiza una presentación sobre los elementos necesarios en la escalada utilizando un programa novedoso u original.	Realiza la presentación haciendo uso de plantillas o programas clásicos con un contenido poco enriquecedor.	Realiza la presentación con un programa clásico, innovando en las plantillas y su contenido.	Realiza la presentación con un programa distinto a los habituales, con plantillas y contenido que favorece el aprendizaje.
	3.2.2. Elabora decálogos y fotomontajes relacionados con la salud haciendo uso de los recursos tecnológicos (Canva).	Elabora el decálogo y el fotomontaje de manera muy simple y poco enriquecedora.	Realiza el decálogo y el fotomontaje de forma visual pero con contenido simple.	Realiza el decálogo y el fotomontaje de forma visual y enriquecedora con un contenido muy elaborado.
<b>Aprender a aprender</b>	4.1.1. Valora los beneficios de la actividad física sustituyendo hábitos sedentarios por actividades físico-deportivas.	Ignora los beneficios de la actividad física y continúa con actitudes pasivas y sedentarias.	Entiende ciertos beneficios, cambiando su forma de ver, entender y practica actividad física.	Conoce los beneficios de la actividad física y mantiene o aumenta sus índices de práctica física.
	4.1.2. Adquiere hábitos de esfuerzo y superación por medio de la actividad física y el deporte.	No muestra actitudes de esfuerzo durante las clases ni mejora en las sesiones impartidas.	Se esfuerza de vez en cuando, dependiendo el día, mejorando en su práctica.	Procura esforzarse al máximo casi todos los días, obteniendo resultados de progreso.
	4.2.1. Descubre y aprende la técnica en deportes de desplazamiento sobre patines aplicando las capacidades de equilibrio y coordinación y, en escalada en rocódromo.	No muestra interés lo que le imposibilita descubrir y aprender la técnica en los distintos deportes.	Muestra algo de interés, mejorando su práctica en los deportes planteados.	Muestra interés en casi todas las clases, involucrándose y aprendiendo la técnica en los diversos deportes a practicar.
	4.2.2. Investiga y aprende sobre el desequilibrio corporal y medidas para	Investigación escasa, por lo que su aprendizaje es bajo y no progresa mucho.	Realiza una buena investigación sobre el desequilibrio, sin embargo no	Realiza una buena investigación sobre el desequilibrio y, propone

	la corrección en su higiene postural, así como hábitos de entrenamiento.		propone medidas para la corrección o viceversa.	buenas medidas para la corrección de la higiene postural y hábitos de entrenamiento.
	4.2.3. Realiza coreografías incluyendo elementos artísticos trabajados en cursos anteriores y adaptándolos a modalidades deportivas.	Realiza la coreografía teniendo un índice muy bajo en su involucración para el desarrollo de la misma. El baile es deportivo e incorpora elementos ya trabajados.	Realiza la coreografía participando en ocasiones con su grupo, incorporando elementos trabajados en otros cursos y siendo una modalidad deportiva.	Realiza la coreografía participando con todo su grupo, incorporando elementos de otros cursos, haciendo un baile deportivo, siendo muy fluido el mismo.
<b>Competencias sociales y cívicas</b>	5.1.1. Muestra actitudes de compañerismo fomentando la cohesión grupal.	No muestra actitudes de compañerismo, se mantiene apartado.	Muestra actitudes de compañerismo según le conviene.	Muestra actitudes de compañerismo siempre que puede ayudar a otro.
	5.1.2. Demuestra actitudes solidarias realizando acuerdos que favorezcan al conjunto de la clase.	No muestra actitudes solidarias. Mira por sus intereses propios.	Muestra actitudes solidarias si también le conviene a él/ella.	Muestra actitudes solidarias mirando por el bien de todos. La solución más justa.
	5.2.1. Acepta las críticas de los compañeros de forma adecuada entendiéndolas como indicaciones para la mejora y el progreso.	No acepta las críticas de los compañeros, entendiéndolas como ataques las mismas y no reconociendo sus errores.	Alguna vez entiende y acepta las críticas de sus compañeros. Depende de quién vengan esas críticas.	Acepta las críticas de sus compañeros, dialogando incluso de forma constructiva para mejorar su aprendizaje.
	5.2.2. Realiza críticas constructivas a sus compañeros inspirándoles confianza.	No realiza críticas constructivas a sus compañeros bien por desconocimiento del tema o, falta de capacidad crítica.	Realiza críticas constructivas a sus compañeros, sin embargo su contenido es poco elaborado o profundo.	Realiza críticas constructivas a sus compañeros, fomentando el dialogo con críticas con un contenido muy bien desarrollado.

<b>Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor</b>	6.1.1. Propone actividades y ejercicios para prevenir lesiones, desequilibrios posturales o crear hábitos de actividad física.	Propone las actividades y los ejercicios sin progresión alguna o que no son acertados.	Propone actividades y ejercicios a partir de una investigación previa y presenta las actividades con progresiones sencillas.	Propone actividades y ejercicios a partir de una investigación exhausta partiendo de lo visto en clase, realizando progresiones adecuadas.
	6.1.2. Plantea tareas y ejercicios en educación física para la mejora de la asignatura favoreciendo la inclusión.	No se involucra en la asignatura y por tanto le da igual el contenido a trabajar.	Se involucra únicamente en las clases que le gustan y sus ejercicios o actividades planteadas van siempre hacia un único deporte (su favorito).	Plantea ejercicios y actividades para mejorar la asignatura en diversas Unidades Didácticas, realizando sugerencias a incluir.
	6.2.1. Planifica el desarrollo de las tareas propuestas cumpliendo los objetivos fijados.	Planifica y desarrolla las tareas de forma escasa, quedando tareas pobres en contenidos.	Planifica y desarrolla las tareas cumpliendo con los mínimos exigidos en la mayoría de los casos.	Trabaja evidenciando una investigación y planificación previa para posteriormente presentarlo.
	6.2.2. Perfecciona las habilidades sociales y emocionales mejorando el funcionamiento del trabajo en grupo.	Piensa que las habilidades sociales y emocionales no le sirven para nada y no las trabaja.	Trabaja y se involucra en las tareas sociales y emocionales si el contenido le parece favorable.	Se involucra siempre para perfeccionar sus habilidades sociales y emocionales en beneficio del grupo.
<b>Conciencia y expresiones culturales</b>	7.1.1. Realiza interpretaciones mostrando capacidad de improvisación.	No realiza interpretaciones o se niega.	Realiza interpretaciones de forma forzosa y sin poner interés	Realiza interpretaciones improvisando de forma libre, incluso voluntaria

	7.1.2. Adapta los pasos coreográficos a los diferentes ritmos mejorando la capacidad de expresión.	No adapta los pasos coreográficos a las canciones.	Procura llevar el ritmo y adaptar sus pasos al ritmo de la canción.	Es capaz de adaptar sus pasos al ritmo de las canciones.
	7.2.1. Elabora una coreografía grupal incluyendo baile deportivo actual.	Elabora una coreografía grupal en la cual no se involucra.	Elabora una coreografía grupal en la que se involucra solamente algunos días.	Elabora una coreografía grupal en la que se involucra
	7.2.2. Indaga acerca de la cultura urbana transmitiendo la información encontrada a través de una representación grupal.	No se involucra ni investiga en las distintas modalidades existentes para escoger la que van a realizar.	Investiga y propone aquellas modalidades que solamente le gustan a él.	Indaga y descubre nuevas modalidades de baile existentes, planteándolas al grupo para decidir.

Nota. *Elaboración propia.*

### **Anexo 5. Objetivos generales de etapa del Primer Nivel de Concreción Curricular**

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana 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 6. Objetivos generales de etapa del Segundo Nivel de Concreción Curricular**

- 1) Mostrar actitudes de compañerismo aprendiendo a trabajar, participar y cooperar en las actividades deportivas.
- 2) Adquirir autonomía, sentido crítico e iniciativa personal a través de tareas relacionadas con la Educación Física.
- 3) Rechazar cualquier tipo de discriminación, por sexo, procedencia o cualquier otra razón en las sesiones de Educación Física.
- 4) Emplear la violencia surgida en las clases como forma a erradicar haciendo uso de los valores a transmitir en el deporte.
- 5) Desarrollar sentimientos de cercanía y proximidad con nuestros compañeros
- 6) Descubrir, conocer y aplicar las tecnologías en nuestro campo de actuación.
- 7) Comprender el conocimiento científico como un saber empírico, aplicable a las diversas disciplinas deportivas.
- 8) Potenciar la iniciativa personal, así como la capacidad de toma de decisiones en tareas físico-deportivas.
- 9) Saber expresarse a través del uso del castellano, así como el empleo de otras lenguas para potenciar el aprendizaje.
- 10) Conocer las bases de la cultura y la historia del deporte en nuestras actividades.
- 11) Hacer uso de la práctica deportiva para mejorar nuestras capacidades físicas básicas, entendiendo los beneficios que nos reporta la actividad física.
- 12) Reconocer las capacidades propias y ajenas de nuestros compañeros.
- 13) Mejorar técnica, tácticas y condiciones físicas específicas en los deportes a practicar.
- 14) Desarrollar la autoestima y potenciar el sentimiento de credibilidad en uno mismo.
- 15) Crear conciencia medio ambiente en las sesiones de Educación Física.
- 16) Utilizar la práctica deportiva para favorecer el desarrollo físico, personal y social.
- 17) Ejecutar composiciones artísticas a través de la expresión corporal.

**Anexo 7. Jerarquización vertical Objetivos Generales de Etapa-Objetivos de Departamento-Objetivos didácticos**

**Tabla 24**

*Jerarquización vertical Objetivos Generales de Etapa-Objetivos de Departamento-Objetivos didácticos.*

<b>Objetivos de la etapa</b>	<b>Objetivos de departamento</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
a)	1)	1, 2
b)	2)	3, 4
c)	3), 4)	5, 6
d)	4), 5)	7
e)	6)	8, 9
f)	7)	10
g)	8)	11, 12, 13
h)	9)	12, 13, 14
i)	9)	15
j)	10)	16
k)	11), 12), 13), 14), 15), 16)	17, 18, 19, 20, 21
l)	17)	22, 23

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 8. Contribución de OGE a la adquisición de competencias

**Tabla 25**

*Relación entre los objetivos generales de etapa y las competencias.*

<b>Competencias</b>	<b>OGE</b>
<b>Lingüística</b>	f) h) i) k)
<b>Matemática y ciencia y tecnología</b>	e) f) k)
<b>Digital</b>	b) e)
<b>Aprender a aprender</b>	b) f) g) k)
<b>Sociales y cívicas</b>	a) b) c) d) g) j) k)
<b>Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor</b>	b) d) g) k)
<b>Conciencia y expresiones culturales</b>	j) k) l)

*Nota. Elaboración propia.*

## **Anexo 9. Contenidos en el Primer Nivel de Concreción Curricular.**

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

- Técnica de desplazamiento sobre los patines
  - Control de la situación del centro de gravedad sobre el pie apoyado. Acciones equilibradoras de los brazos.
  - Capacidades motrices implicadas: equilibrio, coordinación.
- Formas de evaluar el nivel técnico del patinaje sobre ruedas.
- Aspectos preventivos: formas de caer, indumentaria, protecciones, calentamiento específico, trabajo por niveles de habilidad.
- La superación de retos personales como motivación.

### 2. Actividades de adversario: palas

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

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

- Habilidades específicas del voleibol. Modelos técnicos de los golpeos, los desplazamientos y las caídas y adaptación a las características de los participantes.
- Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas.
- Estímulos relevantes que en voleibol condicionan la conducta motriz: trayectorias del balón, espacios libres, situación de los compañeros, etc.
- La distribución de funciones y las ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.

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

- La escalada en instalaciones urbanas o en el entorno natural. Niveles de las vías y técnicas.
- Equipamiento básico para la realización de actividades de escalada. Elementos de seguridad.

- Posibilidades del entorno natural próximo para la escalada. Influencia de las actividades de escalada en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.

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

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

#### 6. Salud:

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

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

## **Anexo 10. Contenidos en el Segundo Nivel de Concreción Curricular.**

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

- Técnica de desplazamiento sobre los patines.
  - Control del centro de gravedad sobre las piernas, ayudándose de los brazos para equilibrarse.
  - Desarrollo del equilibrio y la coordinación en la práctica del patinaje.
- Autoevaluación por parte de los alumnos de la técnica de patinaje.
- Medidas de seguridad: caídas, protecciones y calentamiento específico.
- Establecimiento de un reto al principio de la Unidad Didáctica para tratar de superarlo a lo largo de la misma, como forma de motivación personal.

### 2. Actividades de adversario: palas.

- Golpeos de derecha y de revés y desplazamientos por el terreno de juego.
- Colocación de los golpeos en situaciones reales de juego, en función de la situación propia y la del adversario.
- Aplicación recreativa de la oferta deportiva de las palas.

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

- Golpeos, colocación, desplazamientos y caídas en voleibol. Explicación de la técnica y puesta en práctica.
- Rotaciones. Explicación teórica y puesta en práctica.
- Utilización de estímulos como los espacios libres, la situación de los compañeros, la posición del balón y la red para condicionar la conducta motriz en situaciones reales.
- Las funciones de los jugadores en el terreno de juego.

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

- Medidas de seguridad, capacidades implicadas, técnica básica y aplicación práctica.
- Equipamiento necesario en escalada.
- Posibilidades del entorno natural próximo. Medidas de seguridad en las actividades de escalada y cuidado del entorno a través del reciclaje y la recogida del material.

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

- Elementos musicales: bloques de ritmo y su relación con montaje coreográfico.
- Elaboración de una coreografía grupal a partir de una canción seleccionada por los alumnos. Debe contener bloques de ritmo.

