



Universidad
de Alcalá

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA. EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO

Master Universitario en Formación del Profesorado especialidad en Educación Física

Presentado por:

D^a TERESA CRIADO RIOJA

Dirigido por: VÍCTOR TEJEIRO SANDOMINGO

Alcalá de Henares, 28 de junio de 2022



Universidad
de Alcalá

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA. EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO

Master Universitario en Formación del Profesorado especialidad en Educación Física

Presentado por:

D^a TERESA CRIADO RIOJA

Dirigido por: VÍCTOR TEJEIRO SANDOMINGO

Alcalá de Henares, 28 de junio de 2022

Contenido

1. Introducción.....	1
Justificación	1
2. Análisis de la realidad del centro y de su entorno	2
o Situación geográfica	2
o Reseña histórica	2
o Características del centro	3
o Entorno social y físico del centro	4
3. Características psicoevolutivas del alumnado	4
o Etapa educativa	4
o Características psicopedagógicas del alumnado	5
o Características específicas del grupo-clase.....	5
4. Objetivos generales.....	6
Objetivos generales de etapa (OGE).....	6
Objetivos del segundo nivel de concreción curricular.....	7
Objetivos de 3º de la ESO (3er NCC).....	8
5. Competencias	10
5.1 Competencia lingüística.....	10
5.2 Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.....	10
5.3 Competencia digital	11
5.4 Aprender a aprender.....	11
5.5 Competencia social y cívica	12
5.6 Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor	12
5.7 Conciencia y expresiones culturales	12
6. Contenidos.....	13
o Contenido de 1er nivel de concreción curricular	13
o Contenido de 3er nivel de concreción curricular	13

7. Temporalización de los contenidos	15
Temporalización de las unidades didácticas	17
8. Metodología.....	35
o Principios metodológicos.....	35
o Métodos de enseñanza	36
o Técnicas de enseñanza	36
o Estilos de enseñanza	37
o Estrategias de enseñanza.....	38
o Tipos de feedback	38
o Canales de comunicación.....	38
o Distribución y organización de los alumnos	38
9. Actividades de enseñanza aprendizaje	39
10. Recursos didácticos	40
Recursos humanos	40
Recursos materiales	40
Recursos espaciales.....	41
10. Interdisciplinariedad y intradisciplinariedad	41
Interdisciplinariedad	41
Intradisciplinariedad	42
11. Transversalidad.....	43
12. Atención a la diversidad	44
13. Evaluación	46
1º nivel de concreción curricular	47
2º nivel de concreción curricular	47
3º Nivel de concreción curricular	47
Plan de refuerzo individual	53
14. Innovación educativa.....	54

15. Conclusión.....	55
16. Bibliografía.....	55
18. Anexos.....	1
Anexo 1. Unidad didáctica 7. Quidditch World Cup. Descubriendo lo alternativo	1
1. Introducción.....	1
2. Objetivos.....	1
3. Competencias	2
4. Contenidos.....	2
5. Temporalización	3
6. Metodología.....	4
7. Actividades de enseñanza aprendizaje	5
8. Recursos didácticos	6
9. Transversalidad.....	6
10. Atención a la diversidad	7
11. Evaluación	8
12. Innovación educativa.....	9
13. Sesiones	9
Anexo 2. Instalaciones deportivas	20
Anexo 3. Contenidos del 1ºNCC	21
Anexo 4. Criterios y estándares 1º NCC.....	23
Anexo 5. Elementos transversales	27
Anexo 6. Autorización para salidas del centro	27
Anexo 7. Códigos QR deportes alternativos.....	29
Anexo 8. Escala de valoración numérica. Sesión Puzzle de Aronson.....	29
Anexo 9. Hoja de reflexión de deportes alternativos.....	29
Anexo 10. Ficha de evaluación de la práctica docente y enseñanza de las UD.....	30
Anexo 11. Ficha de evaluación de la práctica docente por parte del alumnado	30

1. Introducción

La presente programación didáctica está realizada para desarrollarse en el curso académico 2021-2022, dirigida a los alumnos y alumnas de 3º de ESO “A” del I.E.S. Antonio Machado situado en Alcalá de Henares, Madrid.

Para su creación, me he basado en la Ley Orgánica para la mejora de la calidad educativa (LOMCE), me guiaré, por lo tanto, del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato y 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.

He tenido en cuenta, en primer lugar, las características propias, sociales, culturales y económicas del alumnado. Considerando también la realidad del centro y del entorno donde se encuentra situado, incluyendo un análisis DAFO. Dentro de la programación anual se realizarán una serie de unidades didácticas que llamen la atención del alumno, adecuándolas a las instalaciones, los recursos y los materiales disponibles.

Las intenciones educativas con esta programación, basados en los principios de Néreci (1993) educar por medio de la experiencia propia; partir de los intereses, motivaciones y expectativas del alumnado; orientar hacia la reflexión y el espíritu crítico; orientar a un ambiente socializante y enseñar para que el aprendizaje pueda ser transferido

Justificación

La finalidad de la programación de aula es recopilar de manera ordenada toda la información necesaria para afrontar el curso académico. Se ha considerado la temporalización del curso para adecuar las unidades didácticas, para tener en cuenta posibles incidencias climatológicas que puedan impedir realizar ciertas actividades.

Los objetivos que se trabajarán a lo largo del curso estarán centrados en aprender habilidades deportivas, así como en la práctica de actividad física para la mejora de la salud. Profundizando en los conocimientos teóricos y prácticos, buscando afianzar hábitos posturales educados y de una ejecución técnica para evitar lesiones y también desarrollando una actitud reflexiva y crítica con autonomía e iniciativa para la práctica de la Educación Física, a partir de ahora EF.

