



Universidad
de Alcalá



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

2º DE E.S.O.

TRABAJO DE FIN DE MASTER.
MÁSTER UNIVERSITARIO EN FORMACIÓN DEL PROFESORADO.

PRESENTADO POR:

D. Sergio Martín Merino.

DIRIGIDO POR:

D. Francisco Pouso Vinagre.

ÍNDICE

1. JUSTIFICACIÓN.....	4
2. CONTEXTUALIZACIÓN.....	6
2.1. Análisis del centro.....	6
2.2. Contexto social del centro.....	6
2.3. Análisis DAFO del centro.....	8
2.4. Características psico-evolutivas del alumnado.....	8
3. OBJETIVOS Y COMPETENCIAS.....	11
4. CONTENIDOS.....	14
4.1. Relación de bloques de contenidos, contenidos específicos, objetivos y competencias clave en base a las UD dónde serán trabajadas.....	17
5. UNIDADES DIDÁCTICAS.....	18
5.1. Temporalización.....	18
Unidad Didáctica 1: <i>Ponte en forma</i>	19
Unidad Didáctica 2: <i>¡Salta, gira, rueda!</i>	21
Unidad Didáctica 3: <i>Cuida tu cuerpo</i>	23
Unidad Didáctica 4: <i>¡Hajime!</i>	25
Unidad Didáctica 5: <i>Dream Team</i>	27
Unidad Didáctica 6: <i>¡Scouts!</i>	29
Unidad Didáctica 7: <i>¡Haz el mimo!</i>	31
Unidad Didáctica 8: <i>Construcciones humanas</i>	33
Unidad Didáctica 9: <i>Campeonatos Mundiales</i>	35
6. METODOLOGÍA.....	37
7. RECURSOS.....	40
7.1. Recursos espaciales.....	40

7.2. Recursos materiales.	40
7.3. Recursos humanos.	41
8. EVALUACIÓN.	42
8.1. Instrumentos de evaluación.	42
8.2. Criterios de calificación.	44
8.3. Relación de competencias, objetivos, contenidos, criterios, estándares de aprendizaje e indicadores de logro.	45
8.4. Temporalización de la Evaluación.	48
8.5. Sistemas de recuperación.	48
9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.	50
10. INTRADISCIPLINARIEDAD.	54
11. INTERDISCIPLINARIEDAD.	55
12. ELEMENTOS TRASNVERSALES.	57
13. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.	59
14. CONCLUSIONES.	60
15. BIBLIOGRAFÍA.	61
ANEXO 1: UNIDAD DIDÁCTICA 7: “CONSTRUCCIONES HUMANAS”	63
Anexo 1.1. Ficha de grupo.	83
ANEXO 2. RELACIÓN DE CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE, COMPETENCIAS CLAVE E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.	84
ANEXO 3. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.	94
Instrumento de evaluación (I). La rúbrica.	94
Instrumento de evaluación (II). La lista de control.	95
Instrumento de evaluación (III). El diario del profesor.	96
Instrumento de evaluación (IV). Ficha de coevaluación.	97
ANEXO 4. PRE-MODELO EDUCATIVO.	98

1. JUSTIFICACIÓN.

En este trabajo, se pretende mostrar una visualización de cómo debería estar realizada una programación didáctica por competencias que se ajuste a las demandas educativas que exige la LOMCE, así como a las necesidades educativas y culturales. Las competencias toman un papel protagonista, a día de hoy, en cualquier planteamiento educativo, acercándose de esta manera al desarrollo de la educación a nivel europeo y la necesidad de que los países miembros compartan unas bases educativas similares.

La introducción de competencias en el currículo demanda la adopción de una nueva perspectiva en el momento de desarrollarlo, de tal forma que éstas sirvan de epicentro para la formación del resto de elementos del currículum.

Por ello, se puede afirmar, tal y como dicen Lleixá, Capllonch y González (2015) que las competencias representan aquellos aprendizajes que se consideran imprescindibles, desde un planteamiento integrador y orientado a la aplicación de los saberes adquiridos. Es decir, generan un mayor aprendizaje significativo en los alumnos. Además, este nuevo sistema pone al alumno en el centro del proceso de enseñanza-aprendizaje, pues que el aprendiz sea activo se hace imprescindible como estrategia metodológica ineludible en la enseñanza por competencias (Sierra, Méndez & Mañana, 2012).

El curso elegido para llevar a cabo esta programación es 2º de E.S.O., un curso muy particular debido a las características psico-evolutivas del grupo, pues se encuentran en pleno camino hacia la adolescencia con todas las dificultades y peculiaridades que eso conlleva. Si bien puede ser un curso muy laborioso, es el momento perfecto de desarrollar métodos de trabajo que estimulen al grupo y que favorezcan el desarrollo de su sentido crítico, así como de tolerancia y respeto hacia los demás.

Por ello, las metodologías que se utilizarán en la programación buscarán el compromiso y la participación por parte del alumnado con el fin de facilitarles las etapas posteriores que precisarán de un mayor esfuerzo cognitivo, afectivo y social. Además, si se quiere realizar una correcta evaluación por competencias resulta imprescindible utilizar metodologías más innovadoras donde el protagonismo del alumno aumente y otorgue al docente la posibilidad de proponer tareas que permitan alcanzar, desarrollar y evaluar las competencias del alumnado.

Es por todo esto por lo que con el presente trabajo se propondrán metodologías inclusivas y cognoscitivas que fomenten la autonomía y el aprendizaje integral del alumnado, así como un proceso de evaluación formativa que permita conocer el nivel de adquisición de competencias por parte de los alumnos y de la práctica docente, pues estos procesos de evaluación permitirán corregir posibles errores y mejorar de cara a próximos años el proceso de enseñanza-aprendizaje. Sin embargo, no se renegará de otros estilos más tradicionales (tanto metodológicos como evaluativos) en función de las necesidades correspondientes a cada unidad didáctica, puesto que podrían ser la mejor manera de realizar la labor docente.

2. CONTEXTUALIZACIÓN.

2.1. Análisis del centro.

Nombre del centro: IES Simancas.

Carácter del centro: Público bilingüe.

Niveles de enseñanza: Primer y Segundo Ciclo de E.S.O. (1º, 2º, 3º, y 4º); y Bachillerato.

Número de líneas por curso: 3 grupos (A, B y C).

Número de alumnos por grupo: Se estima que oscilen entre 24-30 en la E.S.O., y entre 20-25 en Bachillerato. El grupo utilizado para la programación será de 28 alumnos.

Número total de clase previstas para el curso (2019-2020): 70 sesiones previstas.

Instalaciones deportivas: Gimnasio grande (con colchonetas, espalderas, bancos suecos o potros entre otros), dos pistas exteriores de fútbol sala (adaptadas para balonmano), 4 pistas de baloncesto y convenio con el Ayuntamiento para utilizar el parque contiguo al instituto (Parque Paraíso).

2.2. Contexto social del centro.

El I.E.S. Simancas se encuentra situado en pleno centro urbano del Barrio de Simancas en Madrid. Se trata de un centro antiguo el cual lleva en funcionamiento desde la década de los 60 del siglo pasado y el cuál es el único instituto público del barrio. A su lado se sitúa en el metro de Simancas, el cual facilita el acceso al centro desde los barrios periféricos, así como algunas líneas de autobús que están a 5 minutos caminando (4, 38, 106 o 70). Si bien se encuentra en una zona muy urbanizada, tras él, se encuentra la zona verde del barrio, el Parque Paraíso, un terreno natural amplio en el cual se concentra el principal foco “natural” del barrio, albergando la principal flora y fauna del barrio.

Simancas es un barrio de clase baja, donde la población es principalmente mayor y donde conviven culturas diferentes, pues es muy normal encontrarse con personas de origen sudamericano, marroquí o de etnia gitana. Debido al incremento del consumo de sustancias tóxicas durante la década de los 80 del siglo pasado, el instituto se erigió como

el lugar desde donde se podría cambiar el barrio, a través de la educación de las generaciones siguientes, siendo un símbolo principal para los vecinos.

En la actualidad, el instituto fue reformado ampliamente hace un par de años, proporcionándole las innovaciones necesarias para eliminar las barreras arquitectónicas que tenía y haciendo de él un lugar más accesible para todo el mundo. Además, se cambiaron las zonas más antiguas que no habían sido reformadas, como los baños o algunas partes del patio, y se le dio un nuevo color a toda la fachada.

De esta manera, el instituto Simancas está dividido en dos alas: el ala derecha en el cual se encuentran los laboratorios y que dispone de dos plantas; y el ala izquierda que alberga las clases de los diferentes cursos y grupos, y que dispone de 4 plantas. En la planta baja se encuentra el gimnasio, un gran salón de actos, y los despachos de Secretaría, Jefatura de Estudios y Dirección.

Por último, es necesario destacar el departamento de orientación, el cual se encarga de tratar aquellos casos más complejos que precisan de una atención especial debido a sus características. Como se ha comentado anteriormente, en el barrio (y por lo tanto en el instituto) conviven alumnos muy diferentes y con problemas familiares ya sea a nivel económico o estructural. Sin embargo, el buen funcionamiento del departamento y la gran implicación de los departamentos de otras asignaturas, hacen posible la buena comunicación entre el personal docente favoreciendo acciones interdisciplinarias y transversales entre los grupos, lo que facilitará por otro lado la detección de posibles comportamientos anormales por parte de los alumnos.

2.3. Análisis DAFO del centro.

Para conocer un poco más el centro, se expone un análisis DAFO, a través del cual se busca evaluar aquello que se estudia con el fin realizar un análisis en profundidad, detectar necesidades, buscar estrategias y realizar propuestas de mejora (Moral, Arrabal & González, 2010). En este caso, se realizará sobre el centro educativo:

Debilidades	Amenazas
<ul style="list-style-type: none"> • Centro con escasos recursos económicos. • Familias con pocos recursos económicos. • Barrio con alto consumo de drogas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Institutos concertados cercanos. • Abandono escolar. • Consumo de drogas. • Conflictos entre alumnos.
Fortalezas	Oportunidades
<ul style="list-style-type: none"> • Multiculturalidad de los alumnos. • Alta implicación de los docentes y directiva. • Símbolo del barrio. • Saben trabajar con pocos recursos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proyectos interdisciplinarios entre docentes. • Creatividad de alumnos y docentes por la falta de recursos. • Implantación de proyectos educativos.

Tabla 1. Análisis de las posibles Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades del Instituto Simancas. Elaboración propia.

2.4. Características psico-evolutivas del alumnado.

Este apartado es uno de los que más interés genera en el docente, debido a que trata las particularidades principales del grupo al que va dirigida la programación, permitiendo ajustar la labor docente a las condiciones de los alumnos. Por ello, se debe indagar en las características de los alumnos en relación con las necesidades educativas (González y Campos, 2014), y así dar respuesta utilizando unas u otras actividades y metodologías.

Analizando el grupo de alumnos, el curso al que va dirigida la programación es 2ºA de la E.S.O. La clase está formada por un total de 28 alumnos, 16 chicas y 12 chicos, cuya edad media oscila entre los 13 y los 14 años. Por lo tanto, debido a la conflictividad de la edad pues comienza su camino hacia la adolescencia, será necesario conocer en profundidad cómo son este tipo de alumnos y sus principales características psico-evolutivas.

Acudiendo a uno de los principales autores sobre el desarrollo psicoevolutivo y afectivo de los seres humanos, como es el caso de Jean Piaget, nos encontramos una interesante explicación en el trabajo de Pérez (2017, p. 19), en el que resume la situación de los alumnos durante entre los 12 a los 15 años: “Se da inicio a la inserción en la sociedad adulta, desarrollado el pensamiento formal se convierte en el instrumento indispensable del adolescente en la inserción en la sociedad adulta; en este estadio, el adolescente tiene cambios drásticos tanto cognitivos como emocionales; en el segundo punto, es decir, en el caso de los sentimientos ideales, éstos son más marcados junto con el cumulo de emociones, aunado con las reglas impuestas en forma de norma moral; los casi jóvenes quieren ser libres y expresar su libertad, pero la misma sociedad los detiene para serlo, ya que no pueden desapegarse de los esquemas ya estructurados. Es muy común que los estudiantes sean rebeldes en la escuela y, en casa, actúen de otra manera, siguiendo su autonomía cuidando el respeto hacia los adultos”.

Intentando concretar sobre los alumnos de 2º de E.S.O., se encuentra un Plan de Acción Tutorial elaborado por Martos (2010) donde apoyándose en la teoría del psicólogo evolutivo Ariel Bianchi, indica algunas características tipo en este grupo de alumnos, las cuales son:

- Empiezan a desarrollar la objetividad y el relativismo integrador.
- Se crean conductas y vivencias nuevas en las que destacan sentimientos, creencias, y actitudes sociales y personales.
- Evolucionan la moral y la filosofía de vida, así como el respeto mutuo.
- Intelectualmente se desarrolla un pensamiento apto para operar sobre funciones abstractas, lo que no implica el abandono de las operaciones concretas.
- Consolidan hábitos y aptitudes para el estudio.
- Se rinde culto a la amistad y al compañerismo.

Vistas estas exposiciones parece claro que la edad en la que se encuentran los alumnos de 2º de la E.S.O. es la llave hacia la madurez, un camino en el que tendrán que aprender a convivir con el resto, respetando a los demás independientemente de su origen, sexualidad o identidad; comenzarán a visualizar a su grupo de amigos como lo más importante desarrollando vivencias donde los sentimientos o creencias vayan apareciendo y asentándose; se verán tentados por romper las reglas que les son impuestas pues están buscando su “libertad” hacia la etapa adulta, y por ello se comportarán erróneamente en algunas ocasiones.

Por ello, en esta programación se le da a la Educación Física el papel de herramienta no solo para adquirir los conocimientos y competencias que se exigen desde el currículo, sino para ayudar a los alumnos a formar su personalidad y a cubrir todos los vacíos que se vayan encontrando durante esta etapa evolutiva, así como a convivir en torno a unas normas comunes basándose en el respeto hacia sí mismo y los demás. Introducir el término “deportividad” como sinónimo de respeto entre los alumnos a través de la actividad física, tal y como dicen Paap y Prisztoka (1995) citados en Gutiérrez y Pilsa (2006), es responsabilidad de la escuela primaria y secundaria, por lo que se deberá tener muy en cuenta en el desarrollo de la presente programación.

3. OBJETIVOS Y COMPETENCIAS.

Según el Decreto 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria, los Objetivos de la etapa en la Educación Secundaria Obligatoria son los siguientes:

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

- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana 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.

Respecto al desarrollo y adquisición de las competencias, la asignatura de educación física es una de las pocas que permite alcanzar de cierta manera el cumplimiento de todas ellas. Figueras, Capllonch, Blázquez y Monzonís (2016), recogen en su artículo la aportación de diversos autores para desarrollarlas en la asignatura:

- **Competencia lingüística:** La EF contribuye a esta competencia ofreciendo una gran variedad de intercambios comunicativos, que requerirán de habilidades comunicativas verbales y no verbales y de vocabulario específico para transmitir ideas, emociones o sentimientos. Además, representa un espacio privilegiado para la incorporación de lenguas extranjeras.

- **Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología:** La EF contribuye a la adquisición de esta competencia favoreciendo aspectos como la toma de decisiones sobre medidas y distancias en los escenarios de juego, los registros de resultados y el cálculo de porcentajes de éxito individual o grupal en acciones deportivas, los cálculos de frecuencias cardíacas y elaboración de planes de acción a partir de resultados obtenidos.
- **Competencia digital:** La EF contribuye a esta competencia mediante la organización y el afianzamiento del aprendizaje de contenidos relacionados con conceptos, actitudes, valores y normas; pero también para reflexionar sobre la práctica, trabajar de manera colaborativa con otros, simular viajes, planificar excursiones, etc., o dominar y aplicar en distintas situaciones y contextos lenguajes específicos básicos: textual, numérico, icónico, visual, gráfico y sonoro.
- **Competencias sociales y cívicas:** La EF es fuente de desarrollo de aspectos como la integración, la tolerancia, la solidaridad o el respeto y, a la vez, contribuye al desarrollo de la cooperación, la igualdad, el trabajo en equipo, las relaciones fluidas, el cumplimiento de las normas y la resolución pacífica de los conflictos.
- **Aprender a aprender:** La EF contribuye a esta competencia en la planificación de actividades físicas a partir de la experimentación, el trabajo en equipo y el aprendizaje de elementos técnicos, estratégicos y tácticos.
- **Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor:** El área de EF permite al alumnado aprender a gestionar su propia actividad física, autosuperarse ante las dificultades, responsabilizarse de proyectos y del cumplimiento de las normas, así como contribuir a su capacidad para aceptar de los diferentes niveles de condición física y de ejecución motriz del grupo.
- **Conciencia y expresiones culturales:** El área de EF aporta a esta competencia la valoración de las manifestaciones culturales de la motricidad humana y su consideración como patrimonio cultural, así como la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento; además de la posibilidad de apreciar, comprender y valorar los deportes y juegos tradicionales.