### 6. Salud:

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

- Medidas de seguridad en las actividades físico-deportivas.
- La práctica físico-deportiva como medio para mejorar nuestras capacidades físicas.
- Desequilibrio y ejercicios de compensación postural, actividades con planteamiento deportivo y de cotidianidad.
- Control de intensidad de los esfuerzos mediante el cálculo de la frecuencia cardíaca (directa e indirectamente) y utilizando la escala de esfuerzo percibido (Borg), durante el desarrollo de otras Unidades Didácticas

7. Balance energético entre los alimentos ingeridos y el gasto calórico: Entender la oferta-demanda del organismo.

## Anexo 11. Relación entre los contenidos, los objetivos y las competencias

**Tabla 26**

*Relación entre contenidos, objetivos y competencias*

<b>Competencias</b>	<b>OGE</b>	<b>Contenidos</b>
<b>Lingüística</b>	f) h) i) k)	4, 5
<b>Matemática y ciencia y tecnología</b>	e) f) k)	3, 6, 7
<b>Digital</b>	b) e)	3, 4, 6, 7
<b>Aprender a aprender</b>	b) f) g) k)	1, 4, 5, 6
<b>Sociales y cívicas</b>	a) b) c) d) g) j) k)	1, 2, 3, 5
<b>Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor</b>	b) d) g) k)	4, 5, 6
<b>Conciencia y expresiones culturales</b>	j) k) l)	2, 5

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 12. Calendario académico

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

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

### LEYENDA

- Días NO lectivos
- Inicio Periodo Lectivo (Primer trimestre, Segundo y Tercero)
- Salidas fuera del centro escolar acordadas

### Anexo 13. Desglose de las Unidades Didácticas.

**Tabla 27**

*Temporalización de la Programación .*

Trimestre	Unidad Didáctica	Nº Sesiones / Días	Contenidos
Primer trimestre	1. San Sports Day	2/1	Multideporte: escalada, voleibol, patinaje, palas, música y baile
	2. Cuesta arriba y sin frenos	8/6	Escalada: Historia, instalaciones de práctica, equipamiento, elementos de seguridad, aspectos técnicos y niveles de vías.
	3. Dando forma	4/6	Salud: Condición física orientada a la escalada, control en la intensidad de esfuerzos: frecuencia cardíaca, escala de percepción de esfuerzos, pulsómetro.
	4. Aprendemos pa-lante	8/6	Palas: Técnica, táctica y alternativas de juego con palas
	5. “Nos desequilibramos para equilibrarnos”	4/6	Salud: Desequilibrio posturales en las actividades físicas planteadas y ejercicios de compensación a los desequilibrios posturales experimentados
Segundo trimestre	6. Todo va sobre ruedas	6/5	Patinaje: Equilibrio, coordinación, técnica y ayudas.
	7. Preparándonos para lo peor y lo mejor	4/5	Salud: Riesgos del patinaje, posibles lesiones, trabajo de prevención
	8. “Machaca la red”	6/5	Voleibol: técnica de golpeo y caída, táctica y estrategia, análisis de la técnica y del juego.
	9. “Compensa tu cuerpo”	4/5	Salud: Identificar posturas corporales erróneas de nuestro día a día y elaborar un decálogo de correcciones para una acción que realizamos de forma habitual mal.
Tercer trimestre	10. “Me paso el día bailando”	6/5	Actividades artísticas expresivas: Nuevas tendencias, baile y condición física, montajes coreográficos.
	11. “Balancea tu cuerpo”	4/5 (10 min en sesiones U.D. 10)	Balance energético entre ingesta y gasto calórico, nuevas tendencias en tecnología.
	12. “Vuelta a España”	6/3	Organización de un Proyecto interdisciplinar con los alumnos de 4º ESO y 6º Primaria, con el contenido de la Vuelta a España y trabajando con la bicicleta.

*Nota. Elaboración propia.*

## Anexo 14. Resumen de la Unidad Didáctica 1.

**Tabla 28**

*Resumen de la Unidad Didáctica 1 .*

<b>UNIDAD DIDÁCTICA 1:</b> San Sports Day	<b>NIVEL EDUCATIVO:</b> 4º ESO	<b>GRUPO:</b> 4º - 1
<b>Nº SESIONES:</b> 1	<b>TRIMESTRE</b> Primer trimestre	
<b>1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>		
<p>Captar la atención de los alumnos hacia las clases de educación física.</p> <p>Valorar las destrezas de los alumnos en las modalidades deportivas a desempeñar a lo largo del curso.</p> <p>Concebir la educación física como herramienta socializadora e integradora.</p> <p>Resolver conflictos de forma pacífica fomentando actitudes de respeto, tolerancia y trabajo en equipo.</p>		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
<p>Competencia lingüística</p> <p>Competencia aprender a aprender</p> <p>Competencia en conciencia y expresiones culturales</p> <p>Competencia social y cívica</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<p>Práctica de escalada, voleibol, patinaje, palas y música con baile en forma de representación.</p> <p>Conocimiento y valoración del nivel inicial de destrezas del alumnado en las disciplinas a desarrollar a lo largo del curso.</p> <p>Valores de respeto, tolerancia, cooperación y esfuerzo.</p>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. MÉTODO DE ENSEÑANZA</b> Deductivo	<b>4.2. TÉCNICA DE ENSEÑANZA</b> Enseñanza basada en el descubrimiento o la búsqueda	
<b>4.3. ESTILO DE ENSEÑANZA</b>		
<p><b>Resolución de problemas:</b> trabajar por grupos y postas. En cada posta habrá un reto físico o mental de cada especialidad deportiva que como grupo han de resolver llevando a cabo un sumatorio de puntos o repartición de las pruebas, teniendo que participar y experimentar todos cada una de las pruebas, quedándonos con el mejor resultado de cada participante y haciendo un sumatorio de tiempos o resultados según la prueba.</p>		
<b>4.4. ESTRATEGIAS EN LAPRÁCTICA DE ENSEÑANZA</b> Global	<b>4.5. CANALES DE COMUNICACIÓN</b> Visual (ayuda visual) y auditivo (explicación y ayuda sonora)	<b>4.6. FEEDBACK</b> Concurrente y retardado
<b>5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b>		
<p>Actividades de iniciación</p> <p>Actividades de motivación</p>		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTIVOS</b>		
<b>6.1. HUMANOS</b> 30 alumnos 1 profesor de EF.	<b>6.2. ESPACIALES</b> Pista polideportiva o gimnasio	<b>6.3. MATERIALES</b> Rocódromo, palas, pelotas de tenis, balones de voleibol y reproductor de música

<b>7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b>		
Respeto por las reglas de las pruebas y del juego Juego limpio (no hacer trampas) Erradicar cualquier tipo de discriminación extradeportiva o deportiva		
<b>8. INTERDISCIPLINARIEDAD</b>		
No se lleva a cabo ninguna interdisciplinaria en esta UD.		
<b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
<p><b>Alumno con hipoacusia:</b> Además de las adaptaciones generales ya mencionadas (hablar cerca, no taparnos la boca, etc.,) en esta sesión atenderemos especialmente en su nivel inicial en aquellas actividades que precisen coordinación, anotando aquellos elementos adaptativos que pueda precisar durante el curso.</p> <p><b>Alumna con TDAH:</b> Es una sesión propicia para que no esté tranquila, por ello es una prueba para ella y ver cómo viene de las vacaciones. Desde el primer día la comentaremos ya el contrato dando un feedback terminal de lo que perdería y ganaría en función de cómo se halla comportado, así como tratar de hablar mucho con ella durante la clase haciéndola ver desde el primer día cómo queremos que sea su comportamiento en clase.</p>		
<b>10. EVALUACIÓN</b>		
<b>10.1. CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b> 1.1, 3.2, 8.3	<b>10.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACION</b> Registro anecdótico	<b>10.3. TIPOS</b> Heteroevaluación del profesor
<b>11. OBSERVACIONES</b>		
<p>Esta Unidad Didáctica nos va a servir para ver el nivel de condición física, destrezas motrices y motivación, así como predisposición a los contenidos a trabajar a lo largo de la asignatura. De esta manera nos aportarán pistas de qué les motiva más y qué menos, y por lo tanto cómo abordar cada Unidad Didáctica y la posible modificación de alguna de ellas tanto en metodologías, como duración o actividades a plantear. Además nos permitirá observar y llevar a cabo una pequeña evaluación inicial de lo que vemos en la primera sesión.</p>		

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 15. Resumen de la Unidad Didáctica 2.

**Tabla 29**

*Resumen de la Unidad Didáctica 2.*

UNIDAD DIDÁCTICA	NIVEL EDUCATIVO	GRUPO
2	4º ESO	4º - 1
Nº SESIONES: 8	TRIMESTRE PRIMER TRIMESTRE	
<b>1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>		
<p>Adquirir habilidades básica de la técnica de escalada</p> <p>Aprender los elementos de seguridad en la escalada y su modo de utilización</p> <p>Descubrir la influencia de dichas actividades sobre el entorno natural</p> <p>Experimentar las repercusiones de la preparación y entrenamiento de condición física sobre deportes determinados</p>		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
<p>Competencia lingüística</p> <p>Competencia digital</p> <p>Competencia a aprender a aprender</p> <p>Competencia social y cívica</p> <p>Competencia sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<p>Escalada en instalaciones urbanas. Niveles de las vías y técnica de la escalada.</p> <p>Equipamiento básico para la realización de actividades de escalada. Medidas de seguridad.</p> <p>Conocimiento de las posibilidades que nos ofrece nuestro entorno y la naturaleza para la práctica de escalada.</p> <p>Condición física en escalada</p>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. MÉTODO DE ENSEÑANZA</b> Deductivo e inductivo	<b>4.2. TÉCNICA DE ENSEÑANZA</b> Instrucción directa y enseñanza basada en el descubrimiento o la búsqueda	
<b>4.3. ESTILO DE ENSEÑANZA</b>		
<p>1ª Clase: <b>Resolución de problemas</b>, permitiendo experimentar a la clase en agarres, pisadas, técnicas distintas, vías diferentes; planteándoles problemas o retos a los que encontrar las soluciones para alcanzarlos.</p> <p>2ª Clase y 3ª Clase: <b>Resolución de problemas</b> trabajando los aspectos técnicos + <b>Philips 66</b> donde debaten lo que experimentan y sientan y aquello en lo que mejoran.</p> <p>4ª Clase: <b>Enseñanza recíproca</b> en las cuales a partir de una hoja de ruta y otra de observación, uno ejecuta y el otro observa, corrige y demuestra.</p> <p>5ª Clase: <b>Enseñanza recíproca</b> en las cuales a partir de una hoja de ruta y otra de observación, uno ejecuta y el otro observa, corrige y demuestra.</p> <p>6ª Clase: <b>Trabajo por grupos de niveles</b>: trabajando y compitiendo por niveles, formar grupos con componentes en distintos niveles y obtener cada uno puntuaciones en su nivel.</p> <p>7ª y 8ª Clase: Asignación de tareas por profesionales de la escalada. En la 8ª sesión los alumnos que no ejecutan, evalúan. Salida al rocódromo</p>		

<p><b>4.4. ESTRATEGIAS EN LAPRÁCTICA DE ENSEÑANZA</b> Global y analítica</p>	<p><b>4.5. CANALES DE COMUNICACIÓN</b> Visual (demostración, ayuda visual y medios audiovisuales auxiliares), auditivo (explicación) y kinestésico táctil (ayuda manual).</p>	<p><b>4.6. FEEDBACK</b> Concurrente, terminal y retardado</p>
<p><b>5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b> Actividades de iniciación Actividades de motivación Actividades de desarrollo Actividades de ampliación Actividades de síntesis Actividades de profundización</p>		
<p><b>6. RECURSOS DIDÁCTIVOS</b></p>		
<p><b>6.1. HUMANOS</b> X alumnos 1 profesor de EF</p>	<p><b>6.2. ESPACIALES</b> Pista polideportiva o gimnasio.</p>	<p><b>6.3. MATERIALES</b> Colegio: Rocódromo y casco. Centro profesional: Rocódromo, arnés, casco, magnesio, mosquetones, aseguradores, cuerdas de escalada y pies de gato.</p>
<p><b>7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b> Respeto por las reglas y normas de seguridad Consideración del nivel propio de destreza y el de los demás Valorar todo tipo de esfuerzo y premiarlo, no discriminarlo</p>		
<p><b>8. INTERDISCIPLINARIEDAD</b> Educación física: Práctica de escalada. Educación Plástica, Visual y Audiovisual: Elaboración de rocódromo. Biología y Geología: Impacto de la escalada Economía: Elaborar un presupuesto de construcción de rocódromo</p>		
<p><b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b> <b>Alumno con hipoacusia:</b> Hacer uso de pizarra para la distribución, hojas de observación muy explícitas y donde venga bien explicado lo que hay que observar, vías del rocódromo por colores, apuntar en pizarra u hoja la vía y color que se quiere seguir, facilitar vídeos con explicación que incluso lo explicara textualmente o en lenguaje de signos y disponerle en trabajo con alumnos de confianza, <b>Alumna con TDAH:</b> Disponerle en un grupo responsable conocedor de las normas de seguridad, entregar las hojas de observación y normas de seguridad en fichas con las palabra clave en negrita para favorecer su comprensión y evitar numerosos estímulos en la tarea que puedan estresar a la alumana.</p>		
<p><b>10. EVALUACIÓN</b></p>		

<p><b>10.1. CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b></p> <p>1: 1.1, 1.2, 1.3  9: 9.2, 9.3  10: 10.1  11: 11.1, 11.2  12: 12.2, 12.3</p>	<p><b>10.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACION</b></p> <p>Lista de control y registro de control</p>	<p><b>10.3. TIPOS</b></p> <p>Coevaluación y heteroevaluación</p>
<p><b>11. OBSERVACIONES</b></p>		

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 16. Resumen de la Unidad Didáctica 3.