Los contenidos estarán acordes a estos objetivos, planteados para que esta programación tenga coherencia. Para la consecución de estos contenidos y objetivos usaré diferentes tipos de enseñanza, sobre todo que estén orientadas a la búsqueda de autonomía por parte de los alumnos y así adquieran responsabilidades, preparándolos para el futuro. También se buscará que los alumnos sean lo más participativos posibles a la hora de realizar todas las sesiones. Además, desde el departamento animaremos a nuestro alumnado a realizar actividad física fuera del aula, ya sea por su cuenta o apuntándose a actividades deportivas extraescolares. En el apartado de Anexos se incluyen las sesiones y los documentos para realizar en las sesiones.

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

[o Situación geográfica](#)

El instituto en el que vamos a realizar esta programación es el IES Antonio Machado, situado en la localidad Madrileña de Alcalá de Henares. Según la información extraída del PEC del IES Antonio Machado está situado en el Distrito VIII de la ciudad de Alcalá de Henares, en un barrio conocido como Campo del Ángel, hoy en día se conviven en esta zona un número muy elevado de inmigrantes que pertenecen mayoritariamente a la clase social trabajadora de nivel socioeconómico medio-bajo, en la ciudad de Alcalá se agrupa un gran número de población inmigrante.

Alcalá de Henares cuenta con una amplia variedad de centros educativos, con 43 colegios, 13 institutos, 9 escuelas infantiles, 2 casas de niños, un colegio de educación especial. Además, la ciudad cuenta con una universidad.

[o Reseña histórica](#)

El IES Antonio Machado fue inaugurado oficialmente el mes de marzo de 1967 como la Universidad Laboral (U.L.A.H), pero venía funcionando desde octubre de 1966. En los años 60 y 70 el centro contaba con 11 plantas y con miles de alumnos procedentes de toda España para llenar las aulas de F.P., bachillerato e ingeniería técnica de telecomunicación en régimen de media pensión, de internado o externos, donde predominaban la ciencia, la cultura, el ocio y la preocupación política. No fue hasta el año 1994 que adquirió el centro la denominación de I.E.S. “Antonio Machado”. A día de hoy, las cuatro plantas superiores dedicadas a la escuela de ingeniería técnica de telecomunicación han sido derribadas. (IES Antonio Machado, 2022).

o Características del centro

A partir del Proyecto Educativo del Centro del IES Antonio Machado (2011) y la Programación General Anual (21-22) hemos recogido la información referida a los datos del centro.

A lo largo del curso 2020-2021 vamos a tener 32 grupos de ESO (se incluyen los grupos del PMAR en 2º y 3º de ESO) y 23 de Bachillerato (diurno y nocturno). El número de grupos en la ESO ha disminuido por la reducción de ratio que se produjo en 1º y 2º ESO el curso pasado y que provocó un aumento de grupos. En Bachillerato diurno el ratio es de 35 alumnos y en Bachillerato nocturno 17 alumnos por grupo. En total en todo el centro y sumando todos los estudios hay 3190 alumnos.

Figura 1.

Imagen aérea IES Antonio Machado



Nota. Imagen extraída de [Google Earth](#)

El IES Antonio Machado es un instituto con una gran oferta educativa. Tiene sección lingüística en francés, en Enseñanza Obligatoria y Bachillerato. Modalidades de: ciencias, artes, humanidades y ciencias sociales. Amplia oferta en Formación Profesional: Formación Profesional Básica, ciclos formativos de grado medio y grado superior. Oferta en vespertino para cuidados auxiliares de enfermería. Nocturno en bachillerato de artes. Centro adaptado a alumnado con dificultades de movilidad. Especialización deportiva y club de atletismo.

El centro cuenta con amplias y variadas instalaciones. La superficie total del recinto está en torno a 155.000 m² y dentro del recinto cuenta con 18.000 m² de pistas deportivas al aire libre, ver Anexo 2.

o Entorno social y físico del centro

El IES Antonio Machado está en la ciudad de Alcalá de Henares, provincia de Madrid. Para llegar en transporte público podremos utilizar los siguientes medios autobuses Urbanos: paradas en la puerta del instituto. Autobuses interurbanos: autobuses Línea 227 haciendo el trayecto de Madrid (Avda. de América) - Alcalá de Henares. Cercanías RENFE: Estación de “Alcalá de Henares”. Para llegar al instituto cruzar las vías por cualquiera de los dos puentes y andar unos 400 metros. Además, transporte escolar para los alumnados de los Santos de la Humosa y Valdeavero.

Tabla 1.

Matriz DAFO del IES Antonio Machado

Contexto interno	Contexto externo
Debilidades	Amenazas
<ul style="list-style-type: none">• Antiguo• Mucha distancia entre aulas y zona deportiva	<ul style="list-style-type: none">• Cantidad de centros concertados por la zona• Alto porcentaje de población inmigrante en situación de riesgo social
Fortalezas	Oportunidades
<ul style="list-style-type: none">• Buenas instalaciones• Un gran número de instalaciones deportivas• Gran y variada oferta educativa• Buena conexión de transporte público• Adaptado a alumnado con dificultad de movimiento• Instituto de especialización deportiva• Buena implicación y formación del profesorado	<ul style="list-style-type: none">• Aprovechar las instalaciones deportivas ofertando actividades extraescolares• Centro de prácticas para alumnos del grado de educación• Buen reconocimiento del centro en la zona

Nota. Elaboración propia

Tras realizar el análisis DAFO, he establecido unas pautas de acción que son las siguientes: no dejar participar en la clase a los alumnos que lleguen 5 minutos tarde a la clase, a no ser que tengan un motivo justificado. Aprovechar todas las instalaciones deportivas del centro. Animar al alumnado a que se apunten a las actividades extraescolares.