4. CONTENIDOS.

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, los contenidos de la materia de Educación Física se organizan en 5 grandes bloques comunes para todo el país:

- 1. Acciones motrices en entornos estables:** Basados en los modelos técnicos de ejecución destacando la capacidad de ajuste del alumno para lograr las conductas motrices cada vez más eficaces. Incluye actividades de desarrollo del esquema corporal, de adquisición de habilidades individuales y de preparación física.
- 2. Acciones motrices en situación de oposición:** Destaca la interpretación de las acciones del rival y la selección de respuesta adecuada en base a esta última (así como su correcta ejecución). A este bloque pertenecen los juegos y deportes de uno contra uno.
- 3. Acciones motrices en situaciones de cooperación, con o sin oposición:** Se incluyen todas las actividades dónde se producen relaciones de cooperación y oposición con otros jugadores para lograr un objetivo común en entornos estables. Precisan de la interpretación de acciones de rivales y compañeros para que la elección de la respuesta ante una situación motriz sea la adecuada. Son actividades ideales para el desarrollo de las relaciones interpersonales. En este bloque se engloban los juegos tradicionales, las actividades circenses, deportes por equipos y deportes colectivos.
- 4. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno:** La característica principal en este tipo de actividades es que el medio influye de una manera directa en la práctica y tiene unas características variables que generan incertidumbre en el practicante. El ejecutor de la acción motriz debe adaptarse a los cambios del entorno, prediciendo posibles variaciones y dando una respuesta adecuada. Las actividades en medio natural o urbano y las actividades de orientación formarían la base de este bloque.
- 5. Acciones motrices en situaciones de índole artística o de expresión:** Son de carácter estético y tienen su fundamentación en la utilización del espacio, el movimiento, las acciones (propias y ajenas), los componentes rítmicos para

transmitir, expresar o comunicar algo. Los bailes y coreografías, así como la expresión corporal estarían incluidos en este grupo.

A partir de estos bloques de contenidos expuestos en el Real Decreto, la Comunidad de Madrid, a través del 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, expone que los contenidos específicos de educación física para esta etapa educativa son:

1. Actividades individuales en medio estable:

1.1. Habilidades gimnásticas y acrobáticas:

1.1.1. Saltos, giros, equilibrios volteos; ajuste de las habilidades a los modelos técnicos básicos.

1.1.2. Descripción de los movimientos y capacidades motrices implicadas.

1.2. Formas de evaluar el nivel técnico en las habilidades específicas de las actividades gimnásticas y acrobáticas

1.3. Aspectos preventivos de las actividades gimnásticas y acrobáticas: calentamiento específico, ayudas, ajuste de las actividades al nivel de habilidad.

1.4. Valoración del esfuerzo personal en los aprendizajes.

2. Actividades de adversario: lucha.

2.1. Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de la lucha. Agarres desequilibrios, caídas, reequilibrios.

2.2. Respeto y aceptación de las normas reglamentarias de las actividades de lucha.

2.3. Autocontrol ante las situaciones de contacto físico.

2.4. La figura del ganador y el significado del adversario en el deporte actual. Modelos de conducta de los ganadores. El respeto y la consideración como valores propios de estas actividades.

3. Actividades de colaboración-oposición: fútbol

3.1 Habilidades específicas del fútbol. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.

3.2. Dinámica interna, aplicación de las habilidades para cumplir los principios estratégicos del fútbol. Capacidades implicadas.

3.3. Estímulos relevantes que en el fútbol condicionan la conducta motriz. Situación de jugadores, balón y portería, espacios de juego.

3.4. La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos.

4. Actividades en medio no estable:

4.1. Trepa y recorridos horizontales de escalada. Capacidades implicadas. Medidas de seguridad y control de riesgos.

4.2. Nudos; realización y procedimientos de verificación de la seguridad,

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

5. Actividades artístico expresivas: acrossport

5.1. Calidades de movimiento y expresividad.

5.2. Significados de los gestos en el lenguaje no verbal.

6. Salud:

6.1 Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas

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

6.3. Los niveles saludables en los factores de la condición física.

6.4. Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas

6.5. Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.

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

4.1. Relación de bloques de contenidos, contenidos específicos, objetivos y competencias clave en base a las UD dónde serán trabajadas.

UD	Bloque	Contenido	Objetivos	Competencias Clave
1	1	Calentamiento general y específico, Condición física	a), b), c), d), f), g), h), k)	CL, CMCT, AA, CSC
2	1, 3	Habilidades gimnásticas	a), b), c), d), h), k)	CL, AA, CSC, CSIEE, CD
3	1, 3	Actividad Física y Salud	a), b), c), d), e), f), h), k)	CL, CD, AA, CSC
4	2	Deportes de combate	a), b), c), d), h), i), j), k)	CL, AA, CSC, CCEC, CD
5	1, 3	Deportes de colaboración/oposición	a), b), c), d), h), k)	CL, CD, AA, CSC
6	3, 4	Cabuyería y medio natural	a), b), c), d), e), g), h), k)	CL, CMCT, CD, AA, CSC
7	3,5	Actividades artístico/expresivas	a), b), c), d), g), h), j), k), l),	CL, CD, AA, CSC, CSIEE, CCEC
8	3,5	Actividades artístico/expresivas	a), b), c), d), e), g), h), j), k), l)	CL, CD, AA, CSC, CSIEE, CCEC
9	1, 2, 3	Actividades polideportivas	a), b), c), d), e), g), h), k)	CL, CMCT, CD, AA, CSC, CSIEE

Tabla 2. Relación de bloques de contenidos, contenidos específicos, objetivos y competencias. Elaboración propia.

5. UNIDADES DIDÁCTICAS.

5.1. Temporalización.

A modo de resumen y con la intención de que la temporalización del curso quede plasmada en una tabla, a continuación se muestra en la Tabla 3 el trabajo distribuido en trimestres, la duración de cada unidad didáctica y los contenidos que se tratan. Además, tras la Tabla 3, se encuentran las Unidades Didácticas que se llevarán a cabo durante todo el año, tratando aquellos aspectos más importantes que deben formar parte de ellas.

Trimestre	Unidad Didáctica	Sesiones	Bloques de Contenidos (Real Decreto)	Bloque de Contenidos (Decreto Comunidad de Madrid)
Primer trimestre	Ponte en forma	8	1	6, 7
	¡Salta, gira, rueda!	9	1, 3	1
	Cuida tu cuerpo	11	1, 3	6
Segundo trimestre	¡Hajime!	7	2	2
	Dream Team	8	1, 3	3
	¡Scouts!	10	3, 4	4
Tercer trimestre	¡Haz el mimo!	3	3,5	5
	Construcciones humanas.	8	3,5	5
	¡Campeonatos Mundiales!	7	1, 2, 3	1, 2, 3, 4, 5, 6

Tabla 3. Temporalización de las Unidades Didácticas. Elaboración Propia.

Unidad Didáctica 1: *Ponte en forma.*

Unidad didáctica nº1	2ºA E.S.O.
Nº SESIONES: 8	
DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS	
CMCT <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar diferentes sistemas de medición dependiendo de lo que se vaya a medir. • Calcular la Frecuencia Cardíaca mediante diferentes fórmulas. 	
CL <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar el vocabulario adecuado para aquello que se quiere medir. 	
AA <ul style="list-style-type: none"> • Saber relacionar la Frecuencia Cardíaca con los niveles de intensidad explicados. • Proponer calentamientos previos a la práctica deportiva. 	
CSC <ul style="list-style-type: none"> • Mostrar actitudes de compañerismo durante la práctica deportiva. • Respetar a los compañeros independientemente de su sexo u origen. 	
OBJETIVOS	
Objetivos de la etapa a) b) c) e) f) g) h) k)	Objetivos didácticos <ul style="list-style-type: none"> • Conocer las capacidades físicas básicas y sus características fundamentales. • Valorar y entender la importancia del calentamiento previo a la práctica deportiva. • Saber calcular las pulsaciones por minuto y sus aplicaciones básicas para valorar la intensidad del esfuerzo. • Facilitar el desarrollo del potencial físico y psicológico del alumnado. • Introducir el valor del esfuerzo y superación personal propias del deporte. • Fomentar y propiciar actitudes de respeto hacia el profesor y los compañeros.
CONTENIDOS	
<i>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.</i>	
1.4.) 6.1) 6.4) 6.5) 7.)	
METODOLOGÍA	
<i>Delgado Noguera (1992) citado en Rando (2010): Asignación de tareas.</i>	

CRITERIOS Y ESTÁNDARES		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
Criterios 1) 4) 5) 6)	Estándares 1.1. 1.2. 1.4. 4.1. 4.4. 4.5. 5.1. 5.2. 5.4. 6.1.	
INDICADORES DE LOGRO		
<ul style="list-style-type: none"> • Conoce la importancia del calentamiento previo a la práctica deportiva y lo aplica durante las sesiones. • Realiza las pruebas físicas planteadas, con esfuerzo y compromiso, buscando una mejora de los resultados obtenidos. • Sabe calcular las pulsaciones por minuto después de medir el pulso. • Valora las pulsaciones por minuto para conocer su estado de activación. 		
RECURSOS		
Humanos 28 alumnos 1 profesor	Materiales Conos, cronómetro	Espaciales Gimnasio, pista exterior.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>Aquellos alumnos que no realicen la sesión debido a alguna lesión o por no traer la ropa adecuada, deberá anotar las tareas realizadas en clase acompañadas con una reflexión personal de su diario de la asignatura. También podrá cumplimentar hojas de observación y colaborar con los compañeros en los aspectos que indique el docente, o ayudar al profesor en las tareas que le asigne.</p>		
TRATAMIENTO TRANSVERSAL DE LA EDUCACIÓN EN VALORES		
<ul style="list-style-type: none"> - Respeto por los resultados obtenidos por otros compañeros. - Aceptación de las capacidades propias y de los resultados obtenidos. - Conocimiento del propio cuerpo y respeto por el mismo. 		
EVALUACIÓN		
Instrumentos de evaluación:	Tipos de evaluación:	
<ul style="list-style-type: none"> - Diario reflexivo. - Rúbrica. 	<ul style="list-style-type: none"> - Heteroevaluación por parte del profesor. - Autoevaluación. 	

Tabla 4. Unidad didáctica 1. Elaboración propia.

Unidad Didáctica 2: ¡Salta, gira, rueda!

Unidad didáctica nº2		2ºA E.S.O.
Nº SESIONES: 9		
DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
<p>CL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar el vocabulario y terminología correspondiente a la modalidad deportiva. • Expresar las medidas de seguridad utilizadas de forma clara y concisa. <p>AA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer y aplicar los protocolos de seguridad para las habilidades gimnásticas. • Saber utilizar el material utilizado en habilidades gimnásticas. <p>CSC</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respetar las normas para el desarrollo seguro de las sesiones. • Respetar a los compañeros independientemente de su calidad de ejecución. <p>CSIEE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Propiciar al alumnado la autonomía para una mejor progresión en los ejercicios. • Diferenciar y advertir las conductas y acciones que puedan generar peligro para sí mismo o para los demás. 		
OBJETIVOS		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
<p>Objetivos de la etapa a) b) c) d) g) k)</p>	<p>Objetivos didácticos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar las aptitudes físicas del alumno para el manejo de su cuerpo en un contexto de actividades gimnásticas. • Conocer las medidas de seguridad necesarias para la práctica deportiva. • Saber realizar las ayudas básicas para la ejecución de las técnicas realizadas. • Facilitar el desarrollo del potencial físico y psicológico del alumnado. • Introducir el valor del esfuerzo y superación personal propias del deporte. • Fomentar y propiciar actitudes de respeto hacia el profesor y los compañeros. 	
CONTENIDOS		
<i>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.</i>		
1.4) 2.1) 2.2) 2.3) 2.4) 6.1) 7.)		

METODOLOGÍA		
<i>Delgado Noguera (1992) citado en Rando (2010): Asignación de tareas; Enseñanza recíproca, Grupos de nivel.</i>		
CRITERIOS Y ESTÁNDARES		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
Criterios 1.) 9.)	Estándares 1.1. 1.2. 1.3. 1.4. 9.1. 9.3.	
INDICADORES DE LOGRO		
<ul style="list-style-type: none"> • Resuelve situaciones motrices perfeccionando y adaptando las habilidades propias de la actividad y a su lógica interna. • Conoce y corrige a sus compañeros acciones que puedan generar lesiones. • Evalúa sus posibilidades y actúa adecuándose a su nivel de ejecución. • Ayuda a sus compañeros a realizar las técnicas sin ningún tipo de discriminación. • Respeto las normas que se establecen en cada una de las sesiones para la ejecución de técnicas. 		
RECURSOS		
Humanos 28 Alumnos 1 profesor	Materiales Colchonetas, potro, bancos, espalderas, mini trump	Espaciales Gimnasio
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>Aquellos alumnos que no realicen la sesión debido a alguna lesión o por no traer la ropa adecuada, deberá anotar las tareas realizadas en clase acompañadas con una reflexión personal de su diario de la asignatura. También podrá cumplimentar hojas de observación y colaborar con los compañeros en los aspectos que indique el docente, o ayudar al profesor en las tareas que le asigne.</p>		
TRATAMIENTO TRANSVERSAL DE LA EDUCACIÓN EN VALORES		
<ul style="list-style-type: none"> - Respeto por el material utilizado. - Respeto ante el nivel asignado y destreza de cada alumno. - Ayudas a otros compañeros para una mejor ejecución. 		
EVALUACIÓN		
Instrumentos de evaluación:	Tipos de evaluación:	
<ul style="list-style-type: none"> - Diario reflexivo. - Rúbrica. - Fichas de observación. 	<ul style="list-style-type: none"> - Heteroevaluación por parte del profesor. - Coevaluación. - Autoevaluación. 	

Tabla 5. Unidad didáctica 2. Elaboración propia.

Unidad Didáctica 3: *Cuida tu cuerpo.*

Unidad didáctica nº3		2ºA E.S.O.
Nº SESIONES: 11		
DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
<p>CL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exponer sus conocimientos de una forma clara y concreta. • Fomentar la escritura mediante trabajos escritos relacionados con la higiene postural. <p>CD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Emplear las TIC como fuente de información para la búsqueda de contenido relacionado con la Actividad Física y el Deporte. • Utilizar las TIC como medio de exposición para los trabajos escritos. <p>AA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proponer la actividad física como herramienta saludable. • Conocer la correcta higiene postural y saber corregirla. <p>CSC</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer el valor de la actividad física como medio saludable y socializador. 		
OBJETIVOS		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
<p>Objetivos de la etapa a) b) c) e) f) g) h) k)</p>	<p>Objetivos didácticos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer los beneficios en la salud de la realización de actividad física. • Aprender los conceptos básicos de higiene postural en la práctica deportiva y situaciones del día a día. • Desarrollar las aptitudes físicas del alumno para el manejo de su cuerpo en función de la actividad física escogida. • Facilitar el desarrollo del potencial físico y psicológico del alumnado. • Introducir el valor del esfuerzo y superación personal propias del deporte. • Fomentar y propiciar actitudes de respeto hacia el profesor y los compañeros. 	
CONTENIDOS		
<i>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.</i>		
6.1) 6.2) 6.3) 6.4) 6.5) 7.)		

METODOLOGÍA		
<i>Delgado Noguera (1992) citado en Rando (2010): Mando directo, Mando directo modificado, Grupos reducidos.</i>		
CRITERIOS Y ESTÁNDARES		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
Criterios 1.) 4.) 5.) 8.) 10.)	Estándares 1.3. 1.4. 4.3. 4.6. 5.1. 5.2. 5.3. 5.4. 8.3. 10.1. 10.2.	
INDICADORES DE LOGRO		
<ul style="list-style-type: none"> • Realiza la actividad física, adaptada a sus posibilidades, que ejecuta el profesor. • Valora la actividad física y deportiva como un medio beneficioso para la salud. • Conoce y corrige aquellos aspectos negativos relacionados con la higiene postural. • Expone con claridad y seguridad sobre la temática elegida. 		
RECURSOS		
Humanos 28 Alumnos 1 profesor	Materiales Steps, picas, fitball, aros, conos	Espaciales Gimnasio
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>Aquellos alumnos que no realicen la sesión debido a alguna lesión o por no traer la ropa adecuada, deberá anotar las tareas realizadas en clase acompañadas con una reflexión personal de su diario de la asignatura. También podrá cumplimentar hojas de observación y colaborar con los compañeros en los aspectos que indique el docente, o ayudar al profesor en las tareas que le asigne.</p>		
TRATAMIENTO TRANSVERSAL DE LA EDUCACIÓN EN VALORES		
<ul style="list-style-type: none"> - Actitudes de respeto ante la ejecución de los compañeros. - Colabora con sus compañeros en la elaboración de tareas. 		
EVALUACIÓN		
Instrumentos de evaluación: <ul style="list-style-type: none"> - Trabajo escrito. - Lista de control. - Diario reflexivo. 	Tipos de evaluación: <ul style="list-style-type: none"> - Heteroevaluación por parte del profesor. - Autoevaluación. 	