**Tabla 30**

*Resumen de la Unidad Didáctica 3.*

<b>UNIDAD DIDÁCTICA: 3</b>	<b>NIVEL EDUCATIVO</b> <b>4º ESO</b>	<b>GRUPO</b> <b>4º-1</b>
<b>Nº SESIONES:</b> 4	<b>TRIMESTRE</b> <b>Primer trimestre</b>	
<b>1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>		
<p>Conocer la medición manual de la frecuencia cardíaca</p> <p>Identificar al menos tres zonas para medir la frecuencia cardíaca</p> <p>Aprender a trabajar por zonas de FC</p>		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
<p>Competencia matemática y digital</p> <p>Aprender a aprender</p> <p>Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<b>Salud:</b>		
<p>La práctica físico-deportiva como medio para mejorar las condiciones de fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad. Herramientas y formas de entrenar.</p> <p>Control de intensidad de los esfuerzos mediante el cálculo de la frecuencia cardíaca (directa e indirectamente) y utilizando la escala de esfuerzo percibido (Borg), así como a través de utensilios electrónicos e internet.</p>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. MÉTODO DE ENSEÑANZA</b>	<b>4.2. TÉCNICA DE ENSEÑANZA</b>	
Deductivo e inductivo	Instrucción directa y de descubrimiento	
<b>4.3. ESTILO DE ENSEÑANZA</b>		
<p>1ª Clase: <b>Microenseñanza</b> en la cual trabajarán la condición física proyectada en escalada con alumnos ejerciendo de profesores a partir de unas tareas dadas,</p> <p>2ª Clase: Trabajando en <b>resolución de problemas</b> deben de hallar la forma de identificar 3 zonas de toma cardíaca y monitorizarse manualmente.</p> <p>3ª Clase: Habiendo trabajado en casa en forma de <b>aula invertida</b> los alumnos proponen ejercicios de proyección a la escalada.</p> <p>4ª Clase: Habiendo trabajado en casa en forma de <b>aula invertida</b> los alumnos proponen ejercicios de proyección a la escalada.</p>		
<b>4.4. ESTRATEGIAS EN LAPRÁCTICA DE ENSEÑANZA</b> Global y analítica	<b>4.5. CANALES DE COMUNICACIÓN</b> Visual (demostración, ayuda visual y medios audiovisuales auxiliares), auditivo (explicación) y kinestésico táctil (ayuda manual).	<b>4.6. FEEDBACK</b> Concurrente, terminal y retardado
<b>5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b>		

<p>Actividades de desarrollo</p> <p>Actividades de refuerzo</p> <p>Actividades de síntesis</p>		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTIVOS</b>		
<b>6.1. HUMANOS</b> 30 alumnos 1 profesor	<b>6.2. ESPACIALES</b> Gimnasio.	<b>6.3. MATERIALES</b> Papel y boli, rocódromo, cuerdas de escalada y material convencional.
<b>7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b>		
<p>Favorecer un clima de respeto por imagen corporal propia o del compañero</p> <p>Fomentar la ayuda en la escalada y actividades físicas</p> <p>Reconocer capacidades físicas y limitaciones</p>		
<b>8. INTERDISCIPLINARIEDAD</b>		
<p>Educación física: Condición física y monitorización</p> <p>Tecnologías de la Información y la Comunicación: Monitorizar y registrar resultados</p>		
<b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
<p><b>Alumno con hipoacusia:</b> Facilitar la información de trabajo días antes para llegar con una ligera idea a la clase y conocer al menos la dinámica de la misma.</p> <p><b>Alumna con TDAH:</b> Al ser una actividad que también requiere de pensamiento y no todo el rato acción, se permite escoger lugar a realizar la actividad primero a este grupo, dándoles ese privilegio si la alumna se compromete a portarse bien (de ahí el contrato – privilegios o negación de ellos si no los cumple)</p>		
<b>10. EVALUACIÓN</b>		
<b>10.1. CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b> 4.1, 4.2, 5.3, 5.4, 6.1, 9.1	<b>10.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACION</b> Escala de valoración numérica	<b>10.3. TIPOS</b> Heteroevaluación
<b>11. OBSERVACIONES</b>		

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 17. Resumen de la Unidad Didáctica 4.

**Tabla 31.**

*Resumen de la Unidad Didáctica 4.*

<b>UNIDAD DIDÁCTICA: 4</b>	<b>NIVEL EDUCATIVO</b> <b>4º ESO</b>	<b>GRUPO</b> <b>4º-1</b>
<b>Nº SESIONES:</b> 8	<b>TRIMESTRE</b> Primer trimestre	
<b>1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>		
Aprender juegos alternativos con las palas Descubrir e inventar nuevas actividades regladas Mejorar coordinación óculo-manual		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
Sociales y cívicas Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<b>Palas:</b> Acciones técnicas golpes y desplazamientos Estrategia en situaciones reales de juego Práctica cooperativa y competitiva mediante juegos		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. MÉTODO DE ENSEÑANZA</b> Deductivo e inductivo	<b>4.2. TÉCNICA DE ENSEÑANZA</b> Instrucción directa	
<b>4.3. ESTILO DE ENSEÑANZA</b> 1ª , 2ª, 3ª, 4ª, 5ª y 6ª Clase: <b>Asignación de tareas y brainstorming</b> 7ª y 8ª clase: <b>Microenseñanza</b> donde los alumnos elaboran cada grupo un juego distinto con palas.		
<b>4.4. ESTRATEGIAS EN LAPRÁCTICA DE ENSEÑANZA</b> Global y analítica	<b>4.5. CANALES DE COMUNICACIÓN</b> Visual (demostración, ayuda visual y medios audiovisuales auxiliares), auditivo (explicación) y kinestésico táctil (ayuda manual).	<b>4.6. FEEDBACK</b> Concurrente, terminal y retardado
<b>5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b> Actividades de iniciación Actividades de desarrollo Actividades de consolidación Actividades de síntesis		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTIVOS</b>		
<b>6.1. HUMANOS</b> 30 alumnos 1 profesor	<b>6.2. ESPACIALES</b> Gimnasio o pista polideportiva	<b>6.3. MATERIALES</b> Papel y boli, palas, material convencional (pelotas, setas, conos, etx)
<b>7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b>		

<p>Respetar el nivel de habilidad de los compañeros</p> <p>Mostrar empatía y ayudar a los compañeros</p> <p>Eliminar discriminaciones de cualquier tipo</p>		
<p align="center"><b>8. INTERDISCIPLINARIEDAD</b></p> <p align="center">No hay</p>		
<p align="center"><b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b></p> <p><b>Alumno con hipoacusia:</b> Presentar los días de antes los ejercicios y dinámicas puesto que serán muchas formas y distintas de jugar, procurando que siempre forme equipo con algún alumno de confianza.</p> <p><b>Alumna con TDAH:</b> Hacer una ficha en conciencia del cuidado del material y en especial por estas palas son frágiles, que formará parte de ese contrato establecido con profesor que le podrá seguir reportando unos beneficios.</p>		
<p align="center"><b>10. EVALUACIÓN</b></p>		
<p align="center"><b>10.1. CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b></p> <p>3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 8.3, 11.1, 11.2</p>	<p align="center"><b>10.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACION</b></p> <p>Escala de valoración numérica y registro anecdótico</p>	<p align="center"><b>10.3. TIPOS</b></p> <p>Coevaluación y heteroevaluación</p>
<p align="center"><b>11. OBSERVACIONES</b></p>		

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 18. Resumen de la Unidad Didáctica 5.

**Tabla 32**

*Resumen de la Unidad Didáctica 5.*

<b>UNIDAD DIDÁCTICA: 5</b>	<b>NIVEL EDUCATIVO</b> <b>4º ESO</b>	<b>GRUPO</b> <b>4º-1</b>
<b>Nº SESIONES:</b> 4	<b>TRIMESTRE</b> Primer trimestre	
<b>1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>		
<p>Conocer los desequilibrios corporales Prevenir desequilibrio corporales Proporcionar herramientas para disminuir estos desequilibrios</p>		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
<p>Aprender a aprender Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<p><b>Salud:</b> Desequilibrio y ejercicios de compensación postural, tanto en la actividades físicas trabajadas durante el curso como en las actividades cotidianas más comunes. Medidas de seguridad en las actividades físico-deportivas realizadas durante el curso</p>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. MÉTODO DE ENSEÑANZA</b> Deductivo e inductivo	<b>4.2. TÉCNICA DE ENSEÑANZA</b> Instrucción directa y descubrimiento	
<b>4.3. ESTILO DE ENSEÑANZA</b>		
<p>1ª Clase: A través de la <b>Asignación de tareas</b> experimentan distintos desequilibrios en sus ejes 2ª Clase: Mediante el <b>Phillips 66</b> se debaten los orígenes del desequilibrio y se trabajará para evitarlo 3ª Clase: Impartiremos por <b>mando directo</b> una sesión de Yoga 4ª Clase: Con <b>grupos reducidos</b> se plantearan ejercicios para disminuir los desequilibrios en los ejes corporales</p>		
<b>4.4. ESTRATEGIAS EN LAPRÁCTICA DE ENSEÑANZA</b> Global y analítica	<b>4.5. CANALES DE COMUNICACIÓN</b> Visual (demostración, ayuda visual y medios audiovisuales auxiliares), auditivo (explicación) y kinestésico táctil (ayuda manual).	<b>4.6. FEEDBACK</b> Concurrente y terminal
<b>5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b>		
<p>Actividades de motivación Actividades de desarrollo Actividades de síntesis</p>		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTIVOS</b>		
<b>6.1. HUMANOS</b> 30 alumnos 1 profesor	<b>6.2. ESPACIALES</b> Gimnasio o pista polideportiva	<b>6.3. MATERIALES</b> Material convencional (esterillas, pelotas de Pilates o fitball )
<b>7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b>		

<p>Reconocer nuestro cuerpo y el de los compañeros respetándolos</p> <p>Aprender a cooperar y ayudar a los demás</p> <p>Aportar recomendaciones y emitir juicios constructivos</p>		
<p><b>8. INTERDISCIPLINARIEDAD</b></p> <p>No hay</p>		
<p><b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b></p> <p><b>Alumno con hipoacusia:</b> Tratar de ubicar a l alumno en primera fila cuando se imparten clases de mando directo como el Yoga, así como hacerles partícipes y facilitarles información para que investiguen sobre los desequilibrios corporales.</p> <p><b>Alumna con TDAH:</b> En este caso le pondremos de ejemplo en aquellas acciones que queramos ejecutar para que vea que no realiza bien ciertas posturas y así se tome en serio un poco más la clase. A ello le sumamos un espacio abierto a ser posible para su ejecución.</p>		
<p><b>10. EVALUACIÓN</b></p>		
<p><b>10.1. CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b></p> <p>4.1, 5.1,</p>	<p><b>10.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACION</b></p> <p>Registro anecdótico</p>	<p><b>10.3. TIPOS</b></p> <p>Evaluación Compartida</p>
<p><b>11. OBSERVACIONES</b></p>		

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 19. Resumen de la Unidad Didáctica 6

Tabla 33

Resumen de la Unidad Didáctica 6.

<b>UNIDAD DIDÁCTICA: 6</b>	<b>NIVEL EDUCATIVO</b> 4º ESO	<b>GRUPO</b> 4º-1
<b>Nº SESIONES:</b> 6	<b>TRIMESTRE</b> Segundo trimestre	
<b>1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>		
Mantener el equilibrio sobre los patines Ser capaz de desplazarse sin ayuda Realizar salida y frenada en equilibrio		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
Competencia en comunicación lingüística Aprender a aprender Sociales y cívicas		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<b>Patínaje sobre ruedas:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica básica en el desplazamiento sobre los patines. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Mantener el equilibrio sin desplazamiento ni apoyos.</li> <li>○ Desarrollo del equilibrio y la coordinación en la práctica motriz del patínaje con ayuda de los brazos.</li> </ul> </li> <li>• Medidas de seguridad a seguir en cada práctica: calentamiento específico, prevención y aprendizaje de caídas y protecciones aconsejables.</li> </ul>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. MÉTODO DE ENSEÑANZA</b> Deductivo e inductivo	<b>4.2. TÉCNICA DE ENSEÑANZA</b> Instrucción directa y descubrimiento	
<b>4.3. ESTILO DE ENSEÑANZA</b>		
1ª y 2ª Clase: Se trabaja en <b>grupos reducidos</b> ante la incertidumbre de la presencia de patines para todos, creemos conveniente esta metodología en la cual cada uno tiene un papel a desempeñar en grupos de 4 y por talla de patines. 3ª Clase: Persona que domina se pone de pareja con una que no domine tanto en forma de <b>enseñanza recíproca</b> . 4ª Clase: Persona que domina se pone de pareja con una que no domine tanto en forma de <b>enseñanza recíproca</b> . 5ª y 6ª Clase: Por <b>inclusión</b> se reparten las tareas según el nivel y se acude o bien a Madrid Río o, a la pista de Patínaje sobre hielo.		
<b>4.4. ESTRATEGIAS EN LAPRÁCTICA DE ENSEÑANZA</b> Global y analítica	<b>4.5. CANALES DE COMUNICACIÓN</b> Visual (demostración, ayuda visual y medios audiovisuales auxiliares), auditivo (explicación) y kinestésico táctil (ayuda manual).	<b>4.6. FEEDBACK</b> Concurrente, terminal y retardado
<b>5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b>		
Actividades de iniciación Actividades de desarrollo Actividades de consolidación		

<p>Actividades de ampliación</p> <p>Actividades de profundización</p> <p>Actividades de síntesis</p>		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTIVOS</b>		
<b>6.1. HUMANOS</b> 30 alumnos 1 profesor	<b>6.2. ESPACIALES</b> Gimnasio o pista polideportiva	<b>6.3. MATERIALES</b> Al menos 10-15 patines y material convencional como setas o marcadores.
<b>7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b> Trabajar de forma cooperativa, respetando el aprendizaje de los demás Favorecer y aprender acciones de empatía a través de la ayuda Ser constantes día a día		
<b>8. INTERDISCIPLINARIEDAD</b> Educación Fisca: Trabajo sobre patines Primera Lengua Extranjera: inglés: Material y tecnicismos de los deportes sobre ruedas.		
<b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b> <b>Alumno con hipoacusia:</b> Disponer siempre de dos ayudas al menos mientras patina hasta que veamos que lo domina y así le ayuden de guía de forma táctil y dar hojas de observación <b>Alumna con TDAH:</b> Volver a recalcar y explicar la alumna las normas de seguridad establecidas a toda la clase, y hojas de observación con palabras clave en negrita.		
<b>10. EVALUACIÓN</b>		
<b>10.1. CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b> 1.1, 1.2, 1.3, 10.1, 11.1, 11.2	<b>10.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACION</b> Cuaderno de campo + Escala de valoración descriptiva	<b>10.3. TIPOS</b> Autoevaluación
<b>11. OBSERVACIONES</b>		

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 20. Resumen de la Unidad Didáctica 7.