3. Características psicoevolutivas del alumnado

o Etapa educativa

La programación va enfocada hacia un grupo de alumnos de 3º de la ESO del grupo A. En un rango de edad de 14 y 15 años, se encuentran en la adolescencia media. En esta etapa van ganando confianza en sí mismos, tienen gran sentido de la justicia y mejoran

las relaciones con sus iguales, coincidiendo con el máximo periodo de conflicto con los padres. En el desarrollo físico, interiorizan sus nuevas proporciones corporales, lo que conlleva la mejora de la coordinación, la precisión y la capacidad de hacer gestos técnicos más complejos (Pérez Pueyo & Casanova Vega, 2007).

o Características psicopedagógicas del alumnado

En el tercer curso de secundaria los alumnos comienzan a razonar de una forma más compleja. Se produce la mejora de la inteligencia operativa-formal, aumenta la posibilidad de contemplar un mayor número de alternativas a las circunstancias, influye de forma directa en la identidad personal. (Álvarez, 2010)

En esta etapa de la adolescencia existen diferentes cambios (Pedreira & Martín, 2000; Pérez Pueyo & Casanova Vega, 2007; Álvarez, 2010):

Características hormonales, en las niñas se elevan los estrógenos y en los niños los andrógenos. Como consecuencia de ellos se produce la aparición y distribución del vello, la redistribución del tejido adiposo, en la mujer se manifiesta el desarrollo mamario y la grasa en las caderas; el incremento de la masa muscular; cambio de la voz, y posible aparición de acné. También aparece la menarquia, aumento del impulso sexual y cambios en el comportamiento. **Características corporales**, se adquiere una nueva imagen corporal, debido a los cambios corporales. Es preciso incorporar una nueva imagen del cuerpo, reapropiarse del propio cuerpo a través de las marcas (modas, tatuajes, caracteres diversos). **Características cognitivo-intelectual**, aparece la capacidad de manejo de conceptos complejos, análisis lógico y la crítica. Aumenta la capacidad de análisis de sus sentimientos. **Características psicomotrices**, interiorización funcional de las nuevas dimensiones corporales aumenta la capacidad de rendimiento, coordinación y precisión. Se produce una estabilización de los niveles de VO₂max y el desarrollo final de la vía anaeróbica láctica, además de la mejora de la capacidad aeróbica. **Características sociales**, comienzan a tomar decisiones de forma autónoma, como la elección de modas o la pertenencia a un grupo. Comienzan a rechazar el mundo adulto y necesitan autoafirmarse. También comienzan a interesarse por la experimentación sexual.

o Características específicas del grupo-clase

En esta clase de 3º de la ESO “A” podemos encontrar a 28 alumnos. De estos 28 alumnos 12 son chicas y 16 son chicos. De estos 28 alumnos un chico con asma bronquial, de tipo

episódico ocasional, se produce por la exposición a alérgenos, en concreto, al polen de las gramíneas teniendo mayor incidencia en las estaciones de primavera y verano.

Hay que destacar que existe una buena relación entre compañeros, este será un factor positivo diferencial a la hora de planificar las clases, puesto que no existen divisiones en el grupo y son capaces de trabajar en grupo sin el menor problema.

4. Objetivos generales

Objetivos generales de etapa (OGE)

De acuerdo con el capítulo 3 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. Estableciendo que esta contribuirá a desarrollar en los alumnos las capacidades que le permitan:

- 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.

Objetivos del segundo nivel de concreción curricular

Para establecer los objetivos de 3º de la ESO de departamento hemos tenido en cuenta los objetivos trabajados en los cursos anteriores respetando así la jerarquización horizontal.

1. Resolver diferentes problemas motrices utilizando habilidades motrices específicas.
2. Solucionar situaciones de oposición, colaboración y colaboración-oposición que se presenten durante la práctica deportiva. Bádminton y baloncesto.
3. Mejorar la condición física enfocada a la salud.
4. Crear y representar composiciones musicales grupales.
5. Utilizar de las nuevas tecnologías como fuente de comunicación y información en el proceso de aprendizaje.

6. Valorar la importancia de la práctica frecuente de actividad física para el progreso y mantenimiento de la salud, relacionando el resultado de esta práctica con la mejora de la calidad de vida
7. Realizar una ruta de orientación utilizando brújula y mapa.
8. Conocer las posibilidades que ofrece la actividad física como ocio y fomento las relaciones sociales.
9. Mantener una conducta respetuosa y responsable hacia las personas y también hacia el medio.

Objetivos de 3º de la ESO (3er NCC)

Estos objetivos pertenecen al tercer nivel de concreción curricular y vienen determinados por mí. Para ello, me he basado en los criterios de evaluación del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato (B. O. E. Núm. 3, 169, 3 de enero). Los objetivos para 3º de la ESO que se desarrollarán en las Unidades Didácticas son los siguientes.

Tabla 2.

Relación de objetivos y competencias con unidades didácticas

Competencias	O.G.E	O. 3º ESO	Unidades didácticas	Objetivos didácticos
CSC, SIEE	a), c)	1, 8	¡Preparados, listos ya!	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizar habilidades motrices específicas para los diferentes actividades y juegos propuestos. • Respetar las reglas, así como a los compañeros, profesor, al entorno y los materiales • Mantener las medidas de seguridad para la realización de la clase
CD, SIEE, AA, CMCT	e), f), k)	1, 3, 6, 7, 8	Brawl Stars. El deporte es salud	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer hábitos de vida saludable relacionados con la nutrición el ejercicio físico, descanso, la higiene y la higiene postural • Entender la relación existente entre la salud, el deporte y la actividad física. • Poner en práctica y conocer test sobre las cualidades físicas básicas que les permitirán valorar su condición física. • Utilizar habilidades motrices específicas en las tareas orientadas al mantenimiento de la salud.
CSC, SIEE, CL, AA, CMCT	a), b), d), g), k)	5, 7, 8	Clash Royale. Organizadores y Periodistas.	<ul style="list-style-type: none"> • Organizar, planificar y dirigir partidos de diferentes deportes propuestos • Reconocer las normas de los diferentes deportes • Arbitrar a los compañeros en los deportes propuestos • Adoptar una actitud crítica ante las diferentes situaciones que suceden en los partidos • Respetar las reglas, así como a los compañeros, profesor, al entorno y los materiales