Tabla 6. Unidad didáctica 3. Elaboración propia.

Unidad Didáctica 4: ¡Hajime!

Unidad didáctica nº 4		2ºA E.S.O.
Nº SESIONES: 7		
DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
<p>CL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar el vocabulario y terminología adecuada a la modalidad. <p>AA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resolver problemas de decisión en habilidades y situaciones de combate. • Utilizar los agarres adecuados en función de las necesidades. <p>CSC</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respetar las normas y protocolos propios de la modalidad. • Reconocer el valor del deporte como medio saludable y socializador. <p>CCEC</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valorar los aspectos sociales y culturales propios del Judo. • Propiciar un clima de respeto con los compañeros y profesores, respetando la diversidad. 		
OBJETIVOS		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
<p>Objetivos de la etapa a) b) c) d) l) j) k)</p>	<p>Objetivos didácticos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar las aptitudes físicas del alumno para el manejo de su cuerpo en un contexto de deportes de lucha. • Conocer las costumbres y protocolos propios de la cultura del Judo, así como los términos fundamentales en japonés. • Saber realizar las técnicas básicas del judo. • Introducir el valor del esfuerzo y superación personal propias del deporte. • Fomentar y propiciar actitudes de respeto hacia el profesor y los compañeros. 	
CONTENIDOS		
<i>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.</i>		
1.4) 2.1) 2.2.) 2.3.) 2.4) 7.)		
METODOLOGÍA		
<i>Delgado Noguera (1992) citado en Rando (2010): Mando directo; Asignación de tareas; Enseñanza recíproca.</i>		
CRITERIOS Y ESTÁNDARES		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		

Criterios 1.) 3.)	Estándares 1.1. 1.2. 1.3. 1.4. 3.1. 3.2. 3.3. 3.4.	
INDICADORES DE LOGRO		
<ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta, bajo las medidas de seguridad, las técnicas indicadas. • Realiza las tareas de “combate” indicadas, respetando al contrincante sin el empleo de la violencia. • Evalúa y corrige con criterio las ejecuciones de sus compañeros. • Evita técnicas peligrosas para la integridad física del resto de los compañeros durante el tiempo de “combate”. • Muestra respeto hacia el profesor y el resto de los compañeros. • Participa activamente de las sesiones de Educación Física. 		
RECURSOS		
Humanos 28 alumnos 1 profesor titular 1 profesor de apoyo	Materiales Colchonetas, cuerdas, judogi,	Espaciales Gimnasio
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>Aquellos alumnos que no realicen la sesión debido a alguna lesión o por no traer la ropa adecuada, deberá anotar las tareas realizadas en clase acompañadas con una reflexión personal de su diario de la asignatura. También podrá cumplimentar hojas de observación y colaborar con los compañeros en los aspectos que indique el docente, o ayudar al profesor en las tareas que le asigne.</p>		
TRATAMIENTO TRANSVERSAL DE LA EDUCACIÓN EN VALORES		
<ul style="list-style-type: none"> - Respeto a las costumbres y procedimientos propios del Judo. <ul style="list-style-type: none"> - Afrontamiento de situaciones de victoria y derrota. - Conocimiento del judo como arte marcial y no como herramienta violenta. 		
EVALUACIÓN		
Instrumentos de evaluación: <ul style="list-style-type: none"> - Diario reflexivo. - Rúbrica - Hojas de observación 	Tipos de evaluación: <ul style="list-style-type: none"> - Heteroevaluación por parte del profesor. - Coevaluación. - Autoevaluación. 	

Tabla 7. Unidad didáctica 4. Elaboración propia.

Unidad Didáctica 5: *Dream Team*.

Unidad didáctica nº 5		2ºA E.S.O.
Nº SESIONES: 8		
DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
<p>CL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar el vocabulario adecuado a la modalidad. • Expresarse de manera educada, evitando caer en las faltas de respeto propias del fútbol competitivo. <p>AA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adaptar la aplicación de habilidades motrices en función de los estímulos. • Aplicar las tácticas aprendidas de manera adecuada para un mejor rendimiento. <p>CSC</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respetar las normas y las diferencias entre compañeros. • Propiciar una actitud de colaboración y toma de decisiones en equipo. 		
OBJETIVOS		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
Objetivos de la etapa a) b) c) d) k)	Objetivos didácticos	
	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar las aptitudes físicas y psicológicas del alumno para el manejo de su cuerpo en un contexto de actividades deportivas de colaboración/oposición. • Conocer los fundamentos técnico/tácticos básicos del fútbol. • Potenciar la capacidad de trabajo en equipo del alumnado, propiciándoles autonomía para tomar decisiones en grupo. • Introducir el valor del esfuerzo y superación personal propias del deporte. • Fomentar y propiciar actitudes de respeto hacia el profesor y los compañeros, y a la figura del árbitro cuando la haya. 	
CONTENIDOS		
<i>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.</i>		
1.4) 3.1) 3.2) 3.3) 3.4) 6.5) 7.)		
METODOLOGÍA		
<i>Delgado Noguera (1992) citado en Rando (2010): Asignación de tareas; Descubrimiento guiado</i>		
CRITERIOS Y ESTÁNDARES		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		

Criterios 1.) 3.) 7.)	Estándares 1.1. 1.4. 3.1. 3.2. 3.3. 3.4. 7.2. 7.3.	
INDICADORES DE LOGRO		
<ul style="list-style-type: none"> • Realiza las actividades planteadas independientemente de su calidad de ejecución. • Respeto a los compañeros y sus acciones independientemente de su nivel de ejecución. • Busca soluciones grupales para una eficaz resolución en actividades de colaboración-oposición, asumiendo el riesgo de sus acciones. • Participa activamente durante la sesión intentando mejorar con respecto al comienzo de la unidad didáctica. 		
RECURSOS		
Humanos 28 alumnos 1 profesor	Materiales Balones de fútbol, petos, conos, mini porterías	Espaciales Pistas de fútbol sala
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>Aquellos alumnos que no realicen la sesión debido a alguna lesión o por no traer la ropa adecuada, deberá anotar las tareas realizadas en clase acompañadas con una reflexión personal de su diario de la asignatura. También podrá cumplimentar hojas de observación y colaborar con los compañeros en los aspectos que indique el docente, o ayudar al profesor en las tareas que le asigne.</p>		
TRATAMIENTO TRANSVERSAL DE LA EDUCACIÓN EN VALORES		
<ul style="list-style-type: none"> - La formación de equipos mixtos y heterogéneos. - Utilización de un vocabulario adecuado, alejándose de lo que se percibe en ocasiones en campos de fútbol. - Aceptación de la derrota como posibilidad del deporte. - Rol de la mujer en el fútbol profesional. 		
EVALUACIÓN		
Instrumentos de evaluación: <ul style="list-style-type: none"> - Diario reflexivo - Lista de control - Ficha de autoevaluación. 	Tipos de evaluación: <ul style="list-style-type: none"> - Heteroevaluación por parte del profesor. - Autoevaluación. 	

Tabla 8. Unidad Didáctica 5. Elaboración propia.

Unidad Didáctica 6: ¡Scouts!

Unidad didáctica nº6		2ºA E.S.O.
Nº SESIONES: 10		
DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
<p>CL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar vocabulario adecuado a la modalidad. • Expresar los conocimientos de manera clara. <p>CMCT</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entender las bases necesarias para el cuidado del medio natural a través de actividades en la naturaleza. <p>CD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar un uso adecuado y responsable de las TIC en el aula. • Utilizar las TIC como medio de exposición de trabajos. <p>AA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer las consecuencias en el medio natural por la realización de actividad física. • Proponer la actividad física en el medio natural como medio de aplicación en el tiempo libre del alumnado. <p>CSC</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respetar el medio natural durante la práctica de actividad física. • Propiciar una actitud de colaboración y toma de decisiones en equipo. 		
OBJETIVOS		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
Objetivos de la etapa a) b) c) h) k)	Objetivos didácticos	
	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer los nudos fundamentales y sus aplicaciones. • Valorar el medio natural como lugar dónde realizar deporte y actividades de ocio. • Concienciarse sobre el impacto de la actividad física y deportiva en el medio ambiente, respetándolo y conservándolo. • Saber explicar, de manera clara y concisa, mediante el uso del vídeo, los diferentes nudos y sus aplicaciones. • Iniciarse en los conceptos básicos de escalada. 	
CONTENIDOS		
<i>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.</i>		
1.4) 4.1) 4.2) 4.3) 7.)		
METODOLOGÍA		

<i>Delgado Noguera (1992) citado en Rando (2010): Mando directo, asignación de tareas.</i>		
CRITERIOS Y ESTÁNDARES		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
Criterios 1.) 8.) 9.) 10.)	Estándares 1.1. 1.3. 1.4. 8.1. 8.2. 8.3. 9.1. 9.2. 9.3. 10.1. 10.2.	
INDICADORES DE LOGRO		
<ul style="list-style-type: none"> • Conoce y explica cómo se realizan los principales nudos explicados a través de un vídeo. • Aplica los nudos aprendidos en la creación de puentes y estructuras para su uso en el medio natural. • Respeta el medio natural, protegiéndolo antes de la realización de la práctica física y recogiendo los deshechos producidos durante la sesión. • Participa activamente de la sesión, respetando a todos sus compañeros y al profesor. • Conoce los principales agarres utilizados en escalada y los aplica en el rocódromo. 		
RECURSOS		
Humanos 28 alumnos 1 profesor 1 profesor de apoyo	Materiales Cuerdas, teléfono móvil, material de escalada (proporcionado por el profesor de apoyo)	Espaciales Gimnasio y Parque Paraíso
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>Aquellos alumnos que no realicen la sesión debido a alguna lesión o por no traer la ropa adecuada, deberá anotar las tareas realizadas en clase acompañadas con una reflexión personal de su diario de la asignatura. También podrá cumplimentar hojas de observación y colaborar con los compañeros en los aspectos que indique el docente, o ayudar al profesor en las tareas que le asigne.</p>		
TRATAMIENTO TRANSVERSAL DE LA EDUCACIÓN EN VALORES		
<ul style="list-style-type: none"> - Conocimiento de impacto humano en el medio natural. - Respeto por el medio natural. - Las actividades en el medio natural como medida de ocupación del tiempo libre. 		
EVALUACIÓN		
Instrumentos de evaluación:	Tipos de evaluación:	
<ul style="list-style-type: none"> - Diario reflexivo. - Video explicativo. - Lista de control. 	<ul style="list-style-type: none"> - Autoevaluación. - Heteroevaluación por parte del profesor. 	

Tabla 9. Unidad didáctica 6. Elaboración propia.

Unidad Didáctica 7: ¡Haz el mimo!

Unidad didáctica nº7		2ºA E.S.O.
Nº SESIONES: 3		
DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
<p>CD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar un uso adecuado y responsable de las TIC en el aula. • Utilizar las TIC como medio de exposición de trabajos. <p>AA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resolver problemas de comunicación mediante el lenguaje no verbal. <p>CSC</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respetar las diferencias entre compañeros. • Respetar las exposiciones de otros alumnos mientras se asume el rol de “público”. • Propiciar una actitud de colaboración y toma de decisiones en equipo. <p>CSIEE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Propiciar al alumnado a obtener autonomía, creatividad y sentimiento de libertad para organizar tareas o ejercicios de actividad física. • Diseñar y realizar coreografías aportando desde lo individual hacia lo colectivo. <p>CCEC</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valorar los aspectos sociales y culturales incluidos en la actividad física. • Propiciar un clima de respeto con los compañeros y profesores, respetando la diversidad. • Utilizar la actividad física como forma de expresión. 		
OBJETIVOS		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
Objetivos de la etapa a) b) c) d) g) j) k) l)	Objetivos didácticos <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar el cuerpo como medio de expresión y comunicación. • Fomentar el trabajo en grupo con objetivos comunes. • Crear un ambiente de respeto entre los alumnos, tanto en el papel de actor como en el de público. 	
CONTENIDOS		
<i>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.</i>		
1.4) 5.1) 5.2) 6.4) 7.)		
METODOLOGÍA		
<i>Delgado Noguera (1992) citado en Rando (2010): Resolución de problemas.</i>		

CRITERIOS Y ESTÁNDARES		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
Criterios 2.) 7.)	Estándares 2.1. 2.2. 2.4 7.1. 7.2. 7.3.	
INDICADORES DE LOGRO		
<ul style="list-style-type: none"> • Utiliza su cuerpo como medio de expresión no verbal. • Colabora con sus compañeros en la creación de una representación mímica, basándose en una temática escogida. • Respeta a sus compañeros durante su rol de público. 		
RECURSOS		
Humanos 28 alumnos 1 profesor	Materiales Equipo de música (opcional), teléfono móvil	Espaciales Gimnasio
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>Aquellos alumnos que no realicen la sesión debido a alguna lesión o por no traer la ropa adecuada, deberá anotar las tareas realizadas en clase acompañadas con una reflexión personal de su diario de la asignatura. También podrá cumplimentar hojas de observación y colaborar con los compañeros en los aspectos que indique el docente, o ayudar al profesor en las tareas que le asigne.</p>		
TRATAMIENTO TRANSVERSAL DE LA EDUCACIÓN EN VALORES		
<ul style="list-style-type: none"> - Respeto por las actuaciones de los compañeros. - La expresión corporal como medida de inclusión y expresión cultural. - Conocimiento de las TIC 		
EVALUACIÓN		
Instrumentos de evaluación:	Tipos de evaluación:	
<ul style="list-style-type: none"> - Video Tik-Tok. - Diario reflexivo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Autoevaluación. - Heteroevaluación por parte del profesor. 	

Tabla 10. Unidad didáctica 7. Elaboración propia.

Unidad Didáctica 8: *Construcciones humanas.*

Unidad didáctica nº 8		2ºA E.S.O.
Nº SESIONES: 8		
DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
<p>CD</p> <ul style="list-style-type: none"> Realizar un uso adecuado y responsable de las TIC en el aula. Utilizar las TIC como medio de exposición de trabajos. <p>AA</p> <ul style="list-style-type: none"> Resolver problemas de comunicación mediante el lenguaje no verbal. <p>CSC</p> <ul style="list-style-type: none"> Respetar las diferencias entre compañeros. Respetar las exposiciones de otros alumnos mientras se asume el rol de “público”. Propiciar una actitud de colaboración y toma de decisiones en equipo. <p>CSIEE</p> <ul style="list-style-type: none"> Propiciar al alumnado a obtener autonomía, creatividad y sentimiento de libertad para organizar tareas o ejercicios de actividad física. Diseñar y realizar coreografías aportando desde lo individual hacia lo colectivo. <p>CCEC</p> <ul style="list-style-type: none"> Valorar los aspectos sociales y culturales incluidos en la actividad física. Propiciar un clima de respeto con los compañeros y profesores, respetando la diversidad. Utilizar la actividad física como forma de expresión. 		
OBJETIVOS		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
Objetivos de la etapa a) b) c) d) g) j) k) l)	Objetivos didácticos <ul style="list-style-type: none"> Utilizar el cuerpo como medio de expresión y comunicación. Fomentar el trabajo en grupo con objetivos comunes. Crear un ambiente de respeto entre los alumnos, tanto en el papel de actor como en el de público. Potenciar la creatividad del alumnado mediante la creación de un montaje final, a través de la cooperación y autonomía de los grupos. Desarrollar las aptitudes físicas y psicológicas del alumno para el manejo de su cuerpo en un contexto de actividades gimnásticas y de acrosport. Cuidar la higiene postural durante la práctica de la actividad. 	
CONTENIDOS		
<i>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.</i>		
1.4) 5.1) 5.2) 6.4) 7.)		
METODOLOGÍA		

<i>Delgado Noguera (1992) citado en Rando (2010): Asignación de Tareas; Resolución de Problemas, Grupos Reducidos.</i>		
CRITERIOS Y ESTÁNDARES		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
Criterios 1.) 2.) 7.) 9.) 10.)	Estándares 1.1. 1.2. 1.3. 1.4. 2.1. 2.2. 2.3. 7.1. 7.2 7.3. 9.1. 9.3. 10.1. 10.2.	
INDICADORES DE LOGRO		
<ul style="list-style-type: none"> • Colabora de manera activa en la creación y representación de composiciones con componentes pertenecientes a las habilidades gimnásticas y el acrosport. • Utiliza un fondo musical acoplado rítmicamente a la composición, utilizando transiciones entre figura y figura. • Corrige a sus compañeros y a sí mismo de aquellas acciones que puedan generar lesiones. • Respeta las normas establecidas facilitando la participación de todos los alumnos que forman parte del grupo. • Participa activamente de las sesiones, tanto en su faceta motriz, como cumplimentando las fichas entregadas. • Utiliza el cuerpo como herramienta de expresión a través del acrosport. 		
RECURSOS		
Humanos 28 alumnos 1 profesor	Materiales Colchonetas, equipo de música.	Espaciales Gimnasio
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
<p>Aquellos alumnos que no realicen la sesión debido a alguna lesión o por no traer la ropa adecuada, deberá anotar las tareas realizadas en clase acompañadas con una reflexión personal de su diario de la asignatura. También podrá cumplimentar hojas de observación y colaborar con los compañeros en los aspectos que indique el docente, o ayudar al profesor en las tareas que le asigne.</p>		
TRATAMIENTO TRANSVERSAL DE LA EDUCACIÓN EN VALORES		
<ul style="list-style-type: none"> - Respeto por las actuaciones de los compañeros. - La expresión corporal como medida de inclusión y expresión cultural. <ul style="list-style-type: none"> - Conocimiento de las TIC - Colaboración con todos los compañeros aceptando los roles establecidos. 		
EVALUACIÓN		
Instrumentos de evaluación:	Tipos de evaluación:	
<ul style="list-style-type: none"> - Vídeo de la composición. - Fichas de observación. - Rúbrica. - Diario reflexivo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Coevaluación - Autoevaluación - Heteroevaluación por parte del alumnado. 	