Tabla 34

Resumen de la Unidad Didáctica 7.

<b>UNIDAD DIDÁCTICA: 7</b>	<b>NIVEL EDUCATIVO</b> <b>4º ESO</b>	<b>GRUPO</b> <b>4º-1</b>
<b>Nº SESIONES:</b> 4	<b>TRIMESTRE</b> Segundo trimestre	
<b>1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>		
Aprender la preparación física teniendo en cuenta músculos Conocer cómo prevenir lesiones Tratar y aprender sobre lesiones más cotidianas		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
Aprender a aprender Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<b>Salud:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Medidas de seguridad en las actividades físico-deportivas realizadas durante el curso.</li> <li>La práctica físico-deportiva como medio para mejorar las condiciones de fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad. Herramientas y formas de entrenar.</li> </ul>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. MÉTODO DE ENSEÑANZA</b> Deductivo e inductivo	<b>4.2. TÉCNICA DE ENSEÑANZA</b> Instrucción directa y estilos socializadores	
<b>4.3. ESTILO DE ENSEÑANZA</b>		
<p>1ª Clase: Iniciamos con un <b>Puzle Aronson</b> para continuar con una <b>Asignación de tareas</b>, donde se escoge una lesión y distribuyéndose a lo largo del centro han de ir lo más rápido posible y explicárselo a un componente.</p> <p>2ª y 3ª Clase: Se trabajará a través de la <b>Asignación de tareas</b> donde se plantean unos ejercicios a realizar para prevención de lesiones y después en <b>grupos de discusión</b> se debate.</p> <p>4ª Clase: Mediante un <b>Programa Individualizado</b> se escoge una lesión y se trabaja sobre ella planteando ejercicios para recuperar y fortalecer la zona afectada.</p>		
<b>4.4. ESTRATEGIAS EN LAPRÁCTICA DE ENSEÑANZA</b> Global y analítica	<b>4.5. CANALES DE COMUNICACIÓN</b> Visual (demostración, ayuda visual y medios audiovisuales auxiliares), auditivo (explicación) y kinestésico táctil (ayuda manual).	<b>4.6. FEEDBACK</b> Concurrente, terminal y retardado
<b>5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b>		
Actividades de iniciación Actividades de desarrollo Actividades de ampliación Actividades de síntesis		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTIVOS</b>		
<b>6.1. HUMANOS</b>	<b>6.2. ESPACIALES</b>	<b>6.3. MATERIALES</b>

30 alumnos 1 profesor	Gimnasio o pista polideportiva	Material convencional como setas y conos, así como el uso del bossu y fitbal disponibles.
<b>7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b>		
Trabajar de forma cooperativa, respetando el aprendizaje de los demás Favorecer y aprender acciones de empatía a través de la ayuda Ser constantes día a día		
<b>8. INTERDISCIPLINARIEDAD</b>		
No hay		
<b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
<p><b>Alumno con hipoacusia:</b> Facilitar la información de trabajo días antes para llegar con una ligera idea a la clase y conocer al menos la dinámica de la misma.</p> <p><b>Alumna con TDAH:</b> Al ser una actividad que también requiere de pensamiento y no todo el rato acción, se permite escoger lugar a realizar la actividad primero a este grupo, dándoles ese privilegio si la alumna se compromete a portarse bien (de ahí el contrato – privilegios o negación de ellos si no los cumple)</p>		
<b>10. EVALUACIÓN</b>		
<b>10.1. CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b> 4.1, 4.2, 5.3, 5.4, 6.2, 9.1, 10.2, 10.3, 12.1, 12.2.	<b>10.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACION</b> Cuaderno de campo + escala de valoración numérica	<b>10.3. TIPOS</b> Heteroevaluación
<b>11. OBSERVACIONES</b>		

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 21. Resumen de la Unidad Didáctica 8

**Tabla 35**

*Resumen de la Unidad Didáctica 8.*

<b>UNIDAD DIDÁCTICA: 8</b>	<b>NIVEL EDUCATIVO</b> 4º ESO	<b>GRUPO</b> 4º-1
<b>Nº SESIONES:</b> 6	<b>TRIMESTRE</b> Segundo trimestre	
<b>1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>		
<p>Conocer y dominar los golpes de voleibol  Mejorar nuestras destrezas y saber analizarlas  Aprender a analizar movimientos y segmentos en el deporte con tecnología</p>		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
<p>Competencia digital  Competencia matemática, ciencia y tecnología  Competencias sociales y cívicas</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<b>Voleibol:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de golpes, colocación, desplazamientos y caídas en voleibol. Explicación de la técnica y puesta en práctica.</li> <li>• Rotaciones y funciones de cada jugador. Explicación teórica y puesta en práctica.</li> <li>• Desarrollo de los estímulos como los espacios libres, la situación de los compañeros, la posición del balón y la red como condicionantes en la conducta motriz en situaciones reales.</li> <li>• Las funciones de rematador, colocador y líbero dentro de un equipo y la ayuda a los compañeros. Pasar todos por estos roles.</li> </ul>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. MÉTODO DE ENSEÑANZA</b> Deductivo e inductivo	<b>4.2. TÉCNICA DE ENSEÑANZA</b> Instrucción directa	
<b>4.3. ESTILO DE ENSEÑANZA</b>		
<p>1ª Clase: <b>Asignación de tareas</b> en la cual los alumnos seguirán las instrucciones del docente y grabarán los vídeos correspondientes.</p> <p>2ª Clase: En disposición de <b>enseñanza recíproca</b> se escogerá a aquellos alumnos que más dominan para enseñar las técnicas a los que peor se desenvuelvan.</p> <p>3ª Clase: Trabajo técnico por <b>asignación de tareas</b>.</p> <p>4ª Clase: Trabajo técnico por <b>asignación de tareas</b>.</p> <p>5ª y 6ª Clase: A través de la <b>microenseñanza</b> se escogerá a aquellos alumnos que más dominan para enseñar las técnicas y ejercer como docentes. Finalmente grabarán el vídeo final con el que se evaluarán.</p>		
<b>4.4. ESTRATEGIAS EN LA PRÁCTICA DE ENSEÑANZA</b> Global y analítica	<b>4.5. CANALES DE COMUNICACIÓN</b> Visual (demostración, ayuda visual y medios audiovisuales auxiliares),	<b>4.6. FEEDBACK</b> Concurrente, terminal y retardado

	auditivo (explicación) y kinestésico táctil (ayuda manual).	
<b>5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b>		
Actividades de motivación Actividades de desarrollo Actividades de consolidación Actividades de síntesis		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTIVOS</b>		
<b>6.1. HUMANOS</b> 30 alumnos 1 profesor	<b>6.2. ESPACIALES</b> Gimnasio o pista polideportiva	<b>6.3. MATERIALES</b> Material convencional como setas y conos, pelotas de voleibol y distintos tamaños y red o cuerda larga para simular red de voleibol
<b>7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b>		
Aprender a considerar y respetar nivel propio de habilidad y el de los demás Respeto por la práctica sana y las reglas del juego		
<b>8. INTERDISCIPLINARIEDAD</b>		
Educación Física: Práctica de voleibol Tecnología de la Información la Comunicación: Análisis con Kinovea de gestos técnicos Matemáticas Aplicadas y Académicas: Trabajo de vectores y geometría		
<b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
<b>Alumno con hipoacusia:</b> Facilitar algún tutorial con subtítulos e información escrita para la realización de la evaluación y el uso del Kinovea <b>Alumna con TDAH:</b> Adaptaciones generales en lo referente a los espacios y el contrato.		
<b>10. EVALUACIÓN</b>		
<b>10.1. CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b> 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 8.3	<b>10.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACION</b> Cuaderno de campo + escala de valoración descriptiva	<b>10.3. TIPOS</b> Autoevaluación
<b>11. OBSERVACIONES</b>		

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 22. Resumen de la Unidad Didáctica 9

Tabla 36.

Resumen de la Unidad Didáctica 9.

<b>UNIDAD DIDÁCTICA: 9</b>	<b>NIVEL EDUCATIVO</b> 4º ESO	<b>GRUPO</b> 4º-1
<b>Nº SESIONES:</b> 4	<b>TRIMESTRE</b> Segundo trimestre	
<b>1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>		
<p>Conocer los errores en las posturas corporales</p> <p>Aprender a corregir errores posturales</p> <p>Elaborar recomendaciones para corregir la postura</p>		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
<p>Competencia digital</p> <p>Aprender a aprender</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<b>Salud:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Desequilibrio y ejercicios de compensación postural, tanto en las actividades físicas trabajadas durante el curso como en las actividades cotidianas más comunes.</li> </ul>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. MÉTODO DE ENSEÑANZA</b> Deductivo e inductivo	<b>4.2. TÉCNICA DE ENSEÑANZA</b> Instrucción directa y de descubrimiento	
<b>4.3. ESTILO DE ENSEÑANZA</b>		
<p>1ª Clase: A través de la <b>enseñanza recíproca</b> se encomendarán tareas en las que deben anotar los errores en la colocación postural en ficha de observación.</p> <p>2ª Clase: Les plantearemos unos retos y problemas ante lo cual deberán ejecutar competiciones realizando las posturas adecuadas, jugándose a su vez entre ellos usando la <b>resolución de problemas</b>.</p> <p>3ª y 4ª Clase: Haciendo uso de la <b>asignación de tareas</b> se les encomienda elaborar un decálogo junto un fotomontaje donde escriban recomendaciones en las posturas siendo representadas por fotos.</p>		
<b>4.4. ESTRATEGIAS EN LAPRÁCTICA DE ENSEÑANZA</b> Global y analítica	<b>4.5. CANALES DE COMUNICACIÓN</b> Visual (demostración, ayuda visual y medios audiovisuales auxiliares), auditivo (explicación) y kinestésico táctil (ayuda manual).	<b>4.6. FEEDBACK</b> Concurrente, terminal y retardado
<b>5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b>		
<p>Actividades de desarrollo</p> <p>Actividades de consolidación</p> <p>Actividades de síntesis</p>		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTIVOS</b>		
<b>6.1. HUMANOS</b> 30 alumnos 1 profesor	<b>6.2. ESPACIALES</b> Gimnasio o pista polideportiva	<b>6.3. MATERIALES</b> Material convencional

<b>7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b>		
Ser consecuentes y reconocer nuestros errores Esfuerzo en el reconocimiento y corrección de nuestros fallos Promover hábitos posturales correctos entre nuestros cercanos.		
<b>8. INTERDISCIPLINARIEDAD</b>		
No hay		
<b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		
<p><b>Alumno con hipoacusia:</b> Facilitar la información de trabajo días antes para llegar con una ligera idea a la clase y conocer al menos la dinámica de la misma.</p> <p><b>Alumna con TDAH:</b> Al ser una actividad que también requiere de pensamiento y no todo el rato acción, se permite escoger lugar a realizar la actividad primero a este grupo, dándoles ese privilegio si la alumna se compromete a portarse bien (de ahí el contrato – privilegios o negación de ellos si no los cumple)</p>		
<b>10. EVALUACIÓN</b>		
<b>10.1. CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b> 4.1, 4.2, 5.1, 6.3, 12.1, 12.2, 12.3	<b>10.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACION</b> Cuaderno de campo + escala de valoración numérica+	<b>10.3. TIPOS</b> Heteroevaluación del profesor
<b>11. OBSERVACIONES</b>		

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 23. Resumen de la Unidad Didáctica 10