CSC, SIEE, AA	b), k)	1, 2, 8	Pokémon. Bádminton	<ul style="list-style-type: none"> Solucionar contextos motrices individuales usando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas del bádminton Perfeccionar la realización de los elementos técnicos y del reglamento de Badminton aprendidos en cursos anteriores Manifestar actitudes de cooperación, tolerancia, deportividad y “juegos limpio”
AA, CSC, CEC, CD	c), d), e), h), j), k), l)	1, 4, 7, 8	Fornite. Danzas tradicionales y actuales	<ul style="list-style-type: none"> Conocer diferentes tipos de danzas actuales y tradicionales Utilizar habilidades motrices específicas en tareas orientadas a la expresión corporal Realizar actividades rítmico-expresivas básicas Representar acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, empleando técnicas de expresión corporal y otros recursos
AA, SIEE, CMCT, CD	f), g), k)	1, 3, 6	Cooking Mama: Alimentación saludable	<ul style="list-style-type: none"> Utilizar habilidades motrices específicas en las tareas orientadas al mantenimiento de la salud. Conocer los beneficios de una alimentación saludable, así como la composición de los nutrientes para llegar a ésta. Poner en práctica y conocer test sobre las cualidades físicas básicas que les permitirán valorar su condición física.
AA, CSC	a), b), c), k)	1, 2, 8	Quidditch World Cup. Descubriendo lo alternativo	<ul style="list-style-type: none"> Conocer diferentes deportes alternativos: Ultimate, Kinball, Tchoukball y Pinfuvote Solucionar contextos motrices de colaboración-oposición en los diferentes deportes Manifestar actitudes de cooperación, tolerancia, deportividad y “juegos limpio”
AA, CSC, SIEE, CL	a), k)	1, 2, 8	NBA 2K21 Baloncesto	<ul style="list-style-type: none"> Solucionar contextos motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas de baloncesto Solucionar contextos motrices de colaboración-oposición, utilizando las tácticas más adecuadas Desarrollar y dirigir calentamiento específico de baloncesto Ser capaz de evaluar a los compañeros
AA, CD, SIEE, CMCT	e), k)	1, 3, 8	Super Mario. Corre y salta	<ul style="list-style-type: none"> Solucionar contextos motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas de atletismo Utilizar recursos tecnológicos para analizar los gestos específicos de atletismo
AA, CSC, SIEE, CL, CMCT	a), b), d), g), k)	1, 5, 7, 8	Among US. Perdiendo el norte	<ul style="list-style-type: none"> Utilizar habilidades motrices específicas en las tareas orientadas a las actividades en el medio natural. Adoptar medidas de protección y mejora del medio ambiente en la realización de actividades físicas en el medio natural. Usar las actividades en el medio natural para valorar la actividad física a través de la salud y de las relaciones socio afectivas
CD, SIEE, AA	b), k)	1, 3, 6	Wii fit. Ponte a prueba	<ul style="list-style-type: none"> Utilizar habilidades motrices específicas en las tareas orientadas al mantenimiento de la salud.

					<ul style="list-style-type: none"> • Poner en práctica y conocer test sobre las cualidades físicas básicas que les permitirán valorar su condición física.
AA, SIEE, CD, CL	CSC, CEC,	a), c), d), k), l)	1, 4, 7, 8	Just Dance. Sigue el ritmo	<ul style="list-style-type: none"> • Usar la expresión corporal para valorar la actividad física a través de la salud y de las relaciones socio afectivas • Crear y representar una coreografía grupal • Manifiestar conductas de cooperación, tolerancia y respeto hacia los compañeros • Ser capaz de evaluar a los compañeros

Nota. Elaboración propia

5. Competencias

En referencia a las definiciones determinadas en el artículo 2 del Real Decreto 1105/2014. Se entiende por competencias las capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, con el fin de alcanzar la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos. A continuación, explicaré en qué consiste cada competencia y como lo trabajaré en algunas unidades didácticas, a partir de ahora UD.

5.1 Competencia lingüística

Con esta competencia se pretende trabajar la capacidad para manifestar e interpretar hechos, sentimientos, opiniones, acontecimientos, conceptos y sentimientos de forma verbal y escrita, para interactuar de una manera apropiada en diferentes contextos.

En Educación Física son constantes las interacciones que se originan en las clases por diferentes vías de comunicación. Así como el desarrollo de lenguaje no verbal, por medio de actividades de expresión corporal. En esta programación se observa claramente esta competencia en las siguientes unidades didácticas: UD 3. En la que se hace una interdisciplinariedad con lengua y tienen que hacer textos expositivos desde diferentes perspectivas del deporte, jugadores, árbitros y espectadores. Y en la UD 8 en la que tienen que dirigir un juego o ejercicio de calentamiento en una sesión

5.2 Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

La competencia matemática es la destreza para desarrollar y emplear el razonamiento matemático para solucionar diversos problemas en situaciones diarias. La competencia científica hace referencia a la habilidad de utilizar el conjunto de los conocimientos y la metodología empleados para explicar la naturaleza, para plantear cuestiones y extraer

conclusiones basadas en pruebas. Por competencia tecnológica se refiere a la aplicación de estos conocimientos y metodología.

La educación física está muy relacionada con esta competencia, las adaptaciones corporales que se producen en el cuerpo por la práctica de actividad física regular, los hábitos saludables y la alimentación. También en los diferentes deportes, donde se tiene que tener en cuenta la posición relativa de los objetos, el conocimiento del cuerpo en el espacio y la relación entre los objetos y el propio cuerpo con el espacio. Algunas de las unidades didácticas en las que se desarrollará esta competencia son: la UD 2 en la que tienen que buscar evidencias científicas de los beneficios del ejercicio físico en la salud. O en la UD 10 donde tendrán que interpretar mapas.

5.3 Competencia digital

La competencia digital hace referencia al empleo seguro y crítico de las tecnologías, con el fin de obtener, almacenar, crear, mostrar e intercambiar información. Para la utilización de recursos tecnológicos es necesario una actitud crítica y reflexiva y un uso responsable de los medios interactivos.