Tabla 11. Unidad didáctica 8. Elaboración propia.

Unidad Didáctica 9: *Campeonatos Mundiales.*

Unidad didáctica nº9		2ºA E.S.O.
Nº SESIONES: 7		
DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
<p>CL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar el vocabulario adecuado. • Fomentar la escritura mediante trabajos relacionados con la asignatura. • Expresar las ideas y conocimientos de forma clara y concisa. <p>CMCT</p> <ul style="list-style-type: none"> • Crear cuadros de torneo y sistemas de puntuación para cada modalidad. <p>CD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar las TIC como portal de exposición de clasificaciones. • Realizar un uso adecuado y responsable de las TIC aplicadas a la Educación Física. <p>AA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saber planificar torneos deportivos. • Resolver problemas de decisión para el desarrollo de torneos deportivos. <p>CSC</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respetar las normas y las diferencias entre compañeros. • Reconocer el valor del deporte como medio saludable y socializador. • Propiciar una actitud de colaboración y toma de decisiones en equipo. <p>CSIEE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Propiciar al alumnado a obtener autonomía, creatividad y sentimiento de libertad para organizar tareas o ejercicios de actividad física. 		
OBJETIVOS		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
Objetivos de la etapa a) b) c) d) g) k)	Objetivos didácticos	
	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar autonomía a los alumnos para la creación y organización de torneos. • Realizar a través de la competición un repaso general de los contenidos vistos durante el curso. • Generar un ambiente de trabajo grupal para la elaboración y realización de jornadas deportivas. • Utilizar el deporte y la competición como una herramienta de ocio y salud. • Inculcar valores de respeto e inclusión entre los alumnos a través de la Educación Física. 	
CONTENIDOS		
<i>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.</i>		
1.2) 1.3) 2.4) 3.4) 6.2) 6.5)		
METODOLOGÍA		

<i>Delgado Noguera (1992) citado en Rando (2010): Grupos Reducidos; Asignación de Tareas.</i>		
CRITERIOS Y ESTÁNDARES		
<i>Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.</i>		
Criterios 7.) 8.)	Estándares 7.1. 7.2. 7.3. 8.1. 8.2. 8.3.	
INDICADORES DE LOGRO		
<ul style="list-style-type: none"> • Organiza una actividad deportiva de manera estructurada, permitiendo la participación de todos los compañeros. • Respeto y participa en las actividades propuestas por los compañeros de manera activa y colaborativa. • Reconoce la actividad física y el deporte como actividad de ocio y tiempo libre, relacionándolo con sus beneficios para la salud. 		
RECURSOS		
Humanos 28 alumnos 1 profesor	Materiales Balones de fútbol, colchonetas, picas, conos, petos.	Espaciales Patio exterior, pistas de fútbol, gimnasio.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
Aquellos alumnos que no realicen la sesión debido a alguna lesión o por no traer la ropa adecuada, deberá anotar las tareas realizadas en clase acompañadas con una reflexión personal de su diario de la asignatura. También podrá cumplimentar hojas de observación y colaborar con los compañeros en los aspectos que indique el docente, o ayudar al profesor en las tareas que le asigne.		
TRATAMIENTO TRANSVERSAL DE LA EDUCACIÓN EN VALORES		
EVALUACIÓN		
Instrumentos de evaluación: - Lista de control. - Memoria de trabajo.	Tipos de evaluación: - Entrevista con el profesor.	

Tabla 12. Unidad didáctica 9. Elaboración propia.

6. METODOLOGÍA.

La metodología empleada durante la acción docente es la que va a marcar el camino de la asignatura, pues es dónde se ve reflejado el modelo de trabajo que se va a desarrollar en el aula. Debido al gran abanico que se abre en este apartado, pues el método de trabajo varía a medida que cambia la sociedad y sus necesidades, se expondrán a continuación algunas de las líneas de actuación posibles para las clases de educación física, pudiendo escoger entre estas durante el desarrollo del curso.

El artículo de Rando (2010) expone claramente la clasificación de Delgado Noguera (1992) sobre los diferentes estilos de enseñanza, de los cuales se rescatan los siguientes para su utilización durante el curso:

Estilos tradicionales: son aquellos en los que el control del profesor es máximo sobre las decisiones que afectan al proceso de enseñanza aprendizaje

- **Mando directo:** El maestro determina la actividad a realizar, con unas normas que fijan la calidad/exactitud del ejercicio (modelo), manteniendo una organización fija y teniendo el profesor una posición externa.
- **Modificación mando directo:** Ejecución de la tarea al ritmo más apropiado a sus características, ubicación menos rígida y comunicación más directa con el docente.
- **Asignación de tareas:** Después de la explicación y/o demostración de la tarea se produce una dispersión de los alumnos que comienzan a trabajar a su propio ritmo. El alumno se hace más responsable de su actuación y puede adaptar la tarea a sus posibilidades. El profesor se ve liberado de dirigir la acción y puede utilizar más tiempo en retroalimentaciones.

Estilos individualizadores: Son aquellos que se caracterizan por atender fundamentalmente las diferencias respecto a capacidades, ritmos de aprendizaje, intereses, etc...

- **Trabajo por grupos de nivel:** Se parte de un diagnóstico previo. Establezco cuantos niveles desee, formando un grupo para cada nivel. Se tratará el mismo contenido, pero en diferentes escalones, siendo la información inicial diferente en cada grupo.

Estilos participativos: Son aquellos cuyo objetivo fundamental es que el alumno se involucre en el proceso de aprendizaje, buscando que observen a sus compañeros, les proporcionen feedback, los tutelen de alguna manera.

- Enseñanza recíproca: Alumnos por parejas, uno será el ejecutante y el otro el observador (luego cambiar). El observador tendrá una hoja de observación para anotar si están presentes o no en las ejecuciones los puntos clave que destacará el profesor. El conocimiento de resultados se lo dará el observador al ejecutante, mientras el profesor sólo se comunicará con el observador.
- Grupos reducidos: Igual que el anterior, pero los grupos los forman mayor número de alumnos, de cuatro a seis, que asumirán diferentes roles: ejecutante, ayudante, observador.

Estilos socializadores: Es importante señalar que no existen estilos de enseñanza socializadores sino técnicas de socialización, cuya principal aplicación se centra en objetivos sociales y en los contenidos conceptuales y actitudinales. Algunas técnicas son: juego de roles, torbellino de ideas, Philips 66,...

Estilos cognoscitivos: Son aquellos que intentan estimular un aprendizaje activo y significativo a través de la indagación y la experimentación motriz, lo que traslada la toma de decisiones al alumno.

- Descubrimiento guiado: Se fundamenta en una búsqueda de carácter cognitivo, siendo la mayoría de soluciones aportadas de forma verbal. Se plantean preguntas cuya única respuesta válida (planteamiento convergente) constituyen los pasos de la progresión y éstos serán puestos en práctica de una manera motriz por los alumnos.
- Resolución de problemas: La búsqueda será motriz. El profesor hace una pregunta general, la cual tiene varias soluciones validas (planteamiento divergente). Será conveniente una puesta en común con todas las soluciones aportadas y pasar a su ejecución en situaciones de juego.

Estilos creativos: En esta categoría se recogen los estilos que dejan libertad para la creación motriz. El profesor propondrá temas generales que orientarán globalmente el trabajo y el alumnado plantea los problemas a resolver.

Por otro lado, y acercando la propuesta metodológica hacia la actualidad, es importante el empleo de técnicas como el aprendizaje cooperativo en la asignatura de Educación Física. En el estudio realizado por Velázquez (2015) se recoge una amplia bibliografía que exponen los beneficios de este método de trabajo en alumnos de educación física. Se afirma que el juego motor cooperativo en contextos educativos puede ser un gran recurso de inclusión, que además promueve conductas prosociales entre el alumnado a la vez que reduce los comportamientos problemáticos en el aula. Además, se mejora el autoconcepto del alumnado, fomenta la creatividad y aumenta la motivación hacia la práctica motriz.

Por último, es necesario comentar que la organización de las clases y disposiciones de los alumnos son aspectos fundamentales en la actividad docente. Por ello, se favorecerá tanto el trabajo individual buscando un mayor grado de autonomía e iniciativa por parte de los alumnos como el trabajo grupal, con el fin de potenciar la cooperación y la sociabilización del grupo clase. Se consensuarán unas pautas al comienzo del curso con el fin de establecer una rutina para los agrupamientos, transiciones y formaciones de grupos, así como el calentamiento, para perder el menor tiempo posible y mantener el control y funcionamiento de la clase en todo momento.

7. RECURSOS.

Para la realización de esta programación serán necesarios una serie de recursos humanos, espaciales y materiales que permitan el correcto desarrollo de esta. Por ello, se exponen a continuación los recursos disponibles en el instituto en función de sus características.

7.1. Recursos espaciales.

El instituto dispone de:

- Gimnasio interior.
- Patio exterior con dos pistas de fútbol sala/balonmano, dos canchas de baloncesto y 2 canastas independientes.
- Convenio con el ayuntamiento para el uso del recinto del rocódromo del Parque Paraíso junto al instituto.

7.2. Recursos materiales.

González y Campos (2014) muestran algunas clasificaciones citando a los autores que las han realizado y que se muestran a continuación:

Recursos materiales no específicos (Heredia, 2004):

- Medios impresos: como por ejemplo fichas de observación, rúbricas de evaluación o fichas modelo.
- Medios visuales fijos proyectados: en el caso de querer explicar algunos conceptos de las diferentes unidades didácticas mediante diapositivas.
- Recursos sonoros: CDs, música, equipos de música...
- Medios audiovisuales: vídeos, fotografías...
- Recursos informáticos: en todas las tareas relacionadas con las TICs.
- Recursos soporte: pizarra, cámara de vídeo, cámara fotográfica, móviles...

Recursos materiales propios de la Educación física (González y González, 1996):

- Material fijo inventariable polivalente: materiales utilizados durante la sesión y de larga duración; en nuestras sesiones utilizaremos porterías, canastas...
- Material móvil inventariable polivalente: es móvil duradero y costoso: en nuestras sesiones utilizaremos colchonetas, fitball, potros...
- Material móvil fungible polivalente: es móvil y tiene diferentes usos; en nuestras sesiones utilizaremos pelotas, conos, picas, aros, petos...

- Material móvil fungible específico: es móvil y se desgata; también tiene un uso concreto; en nuestras sesiones utilizaremos balones de todos los deportes que tratemos, cuerdas, etc...

7.3. Recursos humanos.

Los recursos humanos con los que contamos son los 28 alumnos y el docente, aunque debido a algunas actividades se contará con las siguientes personas:

- Para las excursiones planificadas por parte del departamento de Educación Física, se contará con el apoyo de los 2 profesores restantes que completan el departamento.
- Un monitor de escalada para la clase en el rocódromo.
- Un judoca para colaborar en una clase para dicha unidad didáctica.

8. EVALUACIÓN.

La evaluación es un proceso dinámico, continuo y sistemático dirigido a reconocer los cambios de conducta del alumnado con los que se valorará si los objetivos propuestos sido alcanzados o no. En este procedimiento, tendrán importancia varios elementos del aprendizaje como son los resultados obtenidos, los efectos conseguidos, el rendimiento de los alumnos y los componentes de la acción didáctica (objetivos, contenidos, competencias...) (Blázquez, 2003).

Por otro lado, al definir evaluación educativa es necesario referirse “los diferentes elementos básicos que intervienen en el proceso educativo”, los cuales son “la evaluación de los alumnos y alumnas, la evaluación del profesorado y la evaluación de los procesos de enseñanza y aprendizaje” (Díaz, 2005, 19).

Blázquez (2003), divide la evaluación en dos tipos, objetiva o subjetiva, dependiendo si el proceso evaluador depende prioritariamente del juicio del profesor o se utilizan pruebas cuantificables, elaborados previamente. En esta programación se intentará darle relevancia tanto a las pruebas cuantificables como a aquellos aspectos que no se puedan plasmar en un examen pero cuyo valor es, al menos, de igual importancia.

Por último, es preciso clarificar y corroborar que, según la ley Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato “La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria será continua, formativa e integradora” (pág. 183).

8.1. Instrumentos de evaluación.

Para poder llevar a cabo el proceso de evaluación, es imprescindible saber con qué se va a medir lo que se quiere medir y realizar la evaluación. Por ello son clave los instrumentos de evaluación, “*herramientas reales y tangibles utilizadas por la persona que evalúa para sistematizar sus valoraciones sobre los diferentes aspectos*” (Rodríguez e Ibarra, 2011; citado en Hamodi, López-Pastor y López-Pastor, 2015).

A través de estas herramientas, seremos capaces de evaluar a los alumnos e incluso la labor docente durante todo el curso. Estos instrumentos, deberán ser escogidos con el fin de intentar valorar de la manera más objetiva cada tarea, estándares de aprendizaje o adquisición de competencias clave. Para poder visualizarlo más claramente, se encuentra en el anexo 2 una tabla donde se relacionan los criterios de evaluación, el estándar de

aprendizaje donde se adquiere la competencia que le corresponda, y el instrumento de evaluación utilizado.

Situado como anexo 3, se encuentran ejemplos de los instrumentos de evaluación impresos que se utilizarán durante el curso, como la rúbrica, la lista de control o el diario del profesor.

8.2. Criterios de calificación.

En la siguiente tabla (11) se expone de manera diferenciada para cada unidad didáctica, el porcentaje otorgado a cada ámbito y a través de qué estándar de aprendizaje se evaluará, adaptándose estos porcentajes a las características propias de cada unidad didáctica.

	U.D. 1		U.D. 2		U.D. 3		U.D. 4		U.D. 5		U.D. 6		U.D. 7		U.D. 8		U.D. 9	
	%	E.A.	%	E.A.	%	E.A.	%	E.A.	%	E.A.	%	E.A.	%	E.A.	%	E.A.	%	E.A.
Ámbito Motriz	40	1.4. 4.4. 5.1.	40	1.4. 9.3.	50	1.4. 5.2. 5.3.	40	1.4. 3.1. 3.2. 3.3.	40	1.1. 1.4. 3.1. 3.2.	35	1.1. 1.4.	60	2.1. 2.2.	60	1.1. 1.4. 2.1. 2.2. 2.3. 10.1. 10.2.	30	7.1. 8.2.
Ámbito cognitivo	40	1.2. 4.1. 4.5. 6.1.	30	1.2. 1.3.	35	1.3. 4.3. 4.6. 5.4. 10.1.	30	1.2. 1.3.	20	3.3. 3.4.	35	1.3. 8.1. 9.1. 10.1. 10.2.	10	2.4.	10	1.2. 1.3.	35	8.1. 8.3.
Ámbito socio-afectivo.	20	1.1.	30	1.1. 9.1.	15	8.3. 10.2.	30	1.1. 3.4.	40	7.2. 7.3.	30	8.2. 8.3. 9.2. 9.3.	30	7.1. 7.2. 7.3.	30	7.1. 7.2. 7.3. 9.1. 9.3.	35	7.2. 7.3.

Tabla 13. Criterios de calificación relacionados con los estándares de aprendizaje y el ámbito motriz, cognitivo y socio-afectivo. Elaboración propia.