**Tabla 37**

*Resumen de la Unidad Didáctica 10.*

<b>UNIDAD DIDÁCTICA: 10</b>	<b>NIVEL EDUCATIVO</b> 4º ESO	<b>GRUPO</b> 4º-1
<b>Nº SESIONES:</b> 6	<b>TRIMESTRE</b> Tercer trimestre	
<b>1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>		
<p>Aprender distintas modalidades de baile deportivo</p> <p>Saber llevar el ritmo durante el baile y saber realizar las fases y bloques</p> <p>Elaborar una coreografía por grupos</p>		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
<p>Conciencia y expresiones culturales</p> <p>Aprender a aprender</p> <p>Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<b>Actividades artístico expresiva:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Elementos musicales: bloques de ritmo y su relación con montaje coreográfico en modalidades deportivas del baile.</li> <li>● Elaboración de una coreografía grupal deportiva a partir de una canción seleccionada por los alumnos. Debe contener bloques de ritmo.</li> </ul>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. MÉTODO DE ENSEÑANZA</b> Deductivo e inductivo	<b>4.2. TÉCNICA DE ENSEÑANZA</b> Instrucción directa, de descubrimiento y estilos socializadores	
<b>4.3. ESTILO DE ENSEÑANZA</b>		
<p>1ª Clase: Seguiremos en primer lugar en forma de <b>aula invertida</b> donde los alumnos habrán investigado desde casa y en forma de <b>brainstorming o lluvia de ideas</b> se pone en común. Posteriormente en <b>mando directo</b> se imparte una pequeña parte de clase de baile deportivo.</p> <p>2ª Clase: En <b>mando directo</b> se imparten clases de baile por profesional de gimnasio.</p> <p>3ª Clase: En forma de <b>microenseñanza</b> se trabaja la parte de ritmo, fases y bloques, procurando repartir a aquellos alumnos que entienden y conocen de baile por los grupos.</p> <p>4ª Clase: Con la <b>enseñanza recíproca</b> trabajaremos en forma de espejo, improvisando y bailando.</p> <p>5ª y 6ª Clase: en forma de <b>asignación de tareas</b> se encomienda a los alumnos elaborar una masterclass que se impartirán en recreos para que se una quien quiera.</p>		
<b>4.4. ESTRATEGIAS EN LAPRÁCTICA DE ENSEÑANZA</b> Global y analítica	<b>4.5. CANALES DE COMUNICACIÓN</b> Visual (demostración, ayuda visual y medios audiovisuales auxiliares), auditivo (explicación) y kinestésico táctil (ayuda manual).	<b>4.6. FEEDBACK</b> Concurrente, terminal y retardado
<b>5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b>		

<p>Actividades de motivación</p> <p>Actividades de iniciación</p> <p>Actividades de desarrollo</p> <p>Actividades de consolidación</p> <p>Actividades de síntesis</p>		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTIVOS</b>		
<b>6.1. HUMANOS</b> 30 alumnos 1 profesor	<b>6.2. ESPACIALES</b> Gimnasio o pista polideportiva	<b>6.3. MATERIALES</b> Material convencional
<b>7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b> Fomentar la igualdad y la no discriminación en el baile Respetar el nivel de baile de cada alumno		
<b>8. INTERDISCIPLINARIEDAD</b> No hay		
<b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b> <b>Alumno con hipoacusia:</b> Aportar información previa y dar la palabra en actividades como la tormenta de ideas. Disponer en primera fila en las actividades de mando directo de baile. <b>Alumna con TDAH:</b> Situar en primeras filas de baile para controlar su actitud y no involucrar al resto, así como buscar una modalidad que sea muy activa y que pueda favorecer a la alumna.		
<b>10. EVALUACIÓN</b>		
<b>10.1. CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b> 2.1, 2.2, 2.3, 6.2, 7.2, 7.3, 11.1, 11.2, 12.1, 12.2	<b>10.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACION</b> Escala de valoración descriptiva + Registro anecdótico	<b>10.3. TIPOS</b> Coevaluación entre grupos
<b>11. OBSERVACIONES</b>		

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 24. Resumen de la Unidad Didáctica 11.

**Tabla 38**

*Resumen de la Unidad Didáctica 11.*

<b>UNIDAD DIDÁCTICA: 11</b>	<b>NIVEL EDUCATIVO</b> 4º ESO	<b>GRUPO</b> 4º-1
<b>Nº SESIONES:</b> 4	<b>TRIMESTRE</b> Tercer trimestre	
<b>1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>		
Reconocer los beneficios del ejercicio sobre el individuo Identificar una dieta adecuada al gasto energético Conocer y manejar programas de balance energético		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
Competencia matemática, ciencia y tecnología Competencia digital		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<b>Balance energético:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Balance energético entre los alimentos ingeridos y el gasto calórico: Entender la oferta-demanda del organismo. Elaboración de decálogo de conductas saludables (cinco actividades físicas y cinco comidas)</li> </ul>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. MÉTODO DE ENSEÑANZA</b> Deductivo e inductivo	<b>4.2. TÉCNICA DE ENSEÑANZA</b> Instrucción directa y estilos socializadores	
<b>4.3. ESTILO DE ENSEÑANZA</b>		
<p>1ª Clase: <b>Asignación de tareas</b> investigar entre aplicaciones y escoger una con la que registrar los primeros datos en casa. Así les obligamos a investigar más en casa.</p> <p>2ª Clase: A través de la dinámica del <b>Puzle de Aronson</b> se explica la aplicación escogida por cada grupo y el funcionamiento</p> <p>3ª y 4ª Clase: Con una duración de 10 min totales se permitirá al inicio poner en marcha la aplicación y, al final detenerla y registrar.</p>		
<b>4.4. ESTRATEGIAS EN LAPRÁCTICA DE ENSEÑANZA</b> Global y analítica	<b>4.5. CANALES DE COMUNICACIÓN</b> Visual (demostración, ayuda visual y medios audiovisuales auxiliares), auditivo (explicación) y kinestésico táctil (ayuda manual).	<b>4.6. FEEDBACK</b> Concurrente, terminal y retardado
<b>5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b>		
Actividades de motivación Actividades de iniciación Actividades de desarrollo Actividades de refuerzo Actividades de síntesis		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTIVOS</b>		

<p><b>6.1. HUMANOS</b> 30 alumnos 1 profesor</p>	<p><b>6.2. ESPACIALES</b> Gimnasio o pista polideportiva</p>	<p><b>6.3. MATERIALES</b> Material convencional y step disponibles</p>
<p><b>7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b> Ayudar a los compañeros que no manejen las tecnologías Reconocer y promover el deporte en nuestra sociedad por sus beneficios</p>		
<p><b>8. INTERDISCIPLINARIEDAD</b> No hay</p>		
<p><b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b> <b>Alumno con hipoacusia:</b> Facilitar la información de trabajo días antes para llegar con una ligera idea a la clase y conocer al menos la dinámica de la misma. <b>Alumna con TDAH:</b> Al ser una actividad que también requiere de pensamiento y no todo el rato acción, se permite escoger lugar a realizar la actividad primero a este grupo, dándoles ese privilegio si la alumna se compromete a portarse bien (de ahí el contrato – privilegios o negación de ellos si no los cumple)</p>		
<p><b>10. EVALUACIÓN</b></p>		
<p><b>10.1. CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b> 4.1, 4.3, 4.4, 5.2, 12.1, 12.2, 12.3</p>	<p><b>10.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACION</b> Cuaderno de campo + escala de valoración numérica</p>	<p><b>10.3. TIPOS</b> Heteroevaluación del profesor</p>
<p><b>11. OBSERVACIONES</b></p>		

Nota. *Elaboración propia.*

## Anexo 25. Resumen de la Unidad Didáctica 12

**Tabla 39**

*Resumen de la Unidad Didáctica 12.*

<b>UNIDAD DIDÁCTICA: 12</b>	<b>NIVEL EDUCATIVO</b> 4º ESO	<b>GRUPO</b> 4º-1
<b>Nº SESIONES:</b> 4	<b>TRIMESTRE</b> Tercer trimestre	
<b>1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>		
<p>Conocer la modalidad deportiva del ciclismo  Reconocer la mecánica de la bici  Mejorar las habilidades comunicativas con otros alumnos de otras edades</p>		
<b>2. COMPETENCIAS BÁSICAS</b>		
<p>Competencia en comunicación lingüística  Competencias sociales y cívicas  Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor</p>		
<b>3. CONTENIDOS</b>		
<b>Deportes sobre ruedas:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprender a realizar actividades y competiciones</li> <li>• Conocer la mecánica de la bici y sus aspectos básicos</li> </ul>		
<b>4. METODOLOGÍA</b>		
<b>4.1. MÉTODO DE ENSEÑANZA</b> Deductivo e inductivo	<b>4.2. TÉCNICA DE ENSEÑANZA</b> Instrucción directa y estilos socializadores	
<b>4.3. ESTILO DE ENSEÑANZA</b>		
A lo largo de las sesiones que se impartirán se pensará en realizar <b>aulas invertidas</b> y <b>resolución de problemas</b> por grupos de cuatro alumnos de cada curso.		
<b>4.4. ESTRATEGIAS EN LAPRÁCTICA DE ENSEÑANZA</b> Global y analítica	<b>4.5. CANALES DE COMUNICACIÓN</b> Visual (demostración, ayuda visual y medios audiovisuales auxiliares), auditivo (explicación) y kinestésico táctil (ayuda manual).	<b>4.6. FEEDBACK</b> Concurrente, terminal y retardado
<b>5. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b>		
<p>Actividades de motivación  Actividades de iniciación  Actividades de desarrollo  Actividades de profundización</p>		
<b>6. RECURSOS DIDÁCTIVOS</b>		
<b>6.1. HUMANOS</b> 30 alumnos 1 profesor	<b>6.2. ESPACIALES</b> Gimnasio o pista polideportiva	<b>6.3. MATERIALES</b> Bicicletas
<b>7. TRATAMIENTO TRANSVERSAL</b>		

<p>Ayudar a los compañeros que no manejen las tecnologías</p> <p>Reconocer y promover el deporte en nuestra sociedad por sus beneficios</p>		
<p><b>8. INTERDISCIPLINARIEDAD</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Educación Física:</i> Desde nuestras asignaturas serán varias las tareas que se pondrán en marcha y que irán desde el conocimiento de la bicicleta a la realización de maniobras y circuitos de habilidad hasta la concienciación por el medio ambiente.</li> <li>• <i>Lengua Castellana y Literatura:</i> Desde esta asignatura deberán elaborar una infografía sobre la bicicleta en una cartulina que se exhibirá en los pasillos del Colegio.</li> <li>• <i>Educación Plástica, Visual y Audiovisual:</i> Llevarán a cabo un taller de chapa y pintura, donde los alumnos elaborarán y pintarán bicicletas con material reciclable.</li> <li>• <i>Matemáticas orientadas a las Enseñanzas Académicas y Aplicadas:</i> Teniendo contenidos comunes como los hay en distintas ramas, esta sería una oportunidad para juntar a todos los alumnos y trabajar la estadística y la probabilidad en la Vuelta a España del año correspondiente, tratando de averiguar las posibilidades de los corredores.</li> <li>• <i>Primera Lengua Extranjera (Inglés):</i> Para conocer un poco de cultura hacemos uso del inglés, conociendo a los grandes corredores de las vueltas y de la actual, estudiando sus nacionalidades y países de origen.</li> <li>• <i>Geografía e historia:</i> Una de las actividades que puede predicar con el ejemplo de enganchar a los alumnos en contenidos no tan divertido pero que si se hacen de esta forma es más divertido. Así se aprovecha la excusa de este proyecto para estudiar el relieve y accidentes geográficos por los que pasa la vuelta viendo su evolución desde la primera vuelta ciclista hasta la actualidad.</li> </ul>		
<p><b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b></p>		
<p><b>Alumno con hipoacusia:</b> Facilitar la información de trabajo días antes para favorecer que prepare o investigue ya algo en casa.</p> <p><b>Alumna con TDAH:</b> Buscar un grupo en el que encaje y favorezca a su aprendizaje y el de los pequeños que están a su cargo. Establecer un contrato grupal donde todos se vean responsables.</p>		
<p><b>10. EVALUACIÓN</b></p>		
<p><b>10.1. CRITERIOS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b></p> <p>7.1, 7.2, 7.3, 8.1, 8.2, 8.3, 9.2, 9.3</p>	<p><b>10.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACION</b></p> <p>Registro anecdótico + Cuaderno de campo – Lista de control (Nota a repartir)</p>	<p><b>10.3. TIPOS</b></p> <p>Evaluación compartida</p>
<p><b>11. OBSERVACIONES</b></p>		

Nota. *Elaboración propia.*

### **Anexo 26. Test inicial de la asignatura**

Responde las siguientes preguntas en relación a lo que esperas del desarrollo de esta asignatura durante el curso 2017/2018:

1. ¿Qué aprendiste el año pasado en la asignatura de Educación Física?
  
2. ¿Qué expectativas tienes hacia la asignatura?
  
3. ¿Se corresponden tus expectativas con el planteamiento de la asignatura?
  
4. ¿Modificarías algún contenido del programa planteado para este curso?
  
5. ¿Es importante para ti la actividad física y el deporte? ¿Por qué?
  
6. ¿Consideras que la asignatura de educación física resultará útil para tu formación?
  
7. ¿Prácticas alguna actividad físico-deportiva en tu tiempo libre? ¿Cuáles?
  
8. Propón actividades que te gustaría realizar a lo largo del curso en las sesiones de Educación Física.
  
9. ¿A qué contenidos de los planteados a lo largo del curso le gustaría dedicar mayor tiempo y a cuales un menor tiempo?

**Anexo 27: Modelo autorización excursiones**

Modelo general de autorización para salidas y excursiones

*I.E.S. Mariana Pineda*

Dº/Dª \_\_\_\_\_ como padre, madre o tutor/a del  
alumno/a \_\_\_\_\_ perteneciente al curso \_\_\_\_\_, le autorizo  
a que asista el día \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ a la actividad  
\_\_\_\_\_.