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación en EF se utilizan para investigar y procesar información, aumentando el conocimiento. Estos recursos se utilizarán para hacer trabajos de distinto tipo: textos, presentaciones, videos y exponerlos a sus compañeros. Por otro lado, la existencia de numerosas aplicaciones móviles relacionadas con la práctica de actividad física se utilizarán en diferentes actividades para el desarrollo de la condición física y las actividades físico-deportivas en el medio natural. Como en la UD 5 en la que tendrán que hacer una búsqueda y una presentación, utilizando recursos digitales, de la danza que les corresponda. En la UD 9 de atletismo se tendrán que grabar y editar el video añadiendo ángulos y líneas para ver si su gesto técnico es correcto.

5.4 Aprender a aprender

Hace referencia a la capacidad para iniciar el aprendizaje y persistir en él, establecer su propio aprendizaje, gestionar el tiempo y la información adecuadamente, tanto de forma individual como en grupo. Es necesario ser consciente del propio proceso de aprendizaje y las necesidades de cada uno. Esta competencia significa obtener, procesar y asimilar nuevos conocimientos y capacidades.

Está presente en todas las UD porque se fomentará que el alumno sea el protagonista de su propio aprendizaje, por medio de un proceso reflexivo. Desarrollando la capacidad de afrontar nuevos retos de aprendizaje.

5.5 Competencia social y cívica

La competencia social se relaciona con el bienestar personal y colectivo, requiere entender como las personas pueden gestionar un estado de salud física y mental óptimo. Para poder participar completamente en los entornos social e interpersonal, es esencial comprender los códigos de conducta. La competencia cívica prepara para participar completamente en la vida cívica, gracias a la comprensión de ideas y estructuras sociales y políticas, y al compromiso de participación activa y democrática.

Para facilitar la integración, el respeto la tolerancia, la cooperación, la aceptación de normas y el trabajo en equipo las actividades físico-deportivas son de gran utilidad. La competencia social y cívica estará presente en la mayoría de nuestras unidades didácticas. Pero esta competencia se observa claramente en las siguientes unidades didácticas: UD 3 de organización y dirección de torneos y en la UD 12 en la que tienen que trabajar entre todos los del grupo para hacer una coreografía.

5.6 Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

Esta se refiere a la habilidad para transformar las ideas en hechos, está relacionada con la innovación, creatividad y asunción de riesgos. También capacidades como la planificación, organización, gestión, liderazgo y comunicación. En la asignatura de educación física se puede desarrollar esta competencia tanto de manera individual como colaborativa dentro de un equipo. Se trabajará, por ejemplo, en la UD 10 “Perdiendo el norte” en la prueba de orientación.

5.7 Conciencia y expresiones culturales

Esta abarca los conocimientos básicas de las principales obras culturales. Fomenta la apreciación de la expresión creativa de opiniones, emociones y experiencias a través de diferentes medios como la música, la literatura, las artes plásticas y escénicas. En esta programación se trabajará en las UD 5 “Danzas tradicionales y actuales” en la que a través de manifestaciones artístico-expresivas nuestros alumnos conocerán, experimentaran y valoraran la riqueza cultural de la sociedad a través de las danzas.

6. Contenidos

o Contenido de 1er nivel de concreción curricular

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, define estos contenidos como el conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que contribuyen al logro de los objetivos de cada enseñanza y etapa educativa y a la adquisición de competencias.

Los contenidos del área de Educación Física han sido extraídos 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. Los contenidos del 3º de la ESO de 1erNCC se pueden ver en el Anexo 3.

o Contenido de 3er nivel de concreción curricular

Las características del centro se adaptan a los contenidos del decreto por lo que directamente se pasa a los contenidos de 3er nivel de concreción curricular. Los contenidos se presentarán en todo momento de forma ordenada, progresiva, de lo más simple a lo más complejo, con la claridad suficiente para que el alumnado vea la interrelación de estos y comprenda su secuenciación. Así mismo, se buscará la interconexión con otras áreas de la educación, haciendo proyectos interdisciplinares con otras asignaturas para reforzar el aprendizaje.

- A. Afianzamiento de actitudes preventivas y hábitos de higiene postural en las actividades diarias y en la práctica de actividades físicas.
- B. Conocimiento y puesta en práctica de las partes de una sesión de educación física.
- C. Cumplimiento de los valores de respeto y compañerismo en el deporte, así como a las normas dictadas por el profesor y el centro .
- D. Utilización de métodos para obtener valores saludables de fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad.
- E. Evaluación de la condición física a través de test sobre las cualidades físicas básicas.
- F. Conocimiento de beneficios de la práctica de una actividad física habitual y su incidencia sobre la salud.
- G. Mejora en el dominio de los elementos técnicos, principios tácticos y conocimiento de las normas de atletismo, bádminton, baloncesto y deportes alternativos.
- H. Desarrollo de las habilidades específicas de atletismo: carrera de vallas y salto Fosbury.

- I. Edición de video de gesto técnico del carrera de valla y salto Fosbury.
- J. Colaboración en la realización y participación de torneos deportivos de bádminton y baloncesto.
- K. Análisis y evaluación crítica de los características de trabajo en equipo y juego limpio propios de la actividad física y el deporte frente a la competitividad excesiva, violencia o actitudes discriminatorias.
- L. Desarrollo de las habilidades específicas de deportes de adversario: bádminton.
- M. Uso creativo de técnicas rítmico-expresivas en la creación y representación de composiciones corporales colectivas.
- N. Análisis y búsqueda de información de danzas tradicionales y actuales
- O. Presentación grupal de una danza racional o actual.
- P. Coevaluación de la implicación, desarrollo y participación de los compañeros en los trabajos grupales.
- Q. Evaluación de hábitos saludables, macronutrientes de los alimentos, balances energético, ingesta y gasto calórico.
- R. Aprendizaje de los macronutrientes de los alimentos, así como de las necesidades nutritivas propias.
- S. Desarrollo de las habilidades específicas de deportes de colaboración oposición: baloncesto, ultimate frisbe, kinball, tchoukball y pinfuvote.
- T. Coevaluación de fundamentos técnicos y tácticos del baloncesto.
- U. Nutrición y actividad física y deportiva. Conocimiento de las necesidades alimenticias relacionadas con actividades físicas y deportivas de diversa intensidad. Creación de costumbres alimenticias adecuadas.
- V. Uso de las tecnologías de la información y la comunicación para la aumento de conocimientos relativos a la materia.
- W. Realización de actividades en la naturaleza. Consolidación de hábitos de respeto y cuidado del medio ambiente.
- X. Utilización de mapas y brújulas dentro del centro de estudios y en otros espacios naturales.