8.3. Relación de competencias, objetivos, contenidos, criterios, estándares de aprendizaje e indicadores de logro.

UD	Competencias	O.G.E.	Contenidos	Criterios de Evaluación	Estándares de aprendizaje	Indicadores de Logro.
1	CMCT, CL, AA, CSC	a) b) c) e) f) g) h) k)	1.4.) 6.1) 6.4) 6.5) 7.)	1) 4) 5) 6)	1.1. 1.2. 1.4. 4.1. 4.4. 4.5. 5.1. 5.2. 5.4. 6.1.	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce la importancia del calentamiento previo a la práctica deportiva y lo aplica durante las sesiones. • Realiza las pruebas físicas planteadas, con esfuerzo y compromiso, buscando una mejora de los resultados obtenidos. • Sabe calcular las pulsaciones por minuto después de medir el pulso. • Valora las pulsaciones por minuto para conocer su estado de activación.
2	CL, AA, CSC, CSIEE	a) b) c) d) g) k)	1.4) 2.1) 2.2) 2.3) 2.4) 6.1) 7.)	1.) 9.)	1.1. 1.2. 1.3. 1.4. 9.1. 9.3.	<ul style="list-style-type: none"> • Resuelve situaciones motrices perfeccionando y adaptando las habilidades propias de la actividad y a su lógica interna. • Conoce y corrige a sus compañeros acciones que puedan generar lesiones. • Evalúa sus posibilidades y actúa adecuándose a su nivel de ejecución. • Ayuda a sus compañeros a realizar las técnicas sin ningún tipo de discriminación. • Respeta las normas que se establecen en cada una de las sesiones para la ejecución de técnicas.
3	CL, CD, AA, CSC	a) b) c) e) f) g) h) k)	6.1) 6.2) 6.3) 6.4) 6.5) 7.)	1.) 4.) 5.) 8.) 10.)	1.3. 1.4. 4.3. 4.6. 5.1. 5.2. 5.3. 5.4. 8.3. 10.1. 10.2.	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza la actividad física, adaptada a sus posibilidades, que ejecuta el profesor. • Valora la actividad física y deportiva como un medio beneficioso para la salud. • Conoce y corrige aquellos aspectos negativos relacionados con la higiene postural. • Expone con claridad y seguridad sobre la temática elegida.
4	CL, AA, CSC, CCEC	a) b) c) d) l) j) k)	1.4) 2.1) 2.2.) 2.3.) 2.4) 7.)	1.) 3.)	1.1. 1.2. 1.3. 1.4.	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta, bajo las medidas de seguridad, las técnicas indicadas.

					3.1. 3.2. 3.3. 3.4.	<ul style="list-style-type: none"> Realiza las tareas de “combate” indicadas, respetando al contrincante sin el empleo de la violencia. Evalúa y corrige con criterio las ejecuciones de sus compañeros. Evita técnicas peligrosas para la integridad física del resto de los compañeros durante el tiempo de “combate”. Muestra respeto hacia el profesor y el resto de los compañeros. Participa activamente de las sesiones de Educación Física.
5	CL, AA, CSC	a) b) c) d) k)	1.4) 3.1) 3.2) 3.3) 3.4) 6.5) 7.)	1.) 3.) 7.)	1.1. 1.4. 3.1. 3.2. 3.3. 3.4. 7.3.	<ul style="list-style-type: none"> Realiza las actividades planteadas independientemente de su calidad de ejecución. Respeto a los compañeros y sus acciones independientemente de su nivel de ejecución. Busca soluciones grupales para una eficaz resolución en actividades de colaboración-oposición, asumiendo el riesgo de sus acciones. Participa activamente durante la sesión intentando mejorar con respecto al comienzo de la unidad didáctica.
6	CL, CMCT, CD, AA, CSC	a) b) c) h) k)	1.4) 4.1) 4.2) 4.3) 7.)	1.) 8.) 9.) 10.)	1.1. 1.3. 1.4. 8.1. 8.2. 8.3. 9.1. 9.2. 9.3. 10.1. 10.2.	<ul style="list-style-type: none"> Conoce y explica cómo se realizan los principales nudos explicados a través de un vídeo. Aplica los nudos aprendidos en la creación de puentes y estructuras para su uso en el medio natural. Respeto el medio natural, protegiéndolo antes de la realización de la práctica física y recogiendo los desechos producidos durante la sesión. Participa activamente de la sesión, respetando a todos sus compañeros y al profesor. Conoce los principales agarres

						utilizados en escalada y los aplica en el rocódromo.
7	CD, AA, CSC, CSIEE, CCEC	a) b) c) d) g) j) k) l)	1.4) 5.1) 5.2) 6.4) 7.)	2.) 7.)	2.1. 2.2. 2.4 7.1. 7.2. 7.3.	<ul style="list-style-type: none"> • Utiliza su cuerpo como medio de expresión no verbal. • Colabora con sus compañeros en la creación de una representación mímica, basándose en una temática escogida. • Respeta a sus compañeros durante su rol de público.
8	CD, AA, CSC, CSIEE, CCEC	a) b) c) d) g) j) k) l)	1.4) 5.1) 5.2) 6.4) 7.)	1.) 2.) 7.) 9.) 10.)	1.1. 1.2. 1.3. 1.4. 2.1. 2.2. 2.3. 7.1. 7.2 7.3. 9.1. 9.3. 10.1. 10.2.	<ul style="list-style-type: none"> • Colabora de manera activa en la creación y representación de composiciones con componentes pertenecientes a las habilidades gimnásticas y el acrossport. • Utiliza un fondo musical acoplado rítmicamente a la composición, utilizando transiciones entre figura y figura. • Corrige a sus compañeros y a sí mismo de aquellas acciones que puedan generar lesiones. • Respeta las normas establecidas facilitando la participación de todos los alumnos que forman parte del grupo. • Participa activamente de las sesiones, tanto en su faceta motriz, como cumplimentando las fichas entregadas. • Utiliza el cuerpo como herramienta de expresión a través del acrossport.
9	CL, CMCT, CD, AA, CSC, CSIEE	a) b) c) d) g) k)	1.2) 1.3) 2.4) 3.4) 6.2) 6.5)	7.) 8.)	7.1. 7.2. 7.3. 8.1. 8.2. 8.3.	<ul style="list-style-type: none"> • Organiza una actividad deportiva de manera estructurada, permitiendo la participación de todos los compañeros. • Respeta y participa en las actividades propuestas por los compañeros de manera activa y colaborativa. • Reconoce la actividad física y el deporte como actividad de ocio y tiempo libre, relacionándolo con sus beneficios para la salud.

Tabla 14. Relación de competencias, objetivos, contenidos, criterios, estándares de aprendizaje e indicadores de logro. Elaboración propia.

8.4. Temporalización de la Evaluación.

El proceso de evaluación debe de realizarse durante todo el curso, realizando un barrido inicial al comenzar el curso para saber cuál es la situación al inicio de este, tanto en recursos, en la percepción del docente y del nivel de los alumnos; debe mantenerse durante el desarrollo del curso para anotar en el instrumento que se utilice (en este caso el diario del profesor, visible en el Anexo 3) con el fin de ir modificando durante el desarrollo del curso aquellos aspectos que tienen corrección al instante, y anotando aquellos otros aspectos que se deben mejorar o potenciar para los siguientes cursos, y el progreso de los alumnos; y por último, será necesario la realización de una evaluación final en la que se recoja de manera global aquellos aspectos que se deben mejorar de la labor docente para el curso siguiente y el dictamen final sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje por parte de los alumnos.

A modo de resumen, se expone en el Anexo 4 un pre-modelo educativo que recoge todos los procesos de evaluación que son necesarios durante el año académico.

8.5. Sistemas de recuperación.

En coordinación con el departamento de Educación Física se han establecido los siguientes métodos de recuperación para los posibles casos que puedan surgir.

1. Recuperación de un trimestre suspenso: Si al acabar el trimestre el alumno no ha sido capaz de superar los objetivos y llegar a un 5 en la nota final, se le realizará una prueba memorística sobre los contenidos impartidos durante el trimestre. Solamente si no ha aprobado el trimestre debido a una nula implicación en las clases prácticas, deberá realizar un trabajo de investigación sobre las Unidades Didácticas impartidas durante el trimestre.

2. Recuperación de contenidos en Junio: El alumno que no haya conseguido superar la asignatura por tener al menos un trimestre con una nota inferior a 5, deberá realizar una prueba memorística solo de los contenidos del trimestre que no haya superado. Esta prueba se realizará en junio. Para superarla deberán tener una nota ≥ 5 , si así sucede la nota final de esos contenidos será de un 7 máximo y la de los contenidos superados en la prueba ordinaria se mantendrá para hacer la media final.

3. Recuperación final de la asignatura: los alumnos que no hayan aprobado todos los contenidos en junio tendrán que realizar una prueba memorística sobre todos los contenidos impartidos durante el curso. La nota máxima que podrán sacar en esta ocasión

será de 7 sobre 10 en el apartado memorístico. La nota final será una media de todos los aspectos evaluados y calificados.

9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

La atención a la diversidad es un principio fundamental del modelo educativo que propone la LOMCE, dada la heterogeneidad y los diversos niveles del alumnado que encontramos en el aula a lo largo de nuestra práctica docente, tanto a nivel cognitivo, como motriz y actitudinal, en la búsqueda de fórmulas que permitan la atención lo más individualizada posible con el fin de facilitarles el acceso al currículo. Como indica Silva (2007) como docentes enriquecemos nuestra labor al trabajar con distintas necesidades educativas en el mismo aula, haciendo un acto de educación en valores y actitudes por encima de la mera transmisión de contenidos.

De este modo, el primer paso será detallar la forma en la que la legislación vigente conceptualiza este apartado de atención a la diversidad:

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, trata en su artículo 9 sobre Alumnado con necesidad específica de apoyo educativo. Establece inicialmente que: Será de aplicación lo indicado en el capítulo I del título II de la Ley 2/2006, de 3 de mayo, en los artículos 71 a 79 bis, correspondiendo a las Administraciones educativas asegurar los recursos necesarios para que los alumnos y alumnas que requieran una atención educativa diferente a la ordinaria, Dificultades específicas de aprendizaje, Deficiencias sensoriales, físicas o psíquicas. Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), Cualidades excepcionales superiores al grupo (alumnos con alto rendimiento). La incorporación tardía al sistema educativo, o por condiciones personales o de historia escolar. En Educación Física por sus características particulares podemos señalar también la situación de aquellos alumnos/as con exenciones parciales de actividad física.

El centro elabora una propuesta pedagógica propia teniendo en cuenta la atención a la diversidad y las necesidades concretas de cada alumno, tienen la autonomía para tomar las medidas más adecuadas y será el equipo docente el encargado de llevarlas a cabo de ser necesario. Estas medidas tienen que seguir dos premisas básicas:

- Deben de ser siempre medidas inclusivas, el alumno tiene que alcanzar siempre los objetivos de etapa y área que aparecen en el currículo.

- La detección del problema debe de ser temprano para poder tratarlo cuanto antes y que no se convierta en un problema más grave para el alumno y difícil de solventar.

En este grupo, no hay alumnos que en un principio precisen de adaptaciones curriculares significativas, pero si contamos con alumnos que precisan de necesidades especiales: 3 alumnos alérgicos al polen y gramíneas, y 2 alumnos asmáticos. Para cada uno de ellos adoptaremos medidas especiales y diferentes para que puedan progresar adecuadamente y consigan los objetivos propuestos al igual que el resto de sus compañeros.

Alérgico al polen y gramíneas: el principal riesgo para una persona con alergia al realizar actividades deportivas es un ataque de asma. Antes que nada, un médico deberá de realizar las pruebas necesarias antes del inicio del curso escolar para medir la capacidad respiratoria de la persona y así facilitar que el docente actúe en consecuencia a ello.

En primer lugar, el docente tiene que estar seguro de que el alumno ha tomado la medicación necesaria prescrita por el médico antes de comenzar a actividad. En Madrid los meses con mayor concentración de gramíneas y polen son mayo y junio, teniendo en cuenta este dato, el docente siempre estará al tanto de la concentración de esas sustancias los días que la actividad este planificada al aire libre, pero en esos meses la atención será mayor. Si la concentración de polen y gramíneas es excesiva, aunque la actividad este diseñada para realizarla en las instalaciones exteriores, ese día se tendrá que adaptar la sesión y realizarla en el pabellón u otro sitio cerrado que esté disponible.

Asmático: una persona asmática tiene bastante en común con un alérgico, por lo tanto, las siguientes medidas que aquí se reflejan también deben de realizarse en el caso anterior:

- Debemos de asegurarnos que el alumno siempre lleva la medicación con él.
- Cuando haga frio, vigilar que va bien abrigado, ya que el aire frio es un importante activador de los ataques de asma.
- Antes de comenzar la sesión siempre se debe de realizar un calentamiento en el que incluiremos ejercicios de respiración.
- El alumno tiene que llevar su propio ritmo, sin esforzarse más de la cuenta y sin rivalizar con los demás compañeros.
- Si en el momento de realizar actividad física, el alumno nota que empieza a tener dificultades respiratorias, deberá de parar o si está corriendo tendrá que caminar.

En este punto tiene que realizar una respiración controlada (respiraciones cortas y superficiales con la boca medio cerrada) a medida que vaya desapareciendo la sensación de ahogo ira prolongándolas cada vez más hasta que recupere la respiración normal.

Si es un caso de crisis asmática:

- Dejará de correr y le colocaremos en una posición relajada para facilitar su respiración.
- Le tranquilizaremos, colocar una mano sobre su abdomen y presionar en el momento de la espiración facilita la normalización.
- Se administrará la medicación necesaria, en este caso un broncodilatador, que el llevará siempre encima o tendrá a mano.
- Dejarle que repose lo necesario.

A parte de estos casos ya conocidos, es muy probable que durante el curso haya alumnos que se presenten en clase sin la ropa deportiva adecuada o que sufran una lesión que les impida realizar la práctica. Para estos casos, y dependiendo de las necesidades que considere el profesor para el buen desarrollo de la sesión, estos alumnos realizaran algunas de las siguientes tareas:

- Elaboración de un diario de clase dónde se recojan todas las actividades realizadas y acompañadas de una reflexión final.
- Realización de fichas de observación en las cuales deban de realizar un seguimiento a algún compañero o grupo que le haya sido indicado por el profesor.
- Ayudar a sus compañeros en las tareas que le hayan sido indicadas por el docente.
- Ayudar al docente en la colocación y recogida de materiales, así como en la organización de grupos.

Por último, aunque nuestros alumnos no precisan en un principio de necesidades educativas especiales, López-Pastor (2007) propone un protocolo de seguimiento para el Alumnado con necesidades educativas especiales y el tratamiento de la diversidad en educación física:

1. Estudio Previo:

- Características de la deficiencia.
- Información del entorno (familia, centro, amigos...); gustos e intereses.

- Cómo afecta la deficiencia a la clase de Educación Física (y sus experiencias previas en actividades físico-deportivas).

2. Plan de Acción (Intervención):

- Estrategias de intervención.
- Equilibrio entre interés individual y grupal, entre el trabajo individual (sus necesidades personales de actividad física y cuidado corporal) y el colectivo (la integración en el grupo); así como entre los intereses del alumno/a y el profesorado.
- Relación y conexión con el tratamiento médico y fisioterapéutico en el caso que sea necesario.

3. Evolución y evaluación del proceso.

- Es necesario realizar un seguimiento de la práctica docente con el fin de poder realizar una evaluación continua y final que permita modificar aquellos aspectos mejorables y potenciar aquellos que hayan dado un buen resultado.

10. INTRADISCIPLINARIEDAD.

Si bien cada una de las unidades didácticas tratan temáticas y contenidos visiblemente diferentes, en todas ellas se intentará guardar alguna relación entre sí en los aspectos más fundamentales para los alumnos que se encuentran en esta etapa educativa y que comienzan a conocer su cuerpo y su relación con la salud y con el mecanismo que conlleva la práctica de cualquier actividad física y deportiva. Por ello, desde esta programación se proponen los siguientes contenidos a tratar durante todas las unidades didácticas:

- El calentamiento y su relación con las pulsaciones por minuto: en cada unidad didáctica se fomentará la importancia del calentamiento y cómo se debe adaptar en función de cada modalidad deportiva. Además, a través del cálculo de las pulsaciones por minuto, se sabrá al acabar el calentamiento si se ha realizado un buen trabajo o por el contrario no se ha cumplido el objetivo del calentamiento.
- En todas las unidades didácticas se dedicarán en la parte final de la sesión, y en un mínimo de dos sesiones, técnicas diferentes de respiración como medida de vuelta a la calma, intentando mostrar los beneficios que estas tienen y sus múltiples utilidades tras diferentes prácticas deportivas.
- Una vez realizada la Unidad Didáctica 3, donde se trabaja por primera vez el concepto de higiene postural, se intentará trasladar este conocimiento al resto de unidades didácticas en las que un mal posicionamiento del cuerpo o una mala ejecución puedan conllevar a lesiones.
- Como es obvio, se hará hincapié en el respeto hacia todos los compañeros y el profesor, siendo una pieza fundamental en el desarrollo global de la asignatura.
- Por último, en la Unidad Didáctica 9 “Torneos Mundiales” se trabajarán todos los contenidos vistos durante el curso a modo de competición, con el fin de realizar un repaso general a toda la asignatura mediante la práctica deportiva de todas ellas.

11. INTERDISCIPLINARIEDAD.

Para Egg, E. A. (1999) una interdisciplinariedad se produce “cuando un especialista de determinada ciencia cuenta con la colaboración de otras.” También añade que estas “disciplinas auxiliares enriquecen el estudio central de una ciencia.”