Madrid a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Fdo: \_\_\_\_\_

DNI: \_\_\_\_\_

**Anexo 28: Modelo autorización fotos/vídeos**

Modelo general de autorización

*I.E.S. Mariana Pineda*

Dº/Dª \_\_\_\_\_ con DNI \_\_\_\_\_  
como padre/madre o tutor del alumno/a \_\_\_\_\_

SÍ DOY MI CONSENTIMIENTO

NO DOY MI CONSENTIMIENTO

Para que el centro pueda utilizar imágenes/grabaciones de mi hijo/a en la web, Redes sociales, así como publicaciones con carácter informativo.

Madrid, a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

Firma:

**Anexo 29. Relación entre las actividades de enseñanza-aprendizaje y las Unidades Didácticas.**

**Tabla 40**

*Relación de las actividades de enseñanza-aprendizaje con las Unidades Didácticas.*

<b>Actividades de enseñanza y aprendizaje</b>	<b>Unidades Didácticas</b>
<b>Actividades de motivación</b>	1, 2, 5, 8, 10, 11 y 12
<b>Actividades de iniciación</b>	1, 2, 4, 6, 7, 10, 11 y 12
<b>Actividades de desarrollo</b>	2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 y 12
<b>Actividades de consolidación</b>	4, 6, 8, 9, 10
<b>Actividades de refuerzo</b>	3, 7, 9 y 11
<b>Actividades de ampliación</b>	2, 6 y 7
<b>Actividades de profundización</b>	2, 6 y 12
<b>Actividades de síntesis</b>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 y 12

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 30. Interdisciplinaria Unidad Didáctica 2. Relación de materias y contenidos.**

**Tabla 41**

*Relación interdisciplinaria entre las materias y los contenidos en la U.D. 2.*

<b>Materias</b>	<b>Contenidos</b>
<b>Educación Física</b>	4. Actividades en medio no estable: Escalada
<b>Educación Plástica, Visual y Audiovisual</b>	Bloque 1: Expresión plástica 4. Realización de un proyecto de creación siguiendo sus fases: esquemas, bocetos, presentación final y evaluación colectiva.
<b>Biología y Geología</b>	Bloque 3. Ecología y medio ambiente 14. La actividad humana y el medio ambiente
<b>Economía</b>	Bloque 3: Economía personal 1. Ingresos y gastos 3. Gestión del presupuesto 8. Planificación el futuro

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 31. Interdisciplinaria Unidad Didáctica 3. Relación de materias y contenidos.**

**Tabla 42**

*Relación interdisciplinaria entre las materias y los contenidos en la U.D. 3.*

<b>Materias</b>	<b>Contenidos</b>
<b>Educación Física</b>	6. Salud: Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo.
<b>Tecnologías de la Información y la Comunicación</b>	Bloque 2: Ordenadores, sistemas operativos y redes 3. Otros programas y aplicaciones.

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 32. Interdisciplinaria Unidad Didáctica 4. Relación de materias y contenidos.**

**Tabla 43**

*Relación interdisciplinaria entre las materias y los contenidos en la U.D. 4.*

<b>Materias</b>	<b>Contenidos</b>
<b>Educación Física</b>	2. Actividades de adversario: palas
<b>Educación Plástica, Visual y Audiovisual</b>	Bloque 3: Fundamentos del diseño 4. Fases de un proyecto de diseño 5. Resolución de un proyecto de diseño.

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 33. Interdisciplinaria Unidad Didáctica 6. Relación de materias y contenidos**

**Tabla 44**

*Relación interdisciplinaria entre las materias y los contenidos en la U.D. 6.*

<b>Materias</b>	<b>Contenidos</b>
<b>Educación Física</b>	1. Actividades individuales en medio estable: patinaje sobre ruedas
<b>Primera Lengua Extranjera: Inglés</b>	B) Léxico: Hacer uso de expresiones comunes, frases hechas y léxico sobre temas de interés personal y general, temas cotidianos y temas relacionados con contenidos de otras materias del currículo.

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 34. Interdisciplinariedad Unidad Didáctica 8. Relación de materias y contenidos**

**Tabla 45**

*Relación interdisciplinar entre las materias y los contenidos en la U.D. 8.*

<b>Materias</b>	<b>Contenidos</b>
<b>Educación Física</b>	3. Actividades de colaboración-oposición: voleibol
<b>Tecnología de la Información y la Comunicación</b>	Bloque 3: Organización, diseño y producción de información digital. 5. Vídeo
<b>Matemáticas orientadas a las Enseñanzas Académicas</b>	Bloque 3: Geometría 3. Iniciación a la geometría analítica en el plano: Coordenadas, vectores, ecuaciones de la recta, paralelismo, perpendicularidad
<b>Matemáticas orientadas a las Enseñanzas Aplicadas</b>	Bloque 3: Geometría 2. Semejanza 3. Resolución de problemas geométricos en el mundo físico

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 35. Interdisciplinariedad Unidad Didáctica 12. Relación de materias y contenidos**

**Tabla 46**

*Relación interdisciplinar entre las materias y los contenidos en la U.D. 12.*

<b>Lengua Castellana y Literatura: Infografía sobre la bicicleta</b>
<u>Primaria</u> : “Comunicación escrita, leer y escribir: Elabora y presenta informes, siguiendo un guion establecido que suponga búsqueda, selección y organización de la información obtenida en textos de carácter científico, geográfico o histórico”.
<u>Secundaria</u> : “Bloque 2. Comunicación escrita, leer y escribir: Conocimiento y uso de las técnicas y estrategias para la producción de textos escritos: planificación, obtención de datos, organización de la información, redacción y revisión”.
<b>Matemáticas orientadas a las Enseñanzas Académicas y Aplicadas: Unidades de tiempo, duración de etapa</b>
<u>Primaria</u> : “Números y operaciones: Números decimales. Ordenación y redondeo de números decimales. Expresión decimal de una fracción”.
<u>Secundaria</u> : “Bloque 5. Estadística y probabilidad: Cálculo de probabilidades”.
<b>Educación física: El ciclismo</b>
<u>Primaria</u> : “Adaptación del movimiento a distintas actividades: Actividades con bicicletas o patines”.
<u>Secundaria</u> : “Actividades individuales en medio estable, patinaje sobre ruedas. Capacidades motrices implicadas: equilibrio y coordinación”.
<b>Educación Plástica, Visual y Audiovisual: Taller de chapa y pintura</b>
<u>Primaria</u> : “Expresión artística: Técnicas del dibujo y de la pintura. Realización de obras plásticas haciendo uso de diferentes materiales. Utilización de las tecnologías”.
<u>Secundaria</u> : “Bloque 1. Expresión plástica: Realización de un proyecto de creación siguiendo sus fases: esquemas, bocetos, presentación final y evaluación colectiva”.
<b>Primera Lengua Extranjera -Inglés: Nacionalidades y banderas ciclistas</b>
<u>Primaria</u> : “Cultura inglesa: Números decimales. Ordenación y redondeo de números decimales. Expresión decimal de una fracción”.

<p><u>Secundaria</u>: “Aspectos socioculturales y sociolingüísticos: Identificación, conocimiento y valoración crítica de las costumbres, normas, actitudes y valores de la sociedad cuya lengua se estudia, y respeto a patrones culturales distintos a los propios”.</p>
<p><b>Geografía e historia: El relieve y accidentes geográficos</b></p>
<p><u>Primaria</u>: “Geografía de España: Conoce y localiza en el mapa de España las principales cordilleras y montañas”.</p>
<p><u>Secundaria</u>: “Bloque 10. La relación entre el pasado, el presente y el futuro a través de la Historia y la Geografía”.</p>

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 36. Documento Individual de Adaptación curricular para alumno con hipoacusia leve.**

**1. IDENTIFICACIÓN DEL ALUMNADO.**

Alumno /a		Curso	
Tutor / a	Nacionalidad	Fecha nacimiento	
Padre y madre		Teléfono	
Año académico	N.C.C		
Fecha de elaboración	<input type="checkbox"/> 1º trimestre. <input type="checkbox"/> 2º trimestre. <input type="checkbox"/> 3º trimestre.	Informe psicopedagógico. <input type="checkbox"/> Sí. <input type="checkbox"/> No.	Dictamen de escolarización. <input type="checkbox"/> Sí. <input type="checkbox"/> No.

**2. TIPOS DE NECESIDADES**

Alumno con necesidad específica de apoyo educativo (ACNEAE)	
ACNEAE: ACNEE	ACNEAE
<input type="checkbox"/> Discapacidad motora.	<input type="checkbox"/> Altas capacidades intelectuales.
<input type="checkbox"/> Discapacidad auditiva.	<input type="checkbox"/> Incorporación tardía al sistema educativo.
<input checked="" type="checkbox"/> Discapacidad visual.	<input type="checkbox"/> Condiciones personales o de historia escolar.
<input type="checkbox"/> Discapacidad psíquica.	<input type="checkbox"/> Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad.
<input type="checkbox"/> Trastorno del espectro autista (TEA).	<input type="checkbox"/> Dificultades específicas de aprendizaje.
<input type="checkbox"/> Trastornos graves de la personalidad y la conducta (trastorno negativista desafiante / trastorno de la conducta / Trastornos de la personalidad...)	<input type="checkbox"/> Alteraciones del lenguaje y de la comunicación.
<input type="checkbox"/> Otros (pluridiscapacidad, retraso global del desarrollo...).	<input type="checkbox"/> Otras necesidades especiales.

**3. ANTECEDENTES**

Juan es un alumno con **hipoacusia leve** por lo tanto presenta una pérdida auditiva de 30dB, pero que le permite adquirir por vía auditiva el lenguaje oral de forma débil por lo que precisa de una prótesis que durante la práctica no utiliza.

**CARACTERÍSTICAS MOTRICES**

El alumno no presenta ninguna dificultad motriz, Sí es posible que en algunas actividades su coordinación se vea mayormente debilitada frente al resto, sin embargo esto no será muy

habitual dado que este alumno ha nacido y crecido ya con hipoacusia y por tanto está acostumbrado,

### **CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS Y DE RELACIÓN SOCIAL**

**Desarrollo cognitivo:** No presenta ningún inconveniente en su desarrollo cognitivo por llevar estudiando en nuestro centro desde pequeño, los docentes ya le conocen y son conscientes de las adaptaciones correspondientes principalmente durante las explicaciones para evitar problemas en la comprensión. A ello le sumamos que durante las clases en aula utiliza una prótesis que le facilita la comprensión y entendimiento.

**Desarrollo socio-afectivo:** El alumno se encuentra inmerso en un grupo de otros 5 compañeros los cuales llevan buena progresión en el centro, son responsables y le cuidan. Por lo tanto tenemos que asegurarnos de cuidar y ayudar a conformar esa relación para que siga trabajando cómodo en las clases.

**Desarrollo comunicativo:** Existirá comunicación verbal y comunicación no verbal que se establecerá de antemano. Así cuando el alumno se encuentre inmerso en un juego y se quiera finalizar el mismo se podrá hacer de forma verbal en la cual una vez escuchado todos paran y levantan una mano por ejemplo o, a través del lenguaje no verbal alzando una bandera y parando todos en estático.

### **4. PROPUESTAS PARA FACILITAR SU ACCESO AL CURRÍCULUM**

Se utilizarán durante el curso diferentes técnicas y procedimientos para conseguir inculcar en el alumno una conducta deseable y que se reduzcan o eliminen de una manera significativa los problemas de conducta.

### **5. ADAPTACIÓN SIGNIFICATIVA DEL CURRÍCULUM.**

No es necesario dado que nuestra alumna posee las mismas capacidades y destrezas que el resto del alumnado, únicamente necesita de procesos distintos o más prolongados en el tiempo para adquirirlo.

**Adaptaciones curriculares relacionadas al centro educativo:** En estas adaptaciones encajamos las coordinaciones periódicas necesarias entre el profesorado, e equipo directivo, y los profesionales implicados para ver las necesidades de las que precisamos. En este aspecto se hace uso de pedir recomendaciones o pedir un profesor de ayuda, sin embargo no hará falta por presentar hipoacusia leve. Además se precisará de exigir adaptaciones a nivel de centro como puede ser el pintar el rocódromo de diversos colores (las vías), facilitar altavoces en el gimnasio



**Anexo 37. Documento Individual de Adaptación curricular para alumna con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH)**

**1. IDENTIFICACIÓN DEL ALUMNADO.**

Alumno /a		Curso	
Tutor / a	Nacionalidad	Fecha. nacimiento	
Padre y madre		Teléfono	
Año académico	N.C.C		
Fecha de elaboración	<input type="checkbox"/> 1° trimestre. <input type="checkbox"/> 2° trimestre. <input type="checkbox"/> 3° trimestre.	Informe psicopedagógico. <input type="checkbox"/> Sí. <input type="checkbox"/> No.	Dictamen de escolarización. <input type="checkbox"/> Sí. <input type="checkbox"/> No.

**2. TIPOS DE NECESIDADES**

Alumno con necesidad específica de apoyo educativo (ACNEAE)	
ACNEAE: ACNEE	ACNEAE
<input type="checkbox"/> Discapacidad motora.	<input type="checkbox"/> Altas capacidades intelectuales.
<input type="checkbox"/> Discapacidad auditiva.	<input type="checkbox"/> Incorporación tardía al sistema educativo.
<input type="checkbox"/> Discapacidad visual.	<input type="checkbox"/> Condiciones personales o de historia escolar.
<input type="checkbox"/> Discapacidad psíquica.	<input checked="" type="checkbox"/> Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad.
<input type="checkbox"/> Trastorno del espectro autista (TEA).	<input type="checkbox"/> Dificultades específicas de aprendizaje.
<input type="checkbox"/> Trastornos graves de la personalidad y la conducta (trastorno negativista desafiante / trastorno de la conducta / Trastornos de la personalidad...)	<input type="checkbox"/> Alteraciones del lenguaje y de la comunicación.
<input type="checkbox"/> Otros (pluridiscapacidad, retraso global del desarrollo...).	<input type="checkbox"/> Otras necesidades especiales.