Tabla 3.

Relación de los contenidos de 1ºncc con los de 3ºncc

Contenido de 1er NCC	Contenido de 3er NCC
----------------------	----------------------

1. Actividades individuales en medio estable:	G, H, I, B
2. Actividades de adversario: el bádminton	G, J, K, L, C
3. Actividades de colaboración-oposición: baloncesto	G, T, P, S
4. Actividades en medio no estable: orientación	W, X
5. Actividades artístico-expresivas: danzas	M, N,
6. Salud:	A, D, F, D, V
7. Balance energético entre ingesta y gasto calórico.	Q, R, U

Nota. Elaboración propia

Una vez expuesto los contenidos a tratar en el curso de 3º de la ESO, se dividirán según el ámbito de conducta humana al que se encuentran relacionados (González Rivera y Campos Izquierdo, 2014).

Tabla 4.

Contenidos según el ámbito

CONTENIDOS		
Ámbito cognitivo (SABER)	Ámbito motriz (SABER HACER)	Ámbito socioafectivo (SABER SER)
B, D, F, I, J, K, N, Q, R, T, U, V, X	A, B, D, E, G, H, I, J, L, M, O, S, W, X	C, J, K, M, O, P, T, W

Nota. Elaboración propia

7. Temporalización de los contenidos

La temporalización de esta programación ha sido planificada en función del calendario escolar de la Comunidad de Madrid, extraído de la ORDEN 1734/2021, del Consejero de Educación y Juventud, por la que se establece el Calendario Escolar para el curso 2021/2022 en los centros educativos no universitarios sostenidos con fondos públicos de la Comunidad de Madrid. Para nuestra programación contaremos con 74 sesiones repartidas durante el curso, los martes en el pabellón polideportivo y los jueves en las pistas exteriores. Teniendo la posibilidad de utilizar otras instalaciones si están disponibles. En el apartado de intradisciplinariedad se justifica el porqué de esta temporalización.

Tabla 5.

Temporalización de las unidades didácticas

UD	Bloque	Contenido	Título UD	Nº sesiones	Fechas
1º Trimestre					

1		Presentación	¡Preparados, listos, ya!	4	09/09/2021 hasta 21/09/2021
2	6	Actividad física y salud: condición física	Brawl Stars. El deporte es salud.	5	23/09/2021 hasta 21/10/2021
3	2	Organización de torneos	Clash Royale. Organizadores y Periodistas.	7	28/09/2021 hasta 07/03/2022
4	2	Deportes individuales: Bádminton	Pokemon. Bádminton	7	05/10/2021 hasta 09/11/2021
5	5	Expresión corporal y bailes tradicionales	Fornite.. Danzas tradicionales y actuales	8	11/11/2021 hasta 21/12/2021
2º Trimestre					
6	7	Balance energético e ingesta calórica + condición física	Cooking Mama. Alimentación saludable	6	11/01/2022 hasta 10/02/2022
7	3	Deportes colectivos: deportes alternativos. • Ultimate frisbe • Kinball • Tchoukball • Pinfuvote	Quidditch World Cup. Descubriendo lo alternativo	6	13/01/2022 hasta 17/02/2021
8	3	Deportes colectivos: Baloncesto	NBA 2K21. Baloncesto	6	22/02/2022 hasta 29/03/2022
9	1	Deportes individuales: Atletismo	Super Mario. Corre y salta	5	24/02/2022 hasta 24/03/2022
3º Trimestre					
10	4	Actividad en el medio natural: Orientación	Among Us. Buscando el norte	8	19/04/2022 hasta 19/05/2022
11	6	Condición física	Wii Fit. Ponte a prueba	6	10/05/2022 hasta 16/06/2022
12	5	Expresión corporal y composición musical	Just Dance. Sigue el ritmo	6	24/05/2022 hasta 23/06/2022

Nota. Elaboración propia

Tabla 6.

Calendario escolar con sesiones de las unidades didácticas

Primer Trimestre

Septiembre 2021							Octubre 2021							Noviembre 2021							Diciembre 2021						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	29	30						27	28	29	30	31		

Inicio
 UD1
 UD 2
 UD 3
 UD 4
 UD 5

Segundo Trimestre

Enero 2022							Febrero 2022							Marzo 2022							Abril 2022						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
					1	2	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6				1	2	3			
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24