Como podemos ver en el libro de Castañer, M. y Trigo, E. (1995), el tratamiento de las diferentes asignaturas por separado puede servir para conocer distintos conocimientos relativos a las mismas, pero en la vida real, los alumnos se enfrentarán a situaciones globales, que tendrán que ser tratadas de una manera global, ya que vivimos en un mundo donde los problemas se entrecruzan, luego no es lógico el planteamiento aislado de conocimientos.

Por ello, se considera necesario la realización de proyectos transversales en los centros de enseñanza para conseguir una educación más significativa que abarque más allá de la propia materia. Sin embargo, para la elaboración de este tipo de proyectos, es necesario una gran implicación por parte del profesorado, pues la falta de interés del docente, sumada al escaso tiempo del que disponen para la elaboración de estos proyectos en el propio centro, generarían un impacto negativo tanto en el alumnado como en el profesorado, que al tener malas experiencias acabará abandonando esta idea.

En esta programación, se darán dos módulos interdisciplinares acordes a los contenidos de la asignatura de educación física con el fin de potenciar aquellos contenidos que se van a tratar, y para otorgar a los alumnos una perspectiva de compatibilidad entre asignaturas, promoviendo la importancia que puede tener su participación en una asignatura puede verse reflejada en otra, o incluso en su día a día. A continuación, se muestran los contenidos (tal y como se indica en el Decreto de la Comunidad de Madrid) que se van a relacionar y cuál será su finalidad:

Interdisciplinariedad con Educación Plástica, visual y audiovisual.

Contenido E.F.	Contenido E.P.V.A.	Unidad didáctica E.F	Finalidad
5. Actividades artístico expresivas: acrossport.	Bloque 2. Apartado 5. Estructura narrativa cinematográfica.	U.D. 8: Estructuras humanas	Creación de un vídeo sobre la composición final realizada, siguiendo la estructura narrativa cinematográfica adecuada.

Tabla 15. Interdisciplinariedad entre Educación Plástica, Visual y Audiovisual con Educación Física.

Interdisciplinariedad con Lengua Castellana y Literatura.

Contenido E.F.	Contenido L.C.L.	Unidad didáctica E.F	Finalidad
A elección del alumno.	Bloque 4. Producción de textos escritos: producción e interacción	1 U.D. por trimestre.	Creación de un texto sobre cualquier temática vista en las clases de Educación Física durante cada trimestre.

Tabla 16. Interdisciplinariedad entre Lengua Castellana y Literatura con Educación Física. Elaboración propia.

12. ELEMENTOS TRASNVERSALES.

Tal y como se establece en 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 debe establecer unos elementos transversales en las asignaturas con el fin de potenciar una educación en valores del alumnado, generando aprendizajes significativos que tengan una utilidad para la vida del alumno dentro, y sobre todo fuera del centro educativo.

Citando al propio Real Decreto, se dice que *“La programación docente debe comprender en todo caso la prevención de la violencia de género, de la violencia contra las personas con discapacidad, de la violencia terrorista y de cualquier forma de violencia, racismo o xenofobia, incluido el estudio del Holocausto judío como hecho histórico”*. Para trabajar estos aspectos, se utilizará el deporte y sus valores como una herramienta clave en la educación de los alumnos, siendo indiscutible la posibilidad de la práctica de actividad física para todo el alumnado, independientemente de su género, sexo, ideología religiosa u origen (entre otros aspectos). Para ello, se fomentará el trabajo en equipo y el respeto hacia todas las personas que participen de la asignatura, siendo intolerantes ante cualquier acto de violencia. Además, se incentivará el uso del debate como medida de expresión libre, siempre que se fundamente en el respeto y con fines formativos para los alumnos.

Otro de los párrafos dice que *“se evitarán los comportamientos y contenidos sexistas y estereotipos que supongan discriminación”*. Para impedir que ocurran estos actos, se mostrará especial atención al vocabulario utilizado por los alumnos del estilo de “trabaja como un negro”, “tiras como una nenaza”, u otras expresiones de ese calibre y que se dan con más frecuencia de la deseada en estas edades. Por ello, se fomentará el trabajo en grupos heterogéneos intentando crear un buen ambiente de grupo donde no quepan actitudes sexistas, racistas u homófobas. En caso de que se dieran, se intentarán atajar a través de la comunicación con el alumno o su entorno familiar, si fuera necesario.

Además, es necesario destacar otro de los elementos transversales mencionados en el Real Decreto, el cual dice que *“las Administraciones educativas fomentarán las medidas para que el alumnado participe en actividades que le permita afianzar el espíritu emprendedor y la iniciativa empresarial a partir de aptitudes como la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico”*. Es decir, es muy importante otorgar a los alumnos la autonomía necesaria para que sean capaces

de proponer ideas o resolver problemas, tanto en grupo como individualmente. Por ello, en las Unidades Didácticas del tercer trimestre, se les otorga a los alumnos una mayor responsabilidad en las creaciones y composiciones que tengan que realizar, con el fin de que, tras dos trimestres en contacto entre ellos y con un método de trabajo conocido por los alumnos, sean capaces de crear desde el conocimiento y el consenso entre ellos.

Por último, y aunque no se profundice en ello en esta programación, Díaz-Lucea (2010) propone y explica una serie de aspectos que pueden y deben ser tratados de forma transversal debido a la importancia que tendrá en la formación y educación de los alumnos. Estos contenidos transversales son: educación para la salud, conocimiento e igualdad de oportunidades entre los sexos, educación del consumidor, educación ambiental, educación para la paz, educación vial, educación moral y cívica, educación para la diversidad intercultural.

13. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

Debemos tener también en cuenta otro tipo de actividades realizadas fuera del horario lectivo y que son sumamente importantes para la formación de los alumnos, como pueden ser:

- **Actividades extraescolares:** Cladellas, Clariana, Badia y Gotzens (2013) recogen en su artículo la importancia de estas actividades recogiendo los estudios de otros autores. Las actividades extraescolares mejoran el nivel educativo, las competencias interpersonales, y el nivel de atención del alumnado (Mahoney, Cairos y Farwer, 2003). También aumentan la motivación (Hollway, 2002), y estimulan el pensamiento crítico y la madurez personal (Bauer y Liang, 2003). En general producen un gran beneficio al relacionar las actividades escolares con el entorno exterior del centro educativo, complementando y completando el currículo. En el I.E.S. Simancas se ofrece fútbol, baloncesto, inglés, informática y gimnasia deportiva.

- **Actividades complementarias:** proporcionan al alumno otras situaciones de aprendizaje en un medio y momentos distintos al de clase; complementan los conocimientos teórico-prácticos y contribuyen al desarrollo integral de su personalidad. Estas actividades se caracterizan por su carácter voluntario y no formar parte del proceso de evaluación individual para la superación de las enseñanzas que integran los planes de estudio. (Comisaña y Sánchez-Bravo, 2012). Estas actividades se compondrán de aquellas excursiones fuera del centro, talleres que se impartan dentro de él así como la participación en eventos promovidos desde la dirección y jefatura de estudios.

No debemos olvidar la incorporación del uso de las TIC debido a la capacidad que tienen para propiciar la inclusión social, limitar la dependencia espacio-temporal entre el profesor y el alumno, y posibilitar el acceso a una gran cantidad de información, facilitan la construcción de ambientes de enseñanza más interactivos y experiencias de aprendizaje más dinámicas. (Hernández; Acevedo; Martínez; Cruz, 2014).

14. CONCLUSIONES.

Para finalizar la programación y, en consecuencia, el Máster de Formación del Profesorado, considero oportuno realizar una conclusión con aquellos aspectos que me han parecido más relevantes y significativos para mi aprendizaje.

A través de la elaboración de esta programación didáctica, la cual se ha fundamentado en muchos aspectos en situaciones vividas durante el periodo de prácticas del máster, he conocido la gran cantidad de aspectos a tener en cuenta en el desempeño de la práctica docente: desde las bases fundamentales indicadas en las leyes y decretos de educación, pasando por el contexto socio-económico y cultural el barrio dónde se sitúa el centro, hasta aquellos detalles y tareas que se deben cuidar y realizar dentro del propio centro. Esta labor de actuación en el instituto la considero indispensable, pues a través del conocimiento del centro, sus instalaciones y recursos, así como la cercanía y entendimiento de la etapa evolutiva que viven los alumnos durante la educación secundaria, sustentarán las unidades didácticas, sesiones y actividades que se realizarán a lo largo del curso.

Pero también he descubierto cómo a través de la educación física podemos educar a los alumnos en un plano más transversal y multidisciplinar del que, por ejemplo, vivencíe durante mi etapa en el instituto. A través de la actividad física y del deporte podemos inculcar valores de respeto y tolerancia en los alumnos que les permitirá ser mejores personas en su vida fuera del centro. Además, a través del ejercicio físico se puede crear dinámicas de esfuerzo y superación aplicables a otros ámbitos formando alumnos más competentes.

En definitiva, este trabajo ha servido para afianzar lo aprendido en el máster y en el grado anteriormente, y utilizar esos conocimientos para compaginarlos con la idea que tengo sobre lo que debe ser la educación física y cómo, a través de ella, podemos incidir directamente en la formación de los alumnos.


15. BIBLIOGRAFÍA.



- Blázquez, D. (2003). *Evaluar en Educación Física*. Barcelona: Inde.
- Castañer, M. y Trigo, E. (1995) *La interdisciplinariedad en la Educación Secundaria Obligatoria*. Zaragoza: Inde.
- Comisaña, M. I., & Sánchez-Bravo, M. (2012). Los estilos de aprendizaje y la implicación de los alumnos en las actividades complementarias. *Estilos de aprendizaje: investigaciones y experiencias: [V Congreso Mundial de Estilos de Aprendizaje], Santander, 27, 28 y 29 de junio de 2012*.
- 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.
- Díaz Lucea, J. (2010). Interdisciplinariedad y educación física. Una relación cada vez más necesaria. *Tándem*, 33, 5-12.
- Díaz, J. (2005). *La evaluación como instrumento de aprendizaje en Educación Física*. Barcelona: Inde.
- Egg, E. A. (1999). *Interdisciplinariedad en educación*. Magisterio del Río de la Plata.
- García-Ligero, S. (2010). *Plan de acción tutorial en 2º de E.S.O.* (Trabajo de fin de Máster). Universidad de Granada, Granada.
- González Rivera, M.; Campos Izquierdo, A. (2014). *Intervención docente en educación física en Secundaria y en el deporte escolar*. Madrid. Síntesis.
- Gutiérrez, M. & Pilsa, C. (2006). Orientaciones hacia la deportividad de los alumnos de educación física. *Apunts. Educación física y deportes*, 4(86), 86-92.
- Hamodi, C., López Pastor, V. M., & López Pastor, A. T. (2015). Medios, técnicas e instrumentos de evaluación formativa y compartida del aprendizaje en educación superior. *Perfiles educativos*, 37(147), 146-161.
- Hernández, J. P. (2017). El desarrollo afectivo según Jean Piaget. *Revista vinculando*.
- LEY Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.


- Lleixá, T. Capllonch, M. & García, C. (2015). Competencias básicas y programación de Educación Física. Validación de un cuestionario diagnóstico. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (27), 52-57.
- López Pastor, V. M. (2007). La evaluación en educación física y su relación con la atención a la diversidad del alumnado. Aportaciones, ventajas y posibilidades desde la evaluación formativa y compartida.
- Moral-López, A., Arrabal-Gómez, I., & González-López, I. (2010). Nuevas experiencias de evaluación estratégica en los centros educativos. La aplicación de una matriz DAFO en el centro de educación infantil y primaria “mediterráneo” de Córdoba.
- Pros, R. C., Muntada, M. C., Martín, M. B., & Busquets, C. G. (2015). Actividades extraescolares y rendimiento académico en alumnos de primaria. *European Journal of investigation in health, psychology and education*, 3(2), 87-97.
- Rando, C. (2010). Estilos de enseñanza en Educación Física. Utilización según el análisis de las tareas de aprendizaje y las características de los alumnos y alumnas. *Educación física y deporte. Revista digital*. (146). Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd146/estilos-de-ensenanza-en-educacion-fisica.htm>
- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
- Sierra, B. Méndez, A. y Mañana, J. (2012). La Programación por Competencias Básicas: Hacia un Cambio Metodológico Interdisciplinar. *Revista Complutense de Educación*. Vol. 24. N°1. pp. 165-184.
- Silva, S. (2007). *Atención a la diversidad. Necesidades educativas: guía de actuación para docentes*. Vigo: Ideaspropias Editorial.
- Velázquez, C. (2015). Aprendizaje cooperativo en Educación Física: estado de la cuestión y propuesta de intervención. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (28), 234-239.

ANEXO 1: UNIDAD DIDÁCTICA 7: “CONSTRUCCIONES HUMANAS”


A continuación se muestra desarrollada la Unidad Didáctica 7, que consta de 8 sesiones tal y como aparece en la temporalización del curso. Las últimas sesiones de las Unidades Didácticas se dedican a repasar a través de Kahoot! los contenidos dados y a practicar juego libre si se han conseguido los objetivos. Por ello, es así como se ha planteado en la siguiente unidad didáctica:



UNIDAD DIDÁCTICA: CONSTRUCCIONES HUMANAS		Nº DE SESION: 1	
MATERIAL: Fichas de agarres y seguridad; ficha de balances y figuras de 2 personas; colchonetas		Nº ALUMNOS: 28	
OBJETIVOS: - Conocer los principales agarres en acrosport. – Concienciarse sobre las medidas básicas de seguridad - Realizar figuras y balances de 2 personas.			
CONTENIDOS: - Agarres en acrosport. – Medidas de seguridad básicas. – Qué es el acrosport. – Figuras individuales y balances de dos personas.			
METODOLOGÍA: - Brainstorming, Asignación de tareas.			
CALENTAMIENTO			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
12'	1- Dinámica de grupo basada en un brainstorming sobre el acrosport en el que se traten los tipos de agarre, las medidas de seguridad básicas y en que consiste esta disciplina.		1- Se guiará a los alumnos hacia las respuestas adecuadas, otorgándoles autonomía y expresándose libremente.
8'			


5'	<p>2- Calentamiento general: dos alumnos realizarán el calentamiento que conste de movilidad articular y un ejercicio físico (saltos, flexiones, abdominales, etc...)</p> <p>3- Calentamiento específico:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El espantapájaros: de pie con los brazos en cruz, los alumnos deberán aguantar el máximo tiempo posible. <p>Gato caza a gato: Todos los alumnos deberán ir a cuatro patas (como un gato), y uno de ellos ligará, teniendo que pillar a otro compañero.</p>	 	
----	--	--	--


PARTE PRINCIPAL			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
10'	<p>1- Se dispone a los alumnos por parejas y se le entrega una ficha con dibujos de equilibrios de parejas. El profesor dirá un número y los alumnos tendrán que realizar el equilibrio que corresponda.</p>		<p>1-2: Mientras los alumnos hacen las tareas, el profesor se desplazará por el gimnasio proporcionando feedback y corrigiendo aquellos aspectos que considere.</p>
10'	<p>2- Ejercicio similar al anterior, pero en esta ocasión dispondrán de una ficha con figuras de 2 personas (Anexo 4.2)</p>		

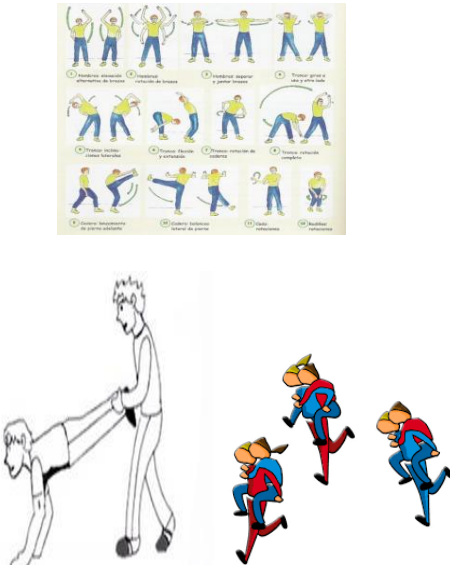
VUELTA A LA CALMA

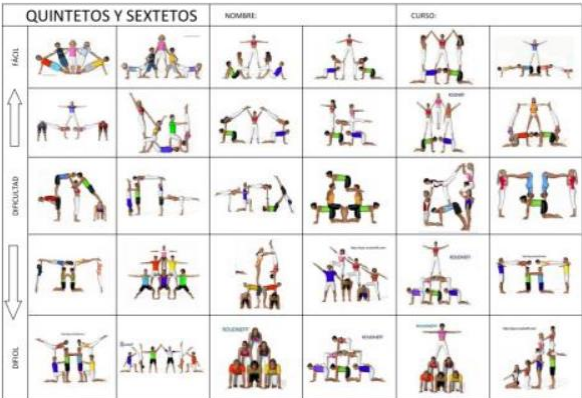

<p>TIEMPO</p> <p>5'</p>	<p>DESCRIPCIÓN</p> <p>1-Un alumno dirigirá la parte final realizando estiramientos de los principales grupos musculares.</p>	<p>GRÁFICA</p> 	<p>OBSERVACIONES</p> <p>1- Durante este tiempo el profesor se encargará de hacer un repaso de la sesión a través de las reflexiones de los alumnos.</p>
<p>TOTAL: 55'</p>	<p>OBSERVACIONES</p> <p>El tiempo que resta hasta los 55' minutos de duración de sesión, es el estimado de las pérdidas de tiempo en explicaciones y organización del grupo</p>		<p>ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</p> <p>Los alumnos que asistan a clase sin ropa deportiva o estén lesionados, participaran en el brainstorming, dirigirán el calentamiento, y dibujará las figuras que se hagan en clase en su diario.</p>

UNIDAD DIDÁCTICA: Construcciones humanas		Nº DE SESIÓN: 2	
MATERIAL: Colchonetas, fichas de funciones (portor, ayuda y ágil), ficha de figuras para 3 y 4 personas		Nº ALUMNOS: 28	
OBJETIVOS: -Conocer los diferentes roles del acrossport y sus funciones. -Trabajar en equipo -Crear figuras originales de cada grupo.			
CONTENIDOS: - Roles en el acrossport (portor, ayuda y ágil) – Experimentación de los roles -Las pirámides y figuras de 3 y 4 personas.			
METODOLOGÍA: Brainstorming, Asignación de tareas, Resolución de problemas.			
CALENTAMIENTO			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
7'	1- Mediante una dinámica de lluvia de ideas, se explicarán las funciones del portor, ayuda y ágil.		1- Se guiará a los alumnos hacia las respuestas adecuadas, otorgándoles autonomía y expresándose libremente.
10'	2- Calentamiento general: dos alumnos realizarán el calentamiento que conste de movilidad articular y un ejercicio físico (saltos, flexiones, abdominales, etc...)		3- Se podrá variar el método de desplazamiento (cuatro patas, pata coja, mono...)
5'	3- Calentamiento específico: Juego del "Tuli" pero todos juegan de cucullas. Cuando se protegen del que liga en posición de "tuli" (será igual pero estando de cucullas", cuando otro compañero les pase por encima dejarán de estar en "tuli".		