**3. ANTECEDENTES**

Laura es una alumna con **trastorno por déficit de atención con hiperactividad** es un proceso que afecta a las vías cerebrales que regulan la atención y el control de la impulsividad. Según estudios afecta al 5% de la población en edad escolar.

Desde el enfoque médico el alumno recibe de tratamiento: el metilfenidato. Si el niño toma medicación, afectar a su capacidad de planificar y realizar las tareas en determinados momentos.

Laura tiene dificultad con las tareas que requieren planificación y organización, presenta problemas para empezar, manifiesta cansancio en la realización de tareas repetitivas, tiene dificultad para seguir las normas (por distracciones o falta de atención), e incluso cuestiona de la autoridad.

El alumno presenta problemas de comportamiento, siendo juzgado de menor gravedad.

Los padres muestran colaboración con el centro y ayudan en casa con sus tareas.

### **CARACTERÍSTICAS MOTRICES**

El alumno no presenta ninguna dificultad motriz.

### **CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS Y DE RELACIÓN SOCIAL**

El alumno presenta desatención e hiperactividad; además de un entorno estructurado, con rutinas claras. Otros aspectos que hay que tener en cuenta de cara a la organización y autocontrol de grupo son los siguientes:

Desatención:

- No presta una atención suficiente a los detalles e incurre en errores por descuido en las tareas escolares.
- Se distrae con facilidad en tareas y actividades lúdicas.
- Tiene dificultades para organizar las tareas y actividades.
- Le disgusta las tareas que requieren esfuerzo mental sostenido.
- Extravía objetos relacionado con tareas o actividades.
- Es olvidadizo y descuidado en la entrega de las tareas.
- No se concentra, se distrae con facilidad por estímulos irrelevantes.

Hiperactividad:

- Enreda y no es capaz de mantenerse quieto sentado, mueve los pies y las manos.
- Se mueve de un lado para otro en exceso, abandonando su asiento en clase.
- Habla en exceso.
- Está ocupado o suele actuar como si estuviera impulsado por un motor.

Impulsividad

- Actúa sin pensar.
- Infringe las normas establecidas.

Presenta poca autoestima sobre todo en comparación con sus hermanas y hermanos. Pedro, suele recibir menos respuestas positivas y felicitaciones, así como más críticas, que los otros alumnos; además presenta problemas relacionados con situaciones sociales como, por ejemplo,

la dificultad para hacer y mantener amigos; todo ello refuerza la opinión negativa que el niño tiene de sí mismo. A veces presenta:

- Envidia por los éxitos conseguidos por sus compañeros.
- Resentimiento, al ser tratado de forma diferente por el profesor.
- Intento de llamar la atención.

#### **4. PROPUESTAS PARA FACILITAR SU ACCESO AL CURRÍCULUM**

Se utilizarán durante el curso diferentes técnicas y procedimientos para conseguir inculcar en el alumno una conducta deseable y que se reduzcan o eliminen de una manera significativa los problemas de conducta.

**Procedimientos incrementadores:** El objetivo que perseguiremos es el de hacer que la conducta adaptativa (deseable) tenga mejores consecuencias para el alumno que la conducta problemática.

- ✓ Realizar un feedback con refuerzo positivo sobre el alumno ante comportamientos y actitudes correctas, alejadas de la problemática.
- ✓ Redactar un contrato entre tutor/profesor, alumna y padres. El contrato se revisará trimestralmente, donde la alumna se compromete reducir su conducta problemática y recibir de esta forma una cierta recompensa por parte de los padre y la escuela (en forma de refuerzo positivo, escoger un día ella el último juego, etc).
- ✓ No juntar en las clases a esta alumna con repetidores o alumnos con mala conducta que pueda verse incrementada. Procurar que pertenezca a grupos o equipos responsables.

**Procedimientos reductores:** Dirigidos a eliminar o reducir la probabilidad de conductas problemáticas.

- ✓ Ante malos comportamientos, invitarla a ir al baño o ausentarse un momento hasta que se calme. Posteriormente hablar con ella y reincorporarla,
- ✓ Si incumple el contrato anteriormente mencionado, el docente irá eliminando privilegios o recompensas del mismo.

**Otros procedimientos:**

- ✓ Establecimiento de normas previas a las sesiones y las unidades didactas que esta alumna obtendrá antes que el resto de la clase para cuando se llegue ya conocerlas.

- ✓ Utilización de la agenda o diario en el cual nos encargaremos de que anote el material o las consideraciones oportunas para próximos eventos.
- ✓ Enseñar técnicas de relajación para cuando se desvíe del comportamiento correcto.

**Evaluación - fichas de observación:**

- ✓ Destacar en negrita las palabras clave del enunciado.
- ✓ Se puede reducir el número de preguntas o variables a las que debe atender en la observación y anotación.
- ✓ Ajustar el tiempo si fuese necesario.

**5. ADAPTACIÓN SIGNIFICATIVA DEL CURRÍCULUM.**

No es necesario dado que nuestra alumna posee las mismas capacidades y destrezas que el resto del alumnado, únicamente necesita de procesos distintos o más prolongados en el tiempo para adquirirlo.

**6. SEGUIMIENTO Y OBSERVACIONES.**

<b>PRIMER TRIMESTRE</b>	<b>FECHA:</b>
<b>ACUERDOS ADOPTADOS:</b>	
<b>RESUMEN ENTREVISTA FAMILIAR:</b>	<b>Fecha:</b>
<b>SEGUNDO TRIMESTRE</b>	<b>FECHA:</b>
<b>ACUERDOS ADOPTADOS:</b>	
<b>RESUMEN ENTREVISTA FAMILIAR:</b>	<b>Fecha:</b>
<b>TERCER TRIMESTRE</b>	<b>FECHA:</b>
<b>ACUERDOS ADOPTADOS:</b>	
<b>RESUMEN ENTREVISTA FAMILIAR:</b>	<b>Fecha:</b>

A

DE

DE 20

**PROFESORADO**

### **Anexo 38. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje en el Primer Nivel de Concreción Curricular.**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

- 3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.
  - 3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.
  - 3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.
  - 3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.
4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.
    - 4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.
    - 4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
    - 4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.
    - 4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.
  5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.
    - 5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.
    - 5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

- 5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.
  - 5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud
6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.
    - 6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.
    - 6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.
    - 6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.
  7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.
    - 7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.
    - 7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.
    - 7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.
  8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.
    - 8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

- 8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.
- 8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.
9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.
- 9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.
- 9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.
- 9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.
- 10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.
- 10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
- 10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.
11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.
- 11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.
- 11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.
12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.

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

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

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

### **Anexo 39. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje en el Segundo Nivel de Concreción Curricular.**

1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión: patinaje sobre ruedas y escalada.

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

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

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

2. Componer y presentar representaciones y coreografías tanto individuales como colectivas acordes al tiempo y espacio.

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

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

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

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos individuales o colectivos: palas y voleibol.

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

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

- 3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.
  - 3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.
  - 3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.
  - 3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.
4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, plasmándolo en un decálogo de beneficios de la actividad física sobre la salud.
    - 4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.
    - 4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
    - 4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.
    - 4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.
  5. Mejorar la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel, identificando los cambios que se producen en su cuerpo reflexionando su por qué y relacionándolo con la salud mediante el trabajo de la condición física.
    - 5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.
    - 5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

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

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

6. Diseñar y realizar una sesión completa de educación física en un contenido específico, donde las fases de activación –mantenimiento y recuperación muestren una clara progresión en intensidad durante la clase.

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

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

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

7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, encomendando tareas de planificación de actividades, difusión y recogida de datos y participación.

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

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

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

8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo y plantear alternativas y actitudes de respuesta ante realidades deportivas de violencia, discriminación o competitivas mal entendidas.

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

- 8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.
- 8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.
9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.
- 9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.
- 9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.
- 9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
10. Establecer un plan de actuación conjunta durante las clases ante actividades que supongan cierto riesgo previniendo las consecuencias que puedan tener actuaciones precarias.
- 10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.
- 10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
- 10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.
11. Demostrar actitud crítica ante las actividades y debates planteados, sirviendo de ayuda y apoyo en los grupos, superando miedos y ofreciendo ayuda a los demás dentro de nuestras capacidades.
- 11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.
- 11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.
12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos

del curso como herramienta en la elaboración de tareas y evaluación posterior en la Unidades Didácticas de Salud y Expresión Corporal.

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

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

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

**Anexo 40. Relación de las competencias clave con OGE, contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.**

**Tabla 47**

*Relación de las competencias clave con OGE, contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.*

<b>Competencias</b>	<b>OGE</b>	<b>Contenidos</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Estándares de aprendizaje</b>
<b>Lingüística (CCL)</b>	f) h) i) k)	3, 4, 5	1, 2, 3, 8, 9, 11	1.3; 2.3; 3.5; 3.6; 8.1; 8.2; 9.1; 9.2; 11.1; 11.2
<b>Matemática y ciencia y tecnología (CMCT)</b>	e) f) k)	3,5, 6, 7	3, 4, 6	3.3; 4.4; 6.2
<b>Digital (CD)</b>	b) e)	3, 4, 6, 7	1, 3, 4, 6, 12	1.3; 3.4; 4.1; 6.1; 12.1; 12.2; 12.3
<b>Aprender a aprender (CPAA)</b>	b) f) g) k)	1, 4, 5, 6	1, 2, 3, 4, 5, 6, 10, 11	1.1; 1.2; 2.1; 4.2; 4.3; 5.1; 5.4; 6.2; 10.1; 10.2; 10.3; 11.1
<b>Sociales y cívicas (CSC)</b>	a) b) c) d) g) j) k)	1, 2, 3, 5	1, 2, 3, 7, 11	1.1; 1.2; 2.2; 3.2; 7.2; 11.2
<b>Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIE)</b>	b) d) g) k)	2, 5, 6, 7	2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	2.1; 3.1; 4.4; 5.2; 5.3; 4.3; 7.3; 8.3; 9.3; 10.2; 10.3
<b>Conciencia y expresiones culturales (CEC)</b>	j) k) l)	2, 5	6, 7, 12	6.2; 6.3; 7.1; 12.1

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 41. Relación entre los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje con las competencias y los instrumentos de evaluación en cada Unidad Didáctica.**

**Tabla 48**

*Relación de los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje con las competencias y los instrumentos de evaluación en cada Unidad Didáctica.*

Educación Física 4º ESO		Competencias Clave	Instrumentos de evaluación	Temporalización estándares Unidades Didácticas											
Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1.1.	CPAA - CSC		X	X				X						
	1.2.	CPAA -CSSC			X			X							
	1.3.	CCL - CD			X			X							
2	2.1	CPAA - SIEE										X			
	2.2.	CSC										X			
	2.3.	CCL										X			
3	3.1.	SIE				X				X					
	3.2.	CSC		X		X				X					
	3.3.	CMCT				X				X					
	3.4.	CD				X				X					
	3.5.	CCL				X				X					
	3.6.	CCL				X				X					
4	4.1	CD			X		X		X		X		X		
	4.2	CPAA			X				X		X				
	4.3	CPAA											X		
	4.4	CMCT											X		
5	5.1.	CPAA					X				X				



## Anexo 42. Relación de los estándares de aprendizaje con los distintos saberes

**Tabla 49**

*Relación de los estándares de aprendizaje con los ámbitos del saber.*

Estándares de aprendizaje		Saberes		
		S	SH	SS
1.1.	Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.		X	
1.2	Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.		X	
1.3	Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.		X	
2.1	Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.		X	
2.2	Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.		X	
2.3	Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.			X
3.1	Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.		X	
3.2	Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.		X	
3.3	Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.		X	
3.4	Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.		X	
3.5	Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.	X		

3.6	Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.	X		
4.1	Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva	X		
4.2	Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.	X		
4.3	Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.	X		
4.4	Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.	X		
5.1	Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.	X		
5.2	Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.		X	
5.3	Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.	X	X	
5.4	Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud	X		
6.1	Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.	X	X	
6.2	Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.		X	
6.3	Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.		X	
7.1	Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.			X
7.2	Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.			X
7.3	Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.	X		
8.1	Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.	X		X
8.2	Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.	X		X
8.3	Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.	X		X

9.1	Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.	X		
9.2	Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.	X		
9.3	Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.		X	
10.1	Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.		X	
10.2	Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.	X		
10.3	Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.	X		
11.1	Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.	X		
11.2	Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.			X
12.1	Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.	X	X	
12.2	Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.	X	X	
12.3	Comunica y comparte información e ideas en los deportes y en entornos apropiados.			X

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 43. Ejemplo de estimación de porcentajes para la Unidad Didáctica 2. Relación de estándares, saberes, ponderación y competencias con instrumentos de evaluación.**

**Tabla 50**

*Ejemplo para la estimación de porcentajes.*

<b>UNIDAD DIDÁCTICA 2: Cuesta arriba y sin frenos</b>					
<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>Saber</b>	<b>Saber hacer</b>	<b>Saber ser</b>	<b>Ponderación</b>	<b>Instrumentos de evaluación</b>
1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.		10%		10%	Lista de control 1 (Coevaluación)
1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.		10%		10%	Lista de control 1 (Coevaluación)
1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.		10%		10%	Lista de control 1 (Coevaluación)
9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.	10%			10%	Lista de control 2 (Coevaluación de Exposición)
9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.		10%		10%	Lista de control 2 (Coevaluación de Exposición)