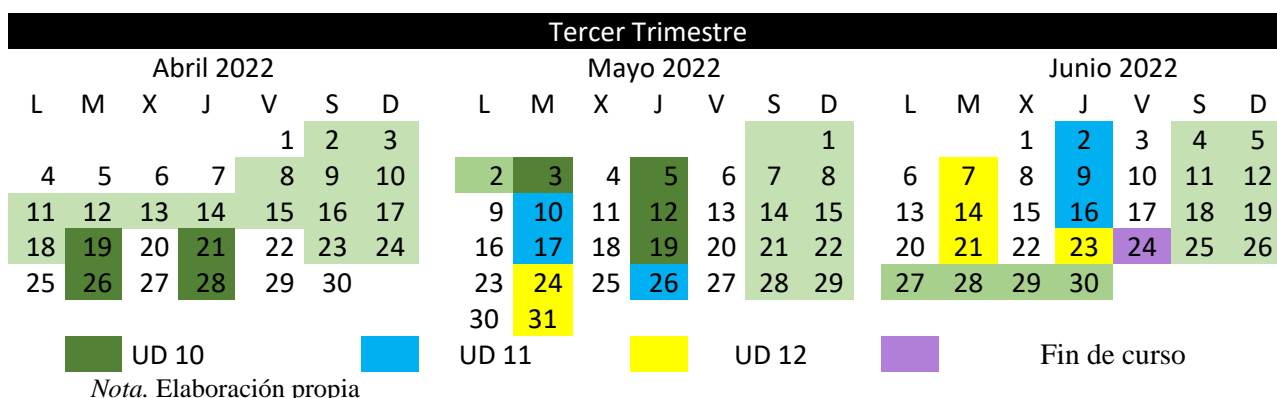
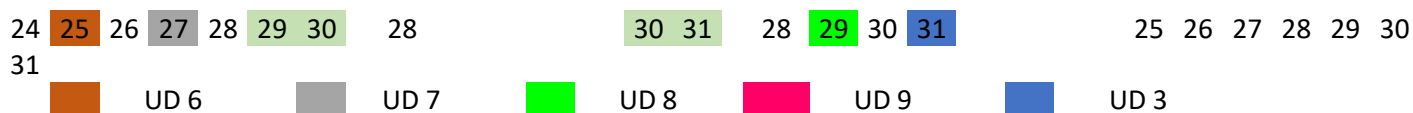


Tabla 7.

Actividades programadas





Actividades programadas	Lugar	Fecha	UD
Visita de jugador profesional de bádminon. Selección madrileña	IES Antonio Machado	2 de noviembre	4
Cross de institutos	Ciudad deportiva Municipal, El Val. Alcalá de Henares	24 de marzo	
Carrera de Orientación	Alcalá de Henares	5 de mayo	10
Representación de coreografía	Salón de actos, IES Antonio Machado	21 de junio	12

Nota. Elaboración propia





Temporalización de las unidades didácticas

Tablas de temporalización de UD tomada de González Rivera y Campos Izquierdo (2014).

Nº UD	TÍTULO UD	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES
1	¡Preparados, listos ya!	09/09/2021 hasta 21/09/2021	4
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS	
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar habilidades motrices específicas para los diferentes actividades y juegos propuestos. Respetar las reglas, así como a los compañeros, profesor, al entorno y los materiales Mantener las medidas de seguridad para la realización de la clase 		<ul style="list-style-type: none"> Competencia social y cívica Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor 	
CONTENIDOS			
<ul style="list-style-type: none"> Afianzamiento de actitudes preventivas y hábitos de higiene postural en las actividades diarias y en la práctica de actividades físicas. Cumplimiento de los valores de respeto y compañerismo en el deporte, así como a las normas dictadas por el profesor y el centro . 			





METODOLOGÍA		
TÉCNICAS DE ENSEÑANZA	ESTILOS DE ENSEÑANZA	ORGANIZACIÓN
Instrucción directa	Mando directo Asignación de tareas	Individual Grupos de 4
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE		
<p>De iniciación: cuestionario inicial dónde aparezcan preguntas sobre la actividad física que realizan, además de sus preferencias en cuanto a actividad física.</p> <p>De motivación: se les enseñará un video motivante para comenzar la asignatura.</p> <p>De desarrollo: las actividades estarán encaminadas a conocer cómo van a ser las sesiones de EF durante el curso. Estructura, normas...</p>		
RECURSOS DIDÁCTICOS		
HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES
28 alumnos 1 profesor de EF	Conos Petos Balones	Pista de césped artificial Sala de ordenadores Pabellón polideportivo
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
	<p>Fomento de la participación:</p> <ul style="list-style-type: none"> El alumnado ayudará a transportar el material de la sesión. <p>Actividades de profundización:</p> <ul style="list-style-type: none"> Rellenar fichas de observación para que analicen y apunten el trabajo de sus compañeros además de aportar variantes a los ejercicios planteados 	
	<p>Actividades de profundización:</p> <ul style="list-style-type: none"> Rellenar fichas de observación para que analicen y apunten el trabajo de sus compañeros además de aportar variantes a los ejercicios planteados 	
	<p>Actividades de refuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> Deberá hacer una visualizar el video y responder a varias preguntas sobre la EF 	
	<p>Evaluación y diagnostico para conocer capacidades de cada alumno</p> <ul style="list-style-type: none"> Se pasará un test a cuestionario a todos los alumnos para conocer datos relacionados con la actividad física. 	
TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
<p>Educación en igualdad: todos los ejercicios que se realicen durante la UD se harán de forma mixta entre chicos y chicas tratando de no agrupar a todo el alumnado del mismo género.</p>		
EVALUACIÓN		
Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Tipos de evaluación
4.2 5.2 10.1	Mapa conceptual (10%)	Heteroevaluación por parte del profesor

Nº UD	TÍTULO UD	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES
2	Brawl Stars. El deporte es salud	23/09/2021 hasta 21/10/2021	5
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS	
<ul style="list-style-type: none"> Conocer hábitos de vida saludable relacionados con la alimentación el ejercicio físico, descanso, la higiene y la higiene postural Entender la relación existente entre la salud, el deporte y la actividad física. Poner en práctica y conocer test sobre las cualidades físicas básicas que les permitirán valorar su condición física. 		<ul style="list-style-type: none"> Competencia digital Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor Aprender a aprender Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. 	