																																						
PARTE PRINCIPAL																																						
<p>TIEMPO</p> <p>21'</p>	<p>DESCRIPCIÓN</p> <p>1- Se forman grupos de 4 personas y se les entrega la ficha que muestra figuras y pirámides de 3 y 4 personas. Al haber 7 grupos, cada grupo elegirá 1 figura de la ficha y la clase tendrá 3 minutos para hacerla correctamente. Se harán 4 figuras de 3 personas (el alumno que se queda fuera tiene que hacerlo también) y 3 figuras de 4 personas.</p>	<p>GRÁFICA</p> <table border="1" data-bbox="936 659 1406 1002"> <thead> <tr> <th></th> <th colspan="3">FIGURAS TRIOS</th> <th colspan="3">FIGURAS CUATROS</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>FÁCIL</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>INTERMEDIA</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>AVANZADA</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>DIFÍCIL</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		FIGURAS TRIOS			FIGURAS CUATROS			FÁCIL							INTERMEDIA							AVANZADA							DIFÍCIL							<p>OBSERVACIONES</p> <p>1- Mientras los alumnos hacen las tareas, el profesor se desplazará por el gimnasio proporcionando feedback y corrigiendo aquellos aspectos que considere.</p>
	FIGURAS TRIOS			FIGURAS CUATROS																																		
FÁCIL																																						
INTERMEDIA																																						
AVANZADA																																						
DIFÍCIL																																						

			
VUELTA A LA CALMA			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
5'	1- Un alumno dirigirá la parte final realizando estiramientos de los principales grupos musculares.		1- Durante este tiempo el profesor se encargará de hacer un repaso de la sesión a través de las reflexiones de los alumnos.
TOTAL: 55'	OBSERVACIONES	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	
	<p>El tiempo que resta hasta los 55' minutos de duración de sesión, es el estimado de las pérdidas de tiempo en explicaciones y organización del grupo.</p> <p>*Como deberes, cada grupo de 5-6 personas deberá buscar una figura de 5 participantes que deberán realizar y enseñar al grupo para que lo hagan.</p>	<p>Los alumnos que asistan a clase sin ropa deportiva o estén lesionados, participaran en el brainstorming, dirigirán el calentamiento, y dibujará las figuras que se hagan en clase en su diario.</p>	

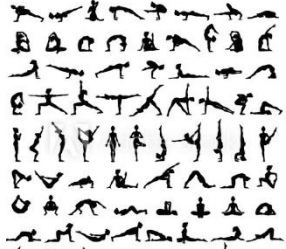
UNIDAD DIDÁCTICA: CONSTRUCCIONES HUMANAS		Nº DE SESIÓN: 3	
MATERIAL: Colchonetas, fichas con figuras de 5 personas, fichas de equipo		Nº ALUMNOS: 28	
OBJETIVOS: -Realizar figuras de 5 personas. -Utilizar de manera lógica las capacidades físicas de cada componente para otorgarles el rol de portor, ágil o ayuda. -Fomentar el trabajo en equipo. -Realizar y explicar figuras encontradas de manera autónoma. -Comenzar a trabajar en la creación del equipo.			
CONTENIDOS: -Las figuras de 5 personas en acrossport. -Búsqueda de información para E.F. -Medidas de seguridad en acrossport.			
METODOLOGÍA: Asignación de tareas, Grupos reducidos,			
CALENTAMIENTO			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
3'	1- Breve explicación sobre qué se va a hacer en la sesión.		
8'	2- Calentamiento general: dos alumnos realizarán el calentamiento que conste de movilidad articular y un ejercicio físico (saltos, flexiones, abdominales, etc...).		
8'	3- Calentamiento específico: Carreras locas. Se forman los grupos del día anterior y se hace 1 carrera de relevos desplazándose "como carretillas". La 2ª carrera será de relevos a caballito.		
PARTE PRINCIPAL			

TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
8'	1- Se forman los grupos de 5-6 personas, y se les entrega una ficha con figuras de 5 y 6 personas. El profesor indicará cuales se realizan.		1- Mientras los alumnos hacen las tareas, el profesor se desplazará por el gimnasio proporcionando feedback y corrigiendo aquellos aspectos que considere.
12'	2- Cada grupo deberá explicarle al resto las figuras que han encontrado, destacando los aspectos básicos de seguridad, intentando realizarla. Cada alumno deberá plasmar la explicación de la figura escogida por su grupo en su diario reflexivo.		2- El profesor dinamizará las exposiciones animando a los compañeros a preguntar lo que quieran y proporcionando feedback si fuera necesario.
8'	3- Se entrega la ficha de grupo (Anexo 1.1.), dónde deberán ponerse un nombre de equipo, y hacer un ranking de 5 canciones que podrían usar como música el día de la representación.		3- La ficha de grupo aparecen diferentes casillas donde se deben dibujar el mínimo de figuras de 2, 3, 4 y 5 personas, así como balances y transiciones que deben de aparecer en las composiciones finales. Por cada sesión debe rellenarse un mínimo de 3 casillas para obtener la nota de trabajo en clase.
VUELTA A LA CALMA			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
5'	1- Un alumno dirigirá la parte final realizando estiramientos de los principales grupos musculares.		1- Durante este tiempo el profesor se encargará de hacer un repaso de la sesión a través de las reflexiones de los alumnos.



TOTAL: 55'	OBSERVACIONES	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD
	<p>El tiempo que resta hasta los 55' minutos de duración de sesión, es el estimado de las pérdidas de tiempo en explicaciones y organización del grupo.</p>	<p>Los alumnos que asistan a clase sin ropa deportiva o estén lesionados, dirigirán el calentamiento y dibujará las figuras que se hagan en clase en su diario. La parte final de la sesión la hará con su grupo.</p>

UNIDAD DIDÁCTICA: CONSTRUCCIONES HUMANAS		Nº DE SESIÓN: 4	
MATERIAL: Colchonetas, Ficha de grupo, ficha de transiciones, reproductor de música		Nº ALUMNOS: 28	
OBJETIVOS: -Fomentar el trabajo en grupo -Adquirir autonomía por parte de los alumnos para comenzar la creación de su composición grupal. - Participar activamente tanto motriz como creativamente en la sesión. – Conocer transiciones básicas entre figuras.			
CONTENIDOS: -Transiciones en acrossport. -La creación de una composición de Acrossport. -Las medidas de seguridad en acrossport. -El trabajo en equipo como forma de trabajo.			
METODOLOGÍA: Asignación de tareas, grupos reducidos			
CALENTAMIENTO			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
7'	1- Explicación sobre las transiciones y entrega a cada grupo de una ficha con ejemplos. Se explica que se va a hacer en la sesión.		
8'	2- Calentamiento general: dos alumnos realizarán el calentamiento que conste de movilidad articular y un ejercicio físico (saltos, flexiones, abdominales, etc...).		
5'	3- Por parejas, se realizan "combates en plancha". Desde la posición de plancha abdominal, y uno enfrente del otro, deberán hacer caer al rival eliminando sus puntos de apoyo. Al acabar se cambia de compañero.		

PARTE PRINCIPAL			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
25'	1- Los alumnos, ya en grupo, deberán comenzar la creación de su composición a través de la creación de figuras, equilibrios y transiciones mínimas que deben rellenar en la hoja de grupo. Podrán utilizar la música elegida cuando les toque su turno.		1- La labor del docente consistirá en ir rotando alrededor de todos los grupos con el fin de ir observando el desarrollo de estos y proporcionarles la ayuda que fuera necesaria. Además, irá otorgando el feedback correspondiente e irá evaluando continuamente apuntando en el diario del profesor.
VUELTA A LA CALMA			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
5'	1- Un alumno dirigirá la parte final realizando estiramientos de los principales grupos musculares.		1- Durante este tiempo el profesor se encargará de hacer un repaso de la sesión a través de las reflexiones de los alumnos.
TOTAL: 55'	OBSERVACIONES El tiempo que resta hasta los 55' minutos de duración de sesión, es el estimado de las pérdidas de tiempo en explicaciones y organización del grupo.	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Los alumnos que asistan a clase sin ropa deportiva o estén lesionados, dirigirán el calentamiento y dibujará las figuras que se hagan en clase en su diario. Aunque no puedan realizar práctica motriz, deberán trabajar con el resto del grupo en la creación de la composición.	

UNIDAD DIDÁCTICA: CONSTRUCCIONES HUMANAS

Nº DE SESIÓN: 5

MATERIAL: Colchonetas, ficha de grupo, reproductor de música.


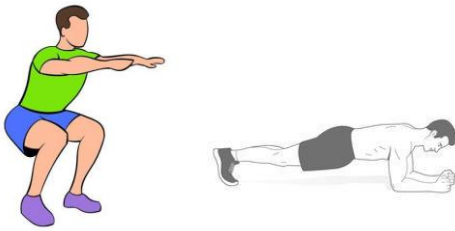
Nº ALUMNOS: 28

OBJETIVOS: -Crear una composición grupal de acrosport. -Fomentar el trabajo en grupo. -Valorar los aspectos peligrosos de la composición y aplicar las medidas de prevención precisas. -Participar activamente tanto motriz como creativamente en la sesión


CONTENIDOS: - La creación de una composición de acrosport. -El trabajo en grupo como método de trabajo de clase. -Las medidas de seguridad en acrosport.

METODOLOGÍA: -Asignación de tareas, grupos reducidos.

CALENTAMIENTO


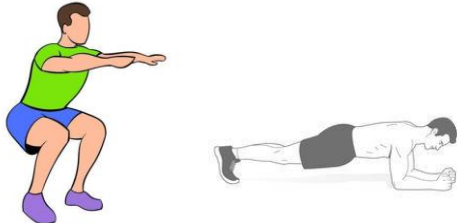
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
3'	1- Breve explicación sobre qué se va a hacer en la sesión.		
8'	2- Calentamiento general: dos alumnos realizarán el calentamiento que conste de movilidad articular y un ejercicio físico (saltos, flexiones, abdominales, etc...).		2-3: Desde esta sesión, el calentamiento general y específico será igual, con el fin de generar una rutina de trabajo que nos permita perder el menor tiempo posible y prepararse de la mejor manera posible para la práctica.
6'	3- Calentamiento específico: ejercicios isométricos de cuádriceps, hombro y CORE.		

PARTE PRINCIPAL

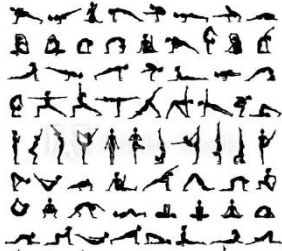
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
30'	1- Se continúa con la creación de la composición en grupos y de manera autónoma. Las fichas de grupo se siguen rellenando acorde avanza la composición. En caso de ayuda, se les facilita posibles ideas a llevar a cabo a los diferentes grupos.		1- La labor del docente consistirá en ir rotando alrededor de todos los grupos con el fin de ir observando el desarrollo de estos y proporcionarles la ayuda que fuera necesaria. Además, irá otorgando el feedback correspondiente e irá evaluando continuamente apuntando en el diario del profesor.
VUELTA A LA CALMA			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
5'	1- Un alumno dirigirá la parte final realizando estiramientos de los principales grupos musculares.		1- Durante este tiempo el profesor se encargará de hacer un repaso de la sesión a través de las reflexiones de los alumnos.
TOTAL: 55'	OBSERVACIONES El tiempo que resta hasta los 55' minutos de duración de sesión, es el estimado de las pérdidas de tiempo en explicaciones y organización del grupo.	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Los alumnos que asistan a clase sin ropa deportiva o estén lesionados, dirigirán el calentamiento y dibujará las figuras que se hagan en clase en su diario. Aunque no puedan realizar práctica motriz, deberán trabajar con el resto del grupo en la creación de la composición.	


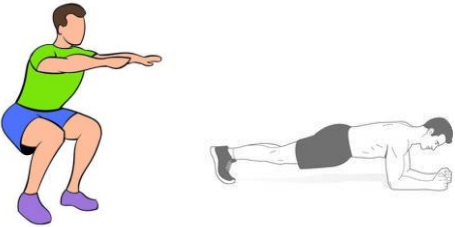
MATERIAL: Colchonetas, ficha de grupo, reproductor de música.	Nº ALUMNOS: 28
OBJETIVOS: -Crear una composición grupal de acrosport. -Fomentar el trabajo en grupo. -Valorar los aspectos peligrosos de la composición y aplicar las medidas de prevención precisas. -Participar activamente tanto motriz como creativamente en la sesión	
CONTENIDOS: - La creación de una composición de acrosport. -El trabajo en grupo como método de trabajo de clase. -Las medidas de seguridad en acrosport. -La representación de una composición de expresión corporal	
METODOLOGÍA: -Asignación de tareas, grupos reducidos.	



CALENTAMIENTO

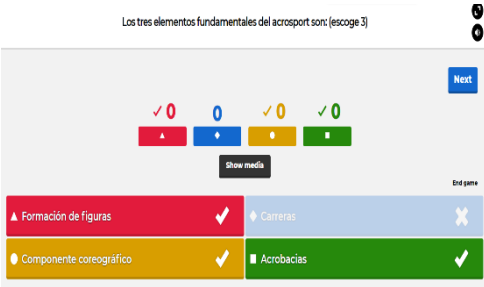
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
3'	1- Breve explicación sobre qué se va a hacer en la sesión.		
8'	2- Calentamiento general: dos alumnos realizarán el calentamiento que conste de movilidad articular y un ejercicio físico (saltos, flexiones, abdominales, etc...).		
6'	3- Calentamiento específico: ejercicios isométricos de cuádriceps, hombro y CORE.		


PARTE PRINCIPAL


TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
30'	1- En esta sesión los grupos deben de tener claro qué figuras van a realizar en la composición y como van a enlazarlas. Se hará especial hincapié en los aspectos de seguridad y en la importancia de las transiciones. La música y la composición deben de empezar a estar bastante ligadas.		1- La labor del docente consistirá en ir rotando alrededor de todos los grupos con el fin de ir observando el desarrollo de estos y proporcionarles la ayuda que fuera necesaria. Además, irá otorgando el feedback correspondiente e irá evaluando continuamente apuntando en el diario del profesor. El profesor intervendrá más tiempo con aquellos grupos que se vena más retrasados.
VUELTA A LA CALMA			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
5'	1- Un alumno dirigirá la parte final realizando estiramientos de los principales grupos musculares.		1- Durante este tiempo el profesor se encargará de hacer un repaso de la sesión a través de las reflexiones de los alumnos.
TOTAL: 55'	OBSERVACIONES El tiempo que resta hasta los 55' minutos de duración de sesión, es el estimado de las pérdidas de tiempo en explicaciones y organización del grupo.	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Los alumnos que asistan a clase sin ropa deportiva o estén lesionados, dirigirán el calentamiento y dibujará las figuras que se hagan en clase en su diario. Aunque no puedan realizar práctica motriz, deberán trabajar con el resto del grupo en la creación de la composición.	