10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.		10%		10%	Lista de control 1 (Coevaluación)
11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.	10%			10%	Lista de control (Coevaluación de Exposición)
11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.			10%	10%	Registro anecdótico (Heteroevaluación)
12.2. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.		10%		10%	Lista de control 2 (Coevaluación de Exposición)
12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.			10%	10%	Registro anecdótico (Heteroevaluación)
<b>PORCENTAJE TOTAL</b>	20%	60%	20%	100%	<b>Lista de control 1 y 2 – Registro anecdótico</b>

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 44. Instrumento de evaluación: Lista de control para diario del alumno en las Unidades Didácticas 3-7-9 y 11.**

**Tabla 51**

*Lista de control UD 3-7-9-11.*

N° de Sesión: -----				
Fecha:-----				
Contenido:				
	Sí	No	A veces	Observaciones
<b>Registro diario del trabajo</b>				
<b>Los apartados presentan coherencia con lo anterior</b>				
<b>Adecuación a lo trabajado en clase</b>				
<b>Se especifican aplicaciones y desarrollo de su uso</b>				
<b>Se presentan todas las tareas</b>				
Registro del alumnado				
Observaciones: SÍ= + 2 Puntos No= - 0,5 Puntos A veces= + 0,5 Puntos				

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 45. Instrumento de evaluación: Escala de valoración numérica para la Unidad Didáctica 3.**

**Tabla 52**

*Escala de valoración numérica UD3.*

Alumno: -----					
Fecha:-----					
Contenido: Monitorización de ejercicio					
0=nunca, 1=casi nunca; 2=rara vez; 3=a veces; 4= casi siempre; 5= siempre					
	1	2	3	4	5
<b>Se controla la FC al menos en 3 zonas diferentes de forma correcta</b>					
<b>Sabe interpretar las zonas de FC para el ejercicio.</b>					
<b>Sabe proponer ejercicios con proyección a la escalada y monitorizarlo</b>					
<b>Se reconocen pulsaciones y toma de FC en compañero</b>					
<b>Se presentan todas las tareas</b>					
Observaciones: 25 puntos equivale a un 10					

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 46. Instrumento de evaluación: Lista de control para la Unidad Didáctica 7.**

**Tabla 53**

*Lista de control UD 7.*

Alumno: -----			
Fecha:-----			
Contenido: Equilibrio y coordinación - Lesiones			
	SÍ	NO	A VECES
<b>Escogen de forma voluntaria la lesión a trabajar</b>			
<b>Investigan de forma autónoma sobre la lesión correspondiente</b>			
<b>Plantean ejercicios para la prevención de lesiones</b>			
<b>Su programa individualizado es coherente</b>			
<b>Propone al menos 5 ejercicios en su programa individualizado</b>			
Observaciones: SÍ= + 2 Puntos No= - 0,5 Puntos A veces= + 0,5 Puntos			

*Nota. Elaboración propia.*

**Anexo 47. Instrumento de evaluación: Escala de valoración numérica para la Unidad Didáctica 9.**

**Tabla 54**

*Escala de valoración numérica UD 9.*

Alumno: -----					
Fecha:-----					
Contenido: Condición física y equilibrio postural					
0= muy mal, 1= mal; 2-3= regular; 4= bien; 5= muy bien					
Variables a observar	1	2	3	4	5
<b>Anotación de errores posturales</b>					
<b>Resolución de retos planteados</b>					
<b>Identifica errores posturales y propone ejercicios para su corrección</b>					
<b>Coherencias de los ejercicios planteados</b>					
<b>Las fotos facilitan la comprensión</b>					
Observaciones: 25 puntos equivale a un 10					

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 48. Instrumento de evaluación: Lista de control para la Unidad Didáctica 11.**

**Tabla 55**

*Lista de control UD11.*

Alumno: -----			
Fecha:-----			
Contenido: Balance energético			
	SÍ	NO	A VECES
<b>Conoce el funcionamiento y las posibilidades que ofrece la aplicación</b>			
<b>Registro diario de ejercicios y alimentación</b>			
<b>Elabora diez recomendaciones</b>			
<b>Las recomendaciones son coherentes y saludables</b>			
<b>Breve explicación de cada recomendación</b>			
Observaciones: SÍ= + 2 Puntos No= - 0,5 Puntos A veces= + 0,5 Puntos			

*Nota. Elaboración propia.*

**Anexo 49. Instrumento de evaluación: Lista de control para la Unidad Didáctica 2.**

**Tabla 56**

*Lista de control UD2.*

Alumno: -----			
Fecha:-----			
Contenido: Escalada			
	SÍ	NO	A VECES
<b>Es capaz de mantener el equilibrio sobre la pared</b>			
<b>Sus apoyos son firmes y seguros</b>			
<b>Avanza de forma fluida</b>			
<b>Recorre las vías adecuadas que facilitan su escalada</b>			
<b>Imita la técnica adquirida en las clases</b>			
Observaciones: SÍ= + 2 Puntos No= - 0,5 Puntos A veces= + 0,5 Puntos			

*Nota. Elaboración propia.*

**Anexo 50. Instrumento de evaluación: Escala de valoración numérica para la Unidad Didáctica 4.**

**Tabla 57**

*Escala de valoración numérica UD4.*

Alumno: -----					
Fecha:-----					
Contenido: Palas					
0= muy mal, 1= mal; 2-3= regular; 4= bien; 5= muy bien					
Variables a observar	1	2	3	4	5
<b>El juego inventado supone la participación de todos los integrantes</b>					
<b>El juego tiene connotaciones cooperativas y competitivas</b>					
<b>Reglas alternativas que se adaptan al juego</b>					
<b>Todos los alumnos participan en su elaboración</b>					
<b>El juego tiene compromiso motriz</b>					
Observaciones: 25 puntos equivale a un 10					

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 51. Instrumento de evaluación: Escala de valoración descriptiva para la Unidad Didáctica 10.**

**Tabla 58**

*Escala de valoración descriptiva UD10.*

Alumno: -----					
Fecha:-----					
Contenido: Expresión corporal: bailes deportivos					
Variables a observar	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4	Nivel 5
<b>Coordinación en el baile</b>					
<b>Ritmo y bloques</b>					
<b>Progresión en intensidad</b>					
<b>Implicación de los alumnos</b>					
<b>Compromiso motriz</b>					
Observaciones: 25 puntos equivale a un 10					

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 52. Instrumento de evaluación: Lista de control para diario del alumno en las Unidades Didácticas 6 y 8.**

**Tabla 59**

*Lista de control UD 6-8.*

N° de Sesión: -----				
Fecha:-----				
Contenido:				
	Sí	No	A veces	Observaciones
<b>Registro diario del trabajo</b>				
<b>Especifica lo aprendido diariamente</b>				
<b>Esfuerzo diarios por nuevas metas</b>				
<b>Se especifican las ayudas realizadas</b>				
<b>Se presentan todas las tareas</b>				
Registro del alumnado				
<p>Observaciones:</p> <p>SÍ= + 2 Puntos</p> <p>No= - 0,5 Puntos</p> <p>A veces= + 0,5 Puntos</p>				

*Nota. Elaboración propia.*

**Anexo 53. Instrumento de evaluación: Escala de valoración descriptiva para la Unidad Didáctica 6.**

**Tabla 60**

*Escala de valoración descriptiva UD6.*

Alumno: -----					
Fecha:-----					
Contenido: Patinaje					
Variables a observar	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4	Nivel 5
<b>Mantiene el equilibrio</b>					
<b>Se desplaza eficientemente</b>					
<b>Es capaz de desplazar y frenar</b>					
<b>Habilidades sobre los patines</b>					
<b>Esfuerzo en las clases</b>					
Observaciones: 25 puntos equivale a un 10					

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 54. Instrumento de evaluación: Escala de valoración descriptiva para la  
Unidad Didáctica 8.**

**Tabla 61**

*Escala de valoración descriptiva UD8.*

Alumno: -----					
Fecha:-----					
Contenido: Voleibol					
Variables a observar	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4	Nivel 5
<b>Análisis con el Kinovea</b>					
<b>Técnica golpeo antebrazos</b>					
<b>Técnica toque de dedos</b>					
<b>Técnica de saque y remate</b>					
<b>Conocimiento de zonas de juego y rotaciones</b>					
Observaciones: 25 puntos equivale a un 10					

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 55. Instrumento de evaluación: Registro anecdótico para las Unidades Didácticas 5 y 12.**

**Tabla 62**

*Registro anecdótico UD 5 y 12.*

Alumno:-----		
Contenido :		
<b>Fecha</b>	<b>Hecho observado</b>	<b>Interpretación</b>

Nota. *Elaboración propia.*

**Anexo 56. Instrumento de evaluación: Lista de control para diario del alumno en las Unidades Didácticas 5 y 12 para repartir nota.**

**Tabla 63**

*Lista de control UD 5 y 12.*

Nº de Sesión: -----				
Fecha:-----				
	Sí	No	A veces	Observaciones (Justificar nota final)
<b>Registro diario del trabajo</b>				
<b>Implicación en los trabajos</b>				
<b>Curiosidad o iniciativa</b>				
<b>Ofrece ayudas</b>				
<b>Presenta alternativas</b>				
Registro del alumnado				
<p>Observaciones:</p> <p>SÍ= + 2 Puntos</p> <p>No= - 0,5 Puntos</p> <p>A veces= + 0,5 Puntos</p> <p>Los alumnos establecerán su nota y la de los demás a partir de la nota repartida. Por ejemplo si tienen un 8 en el trabajo acordado con el profesor, tendrán 32 puntos a repartir si son 4 alumnos.</p>				

*Nota. Elaboración propia.*

## Anexo 57. Relación entre Unidades Didácticas e instrumentos de evaluación

**Tabla 64**

*Relación de las Unidades Didácticas con los instrumentos y tipos de evaluación.*

<b>Unidad Didáctica</b>	<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Tipo de evaluación</b>
U.D. 1	Registro anecdótico en cuadernos del profesor con ayuda de observación externa y notas de campo.	Heteroevaluación del profesor
U.D. 2	Lista de control + Registro anecdótico	Coevaluación
U.D. 3	Cuaderno de campo + Escala de valoración numérica	Heteroevaluación del profesorado
U.D. 4	Escala de valoración numérica + Registro anecdótico	Coevaluación
U.D. 5	Registro anecdótico + Cuaderno de campo – Lista de control (Nota a repartir)	Evaluación Compartida
U.D. 6	Cuaderno de campo + Escala de valoración descriptiva	Autoevaluación
U.D. 7	Cuaderno de campo + Escala de valoración numérica	Heteroevaluación del profesor
U.D. 8	Cuaderno de campo + Escala de valoración descriptiva	Autoevaluación
U.D. 9	Cuaderno de campo + Escala de valoración numérica	Heteroevaluación del profesor
U.D. 10	Escala de valoración descriptiva + Registro anecdótico	Coevaluación entre grupos
U.D. 11	Cuaderno de campo + Escala de valoración numérica	Heteroevaluación del profesor
U.D. 12	Registro anecdótico + Cuaderno de campo – Lista de control (Nota a repartir)	Evaluación compartida

*Nota. Elaboración propia.*

**Anexo 58. Instrumento de evaluación: Cuestionario de heteroevaluación del alumnado al docente**

P1. A lo largo del curso informa suficientemente sobre el programa de la asignatura

1	2	3	4	5
MUY DEFICIENTE	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	BUENO	MUY BUENO

P2. Aclara adecuadamente lo que espera del aprendizaje de los(as) estudiantes

P3. Explica con claridad

1	2	3	4	5
MUY DEFICIENTE	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	BUENO	MUY BUENO

P4. La organización y secuencia que realiza de los contenidos de la asignatura es adecuada para el aprendizaje de la asignatura

1	2	3	4	5
MUY DEFICIENTE	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	BUENO	MUY BUENO

P5. Establece relación entre la asignatura y otras áreas de conocimiento y disciplinas

1	2	3	4	5
MUY DEFICIENTE	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	BUENO	MUY BUENO

P6. Desarrolla actividades que facilitan el aprendizaje participativo

1	2	3	4	5
MUY DEFICIENTE	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	BUENO	MUY BUENO

P7. Brinda seguimiento y asesoría en las actividades, trabajos y procesos desarrollados en la asignatura.

1	2	3	4	5
MUY DEFICIENTE	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	BUENO	MUY BUENO

P8. Promueve actividades que dan la oportunidad de utilizar los conocimientos teóricos en situaciones prácticas.

1	2	3	4	5
MUY DEFICIENTE	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	BUENO	MUY BUENO

P9. Se interesa por el aprendizaje de sus estudiantes

1	2	3	4	5
MUY DEFICIENTE	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	BUENO	MUY BUENO

P10. Genera interés por la asignatura

1	2	3	4	5
MUY DEFICIENTE	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	BUENO	MUY BUENO

OBSERVACIONES:

**Anexo 59. Instrumento de evaluación: Lista de control para autoevaluación docente tras cada sesión para nuestro diario del docente.**

**Tabla 65**

*Lista de control para autoevaluación docente.*

	1	2	3	Observaciones
<b>Nivel de logro de los objetivos</b>				
<b>Tiempo motriz del alumnado</b>				
<b>Adecuación del contenido a la clase</b>				
Registro del alumnado				
Observaciones				

Nota. *Elaboración propia.*

### Anexo 60. Ejemplo de contrato didáctico para nuestra programación

Yo (Nombre del alumno) \_\_\_\_\_,

soy responsable y me comprometo a cumplir las siguientes tareas:

en la asignatura de Educación Física:

---

---

---

---

---

en el instituto:

---

---

---

---

en casa:

---

---

---

---

Optando a:

---

---

---

---

\*En caso de no cumplir el acuerdo, queda claro que no se optará a la recompensa y se romperá el contrato.

Fecha desde que está en vigor:

Fecha hasta que está en vigor:

Firma del profesor/a

Firma del alumno/a

Firma de padre/madre/tutor