UNIDAD DIDÁCTICA: CONSTRUCCIONES HUMANAS		Nº DE SESIÓN: 7	
MATERIAL: Colchonetas, ficha de grupo, ficha de coevaluación, reproductor de música, grabador de vídeo.		Nº ALUMNOS: 28	
OBJETIVOS: -Exponer una composición grupal de acroSPORT. -Fomentar el trabajo en grupo. -Respetar las actuaciones de los demás grupos cuando se sea público.			
CONTENIDOS: - La exposición de una composición de acroSPORT. -Grabación con herramientas digitales. -Coevaluación			
METODOLOGÍA: -Asignación de tareas, grupos reducidos.			
CALENTAMIENTO			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
3'	1- Breve explicación sobre qué se va a hacer en la sesión.		
8'	2- Calentamiento general: dos alumnos realizarán el calentamiento que conste de movilidad articular y un ejercicio físico (saltos, flexiones, abdominales, etc...).		
5'	3- Calentamiento específico: ejercicios isométricos de cuádriceps, hombro y CORE.		
PARTE PRINCIPAL			

TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
15'	1- Los primeros 15 minutos servirán de repaso antes de realizar las exposiciones. Los grupos deberán realizar la composición a modo de ensayo antes de la actuación.		1- El profesor se pasará por los grupos para transmitir la máxima confianza posible y pulir los últimos aspectos de la composición.
17'	2- Cada grupo realizará su exposición grupal final ante el resto de la clase. Los grupos que hacen de público deberán rellenar una ficha de coevaluación (Anexo 3).		2- El profesor grabará la actuación con el dispositivo que le facilite el grupo para su posterior montaje y evaluación.
VUELTA A LA CALMA			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
5'	1- Un alumno dirigirá la parte final realizando estiramientos de los principales grupos musculares.		1- Durante este tiempo el profesor se encargará de hacer un repaso de la sesión a través de las reflexiones de los alumnos.
TOTAL: 55'	OBSERVACIONES El tiempo que resta hasta los 55' minutos de duración de sesión, es el estimado de las pérdidas de tiempo en explicaciones y organización del grupo.	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Los alumnos que asistan a clase sin ropa deportiva o estén lesionados, dirigirán el calentamiento y realizará la coevaluación de todos los grupos, incluido el suyo. Aunque no puedan realizar práctica motriz, deberán trabajar con el resto del grupo en la creación de la composición.	

UNIDAD DIDÁCTICA: CONSTRUCCIONES HUMANAS		Nº DE SESIÓN : 8	
MATERIAL: Proyector, teléfono móvil, otros a elegir por los alumnos.		Nº ALUMNOS: 28	
OBJETIVOS: -Afianzar lo aprendido a través de la plataforma Kahoot! – Utilizar las TIC como herramienta de refuerzo. – Realizar la práctica motriz a través de la modalidad escogida.			
CONTENIDOS: - Fundamentos teóricos del acrossport. -Plataformas digitales: kahoot! -El deporte como actividad de ocio.			
METODOLOGÍA: -Asignación de tareas.			
CALENTAMIENTO			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
3'	1- Breve explicación sobre qué se va a hacer en la sesión.		
10'	2- Organizados en los grupos de exposición, los alumnos “competirán” a través de un cuestionario en Kahoot! con el fin de asentar los conocimientos aprendidos sobre Acrossport.		2- El cuestionario es una herramienta lúdica para evaluar el nivel de conocimiento del alumnado sin que repercuta negativamente en su calificación. Únicamente los ganadores obtendrán un beneficio. Ningún grupo que participe se verá penalizado, independientemente del resultado.
7'	3- Calentamiento general: dos alumnos realizarán el calentamiento que conste de movilidad articular y un ejercicio físico (saltos, flexiones, abdominales, etc...).		

			
PARTE PRINCIPAL			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
25'	<p>1- Juego libre. Debido a que es el final de la unidad didáctica y haber alcanzado los objetivos, cada alumno podrá escoger el tipo de actividad física o deporte a realizar durante la clase.</p>		<p>1- El profesor irá supervisando el comportamiento e implicación de los alumnos con el fin de que hagan la práctica deportiva como deben.</p>
VUELTA A LA CALMA			
TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICA	OBSERVACIONES
5'	<p>1- Un alumno dirigirá la parte final realizando estiramientos de los principales grupos musculares.</p>		<p>1- Durante este tiempo el profesor se encargará de hacer un repaso de la sesión a través de las reflexiones de los alumnos.</p>

			
<p>TOTAL: 55'</p>	<p>OBSERVACIONES</p> <p>El tiempo que resta hasta los 55' minutos de duración de sesión, es el estimado de las pérdidas de tiempo en explicaciones y organización del grupo.</p>	<p>ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</p> <p>Los alumnos que asistan a clase sin ropa deportiva o estén lesionados, no realizarán el "juego libre" y tendrán que rellenar una ficha de observación acompañada de una reflexión personal sobre el deporte que esté observando.</p>	

Anexo 1.1. Ficha de grupo.

Nombre del grupo:		Curso:	
<u>1ª figura de 2 personas</u>	<u>2ª figura de dos personas</u>	<u>1ª figura de 3 personas</u>	<u>2ª figura de 3 personas</u>
<u>1ª figura de 4 personas</u>	<u>2ª figura de 4 personas</u>	<u>1ª figura de 5 o 6 personas</u>	<u>2ª figura de 5 o 6 personas</u>
<u>Transición 1</u>	<u>Transición 2</u>	<u>Transición 3</u>	<u>Transición 4</u>
<u>Equilibrio 1</u>	<u>Equilibrio 2</u>	<u>Equilibrio 3</u>	<u>Equilibrio 4</u>

ANEXO 2. RELACIÓN DE CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE, COMPETENCIAS CLAVE E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Unidad didáctica 1: “Ponte en forma”

CRITERIOS	ESTÁNDARES	CC	INSTRUMENTOS
1) Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	CMCT AA	Rúbrica
	1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	AA CL	Diario reflexivo
	1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	CMCT AA	Rúbrica
4) Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.	AA CMCT	Diario reflexivo
	4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	CMCT	Diario reflexivo Rúbrica
	4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.	AA	Diario reflexivo Rúbrica
5) Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	CMCT AA	Rúbrica
	5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.	AA	Rúbrica

	5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	AA CSC	Diario reflexivo
6) Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.	CMCT AA	Diario reflexivo

Unidad didáctica 2: “¡Salta, gira, rueda!”

CRITERIOS	ESTÁNDARES	CC	INSTRUMENTOS
1) Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	AA CSIEE CSC	Rúbrica Fichas de observación
	1.2 Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	CSIEE AA	Ficha de observación
	1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	CL AA	Diario reflexivo. Ficha de observación.
	1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	CSIEE	Rúbrica Diario reflexivo.
9) Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	9.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.	CSC AA CSIEE	Fichas de observación. Diario reflexivo.
	9.3 Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	CSC AA CSIEE	Rúbrica. Diario reflexivo.

Unidad didáctica 3: “Ponte en forma”

CRITERIOS	ESTÁNDARES	CC	INSTRUMENTOS
1) Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	CL	Diario Reflexivo
	1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	AA	Lista de control.
4) Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	4.3 Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva	AA CSC	Diario reflexivo Trabajo escrito
	4.6 Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	CSC AA	Trabajo escrito Diario reflexivo
5) Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	5.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	AA	Lista de control
	5.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.	AA	Lista de control
	5.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	AA CSC	Lista de control
	5.4 Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	CSC AA	Diario reflexivo Trabajo escrito
8) Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	8.3 Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	CL CSC	Diario reflexivo Trabajo escrito

10) Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10.1 Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propias (texto, presentación, imagen, video, sonido,), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	CD CL	Trabajo escrito
	10.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	CD CL	Trabajo escrito

Unidad didáctica 4: “¡Hajime!”

CRITERIOS	ESTÁNDARES	CC	INSTRUMENTOS
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	CSC AA	Rúbrica Hojas de observación
	1.2 Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	AA CCEC	Diario reflexivo
	1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	AA CL	Diario reflexivo
	1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	AA CCEC	Hojas de observación Rúbrica
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	AA	Rúbrica Hojas de observación
	3.2 Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	AA	Rúbrica
	3.3 Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	AA	Rúbrica Ficha de observación
	3.4 Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	AA CSC	Diario reflexivo

Unidad didáctica 5: “Dream Team”

CRITERIOS	ESTÁNDARES	CC	INSTRUMENTOS
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	AA CSC	Lista de control
	1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	AA	Ficha de autoevaluación Diario reflexivo
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	3.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	AA	Lista de control Diario reflexivo
	3.2 Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	AA CL	Lista de control Diario reflexivo
	3.3 Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	AA CSC	Lista de control
	3.4 Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	AA	Diario reflexivo
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	7.3 Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	CSC	Lista de control Diario reflexivo

Unidad didáctica 6: “¡Scouts!

CRITERIOS	ESTÁNDARES	CC	INSTRUMENTOS
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	AA	Lista de control
	1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	CL AA	Vídeo explicativo Diario reflexivo
	1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	AA	Lista de control
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico deportivas	CMCT AA	Diario reflexivo
	8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas.	CSC CMCT	Diario reflexivo Vídeo explicativo
	8.3 Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	AA	Diario reflexivo
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	9.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.	CMCT AA	Diario reflexivo
	9.2 Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.	CSC	Diario reflexivo
	9.3 Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	CMCT CSC	Lista de control Vídeo explicativo
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones	10.1 Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, vídeo, sonido,), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	CD CL	Vídeo explicativo
	10.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la	CD CL	Vídeo explicativo

y argumentaciones de los mismos.	actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.		
---	---	--	--

Unidad didáctica 7: “¡Haz el mimo!”

CRITERIOS	ESTÁNDARES	CC	INSTRUMENTOS
2 interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.	AA CSC	Vídeo
	2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.	AA CSIEE	Vídeo
	2.4 Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.	CSIEE	Vídeo
7 reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	7.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	CSC	Vídeo
	7.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	CSC CSIEE	Diario reflexivo
	7.3 Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	CSC	Diario reflexivo
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10.1 Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	CD	Vídeo
	10.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	CD	Vídeo

Unidad didáctica 8: “Construcciones humanas”

CRITERIOS	ESTÁNDARES	CC	INSTRUMENTOS
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	AA CSC	Rúbrica Vídeo
	1.2 Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	AA CSIEE	Fichas de observación Diario reflexivo
	1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	AA	Diario reflexivo
	1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación	AA CSIEE	Rúbrica Ficha de observación
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.	CCEC AA	Vídeo Rúbrica
	2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.	AA CSIEE	Vídeo Rúbrica
	2.3 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.	CSC CCEC	Diario reflexivo Fichas de observación
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	7.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	CCEC	Rúbrica
	7.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	AA CSC CCEC	Diario reflexivo Vídeo
	7.3 Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	CSC CCEC	Rúbrica Diario reflexivo
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.	AA CSIEE	Diario reflexivo
	9.2 Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.	AA CSIEE	Diario reflexivo Rúbrica
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y	10.1 Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, vídeo, sonido...), como resultado del proceso	CD CSC	Vídeo

seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	de búsqueda, análisis y selección de información relevante.		
	10.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	CD CSC	Vídeo

Unidad didáctica 9: “Campeonatos mundiales”

CRITERIOS	ESTÁNDARES	CC	INSTRUMENTOS
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	7.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	CSC	Lista de control
	7.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	CMCT AA CSC CSIEE	Lista de control Memoria
	7.3 Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	CSC	Lista de control
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico deportivas.	AA	Memoria
	8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas.	CSC	Lista de control Memoria
	8.3 Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	AA CSC	Memoria
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y	10.1 Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, vídeo, sonido...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	CD CSIEE	Memoria Lista de control

argumentaciones de los mismos.	10.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	CD	Memoria Lista de control
---------------------------------------	--	----	-----------------------------

ANEXO 3. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Instrumento de evaluación (I). La rúbrica.

Rúbrica para U.D. 8: “Construcciones humanas”.

Aspecto a evaluar	1	2	3	4
Calidad figuras grupales.	No cumplen con el mínimo de figuras exigido, y no saben hacer las figuras.	Cumplen con el mínimo de figuras pero cuando las realizan son muy inestables	Cumplen con el mínimo de figuras y las mantienen con seguridad al realizarlas-	Realizan más figuras que el mínimo exigido y las ejecutan de manera adecuada.
Colaboración y trabajo en grupo.	No ha aportado nada al grupo y su comportamiento ha sido negativo	No ha aportado nada al grupo y su comportamiento ha sido bueno.	Aporta ideas al grupo y su comportamiento es bueno.	Aporta ideas al grupo, liderándolo y respetando a sus compañeros, acompañado de un buen comportamiento.
Medidas de seguridad y prevención	No ha tenido precaución en ningún momento.	Se preocupa por sí mismo pero no por los demás.	Se preocupa por sí mismo y sus acciones sobre los demás.	Se preocupa por sí mismo, sus acciones sobre los demás, y como actúan los demás entre ellos.
Originalidad de la composición.	No utiliza música y las figuras son todas sacadas de la hoja del profesor.	Utilizan música y las figuras son sacadas de la hoja del profesor.	Utilizan música y entre 1-2 figuras son originales del grupo.	Utilizan música y entre 3-4 figuras son originales del grupo.

Instrumento de evaluación (II). La lista de control.

Ejemplo de lista de control de la Unidad Didáctica ;Gira, salta, rueda!

Aspectos a evaluar	SI	NO
COMPORTAMIENTO Y PARTICIPACIÓN.		
1. Participa activamente en clase.		
2. Respeta a los compañeros y el profesor.		
3. Realiza las tareas indicadas.		
4. Se esfuerza intentando mejorar sus resultados.		
5. Cuida el material y lo recoge.		
ACCIONES TÉCNICAS VOLTERETA HACIA DELANTE.		
1. Pega la barbilla al pecho antes del volteo.		
2. Mantiene la barbilla pegada al pecho durante el volteo.		
3. Coloca las manos junto a las orejas.		
4. Apoya las manos al comenzar el volteo.		
5. Realiza el volteo lo más agrupado posible, rodando sobre su espalda.		
6. Aprovecha el impulso del volteo para levantarse.		
7. Apoya las manos en el suelo tras el volteo para levantarse.		
8. Al rodar, no se desvía fuera de la colchoneta.		

Instrumento de evaluación (III). El diario del profesor.

Fecha:		Curso:	
Unidad Didáctica:		N.º Sesión:	
Objetivo:			
Éxito	Bueno	Regular	Mal
Observaciones:			
Contenidos:			
Éxito	Bueno	Regular	Mal
Observaciones:			
Actividades propuestas:			
Éxito	Bueno	Regular	Mal
Observaciones:			
Organización del grupo:			
Éxito	Bueno	Regular	Mal
Observaciones:			
Implicación y clima en el grupo:			
Éxito	Bueno	Regular	Mal
Observaciones:			
Metodología utilizada:			
Éxito	Bueno	Regular	Mal
Observaciones:			

Instrumento de evaluación (IV). Ficha de coevaluación.

Nombre y apellidos:	Curso:	Fecha:
ASPECTOS POSITIVOS		ASPECTOS A MEJORAR
OBSERVACIONES:		

ANEXO 4. PRE-MODELO EDUCATIVO.

Finalidad	Momentos	Objetos	Tipo de instrumento	Qué decisiones tomar
A) DIAGNÓSTICA	INICIAL	Instalaciones Materiales Nivel de habilidades y estado físico Preferencia o gusto de alumnos Cohesión de grupos	Listado o check list para material o espacio (poner cuánto necesitas-cuánto hay-qué estado) Encuestas para alumnado DAFO Diario Exámenes para medir el saber (test inicial) Observación directa Sociograma (cohesión de grupos)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer e investigar las instalaciones de las que dispongo. 2. Buscar o proponer material que necesitamos. 3. Conocer alumnos y nivel inicial. 4. Establecer objetivos.
B) FORMATIVA	CONTÍNUA	Alumnos: <ul style="list-style-type: none"> • Saber ser • Saber • Saber hacer Profesores: <ul style="list-style-type: none"> • Acción docente 	Diario del alumno y docente Rúbrica alumnos-docentes autoevaluativas y coevaluativas Exámenes o pruebas Diferentes escalas o listas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Observar progreso. 2. Reconducir el progreso. 3. Incidir sobre la motivación. 4. Correcciones sobre lo observado.
C) SUMATIVA	FINAL	Opinión alumnos respecto a las sesiones Cumplimiento expectativas (actividades, contenidos, temporalización, objetivos) Organización de las clases Valores transmitidos Cohesión	Reflexión sobre el diario/portfolio de las sesiones Aporte de feedback Encuesta o cuestionario para los alumnos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Modificar o adaptar la programación para el año siguiente. 2. Entorno, material, o instalaciones (renovar o adaptar los mismos).