<ul style="list-style-type: none"> Utilizar habilidades motrices específicas en las tareas orientadas al mantenimiento de la salud. 		
CONTENIDOS		
<ul style="list-style-type: none"> Consolidación de actitudes preventivas y hábitos de higiene postural en las actividades cotidianas y en la práctica de actividades físicas. Métodos para llegar a valores saludables en la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad. Evaluación de la condición física a través de test sobre las cualidades físicas básicas. Beneficios de la práctica de una actividad física regular y su incidencia sobre la salud. 		
METODOLOGÍA		
TÉCNICAS DE ENSEÑANZA	ESTILOS DE ENSEÑANZA	ORGANIZACIÓN
Instrucción directa	Asignación de tareas	Individual Parejas
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE		
<p>De motivación: al empezar la UD harán una actividad basada en el juego Brawl Stars, en grupos de 3 tendrán que hacer diferentes retos propuestos por el profesor. Cada reto que consiguen obtendrá una “Moneda de oro”, cada una de esas monedas es un hábito saludable. El primer grupo en conseguir todas las monedas gana.</p> <p>De síntesis: Cuestionario sobre beneficios de la práctica actividad física sobre la salud</p>		
RECURSOS DIDÁCTICOS		
HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES
28 alumnos Profesor de EF	Cronómetros Proyector	Pista de atletismo Pabellón polideportivo
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
	Fomento de la participación: Ayudará a tomar medidas de los compañeros durante los test	
	Fomento de la participación: Ayudará a tomar medidas de los compañeros durante los test	
	Actividades de consolidación: Deberán hacer un trabajo buscando información relacionada con las cualidades físicas básicas y su incidencia en la salud.	
	<p>Evaluación y diagnóstico para conocer capacidades de cada alumno: Test de condición física iniciales</p> <p>Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión.</p>	
TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
<p>Educación para la salud: Se promoverá la práctica diaria de deporte y ejercicio físico. Así como hábitos de vida saludable, higiene postural, descanso.</p>		
EVALUACIÓN		
Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Tipos de evaluación
4.1; 4.4; 5.1	(15%) Test de condición física.	Heteroevaluación por parte del profesor
4.5; 5.2		


	(10%) Cuestionario actividad física y salud.	
INNOVACIÓN EDUCATIVA		
Juego de iniciación-explicación relacionado con un videojuego actual, para que los alumnos comiencen la UD motivados.		




Nº UD	TÍTULO UD	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES
3	Clash Royale. Organizadores y Periodistas.	28/09/2021 hasta 07/03/2022	6
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS	
<ul style="list-style-type: none"> Organizar, planificar y dirigir partidos de diferentes deportes propuestos Reconocer las normas de los diferentes deportes Arbitrar a los compañeros en los deportes propuestos Adoptar una actitud crítica ante las diferentes situaciones que suceden en los partidos Respetar las reglas, así como a los compañeros, profesor, al entorno y los materiales 		<ul style="list-style-type: none"> Competencia social y cívica Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor Competencia lingüística Aprender a aprender Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. 	
CONTENIDOS			
<ul style="list-style-type: none"> Cumplimiento de los valores de respeto y compañerismo en el deporte, así como a las normas dictadas por el profesor y el centro . Colaboración en la realización y participación de torneos deportivos de bádminton y baloncesto. Análisis y evaluación crítica de los características de trabajo en equipo y juego limpio propios de la actividad física y el deporte frente a la competitividad excesiva, violencia o actitudes discriminatorias. 			
METODOLOGÍA			
TÉCNICAS DE ENSEÑANZA	ESTILOS DE SENSEÑANZA	ORGANIZACIÓN	
Instrucción directa	Asignación de tareas Microenseñanza	Grupos de 4-5 personas Parejas	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE			
<p>De inicio: el profesor escogerá 7 alumnos y les explicará diferentes formas de organizar un torneo. Serán los alumnos profesores, que explicarán el resto de los alumnos como se crea un torneo.</p> <p>De motivación: para elegir el torneo que más les gusta se hará una dinámica basada en el juego Clash Royale. Cada grupo tendrá tres torres (que serán conos) y las tendrán que proteger. Con pelotas pequeña de goma los equipos tendrán que derribar las torres de los contrarios y proteger la suya. La torre que quede será el torneo que se lleve a la práctica, por lo que no deberán ir a por las opciones que les gusten.</p> <p>De desarrollo: se llevará a cabo el torneo realizando diferentes roles.</p> <p>De consolidación: se harán textos de con la experiencia personal y un debate para reflexionar</p>			
RECURSOS DIDÁCTICOS			
HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES	
28 alumnos Profesor de lengua	Raquetas de bádminton Volantes de bádminton	Polideportivo Pistas de bádminton	

Profesor de Educación física	Redes de bádminton Balones de baloncesto Canastas Pizarra	Pista de baloncesto
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
	Fomento de la participación: Hará la función de árbitro, entrenador o espectador	
	Fomento de la participación: Hará la función de árbitro, entrenador o espectador	
	Actividades de consolidación: Crear un modelo de torneo de bádminton y otro de baloncesto	
	Adaptación de la agrupación: En su equipo habrá más personas, para que pueda hacer cambios Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión.	
INTERDISCIPLINARIEDAD		
<p>Con la asignatura de lengua castellana y literatura, tendrán que escribir diferentes tipos de textos desde diferentes puntos de vista, tras finalizar los torneos.</p> <p>En los torneos de Badminton tienen que hacer textos expositivos</p> <p>En el torneo de baloncesto textos argumentativos</p> <p>Además, se hará un debate sobre diferentes situaciones: como el juego limpio y el trabajo en equipo, aspectos propios de la actividad física y el deporte frente a la competitividad exagerada, violencia o conductas discriminatorias.</p>		
TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
<p>Libertad de expresión: expresar opiniones e ideas con una actitud crítica a la hora de arbitrar, así como a la hora de realizar los textos en lengua castellana y literatura.</p> <p>Educación en igualdad: los torneos se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.</p>		
EVALUACIÓN		
Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Tipos de evaluación
3.1; 3.2	Registro de acontecimientos (5%)	Heteroevaluación por parte del profesor
3.3; 7.1; 7.2; 8.2	Escala de valoración (15%)	
2º Trimestre		
3.1; 3.2	Registro de acontecimientos (5%)	Heteroevaluación por parte del profesor
3.3; 7.1; 7.2	Registro anecdótico (10%)	
8.2	Escala de valoración. Debate (5%)	

INNOVACIÓN EDUCATIVA

Se trabajará el problema de la imaginación. Los alumnos tendrán que trabajar en equipo y crear un modelo de torneo que se pueda llevar a cabo dentro de la clase. Además de la interdisciplinariedad y el juego de explicación-motivación.

Nº UD	TÍTULO UD	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES
4	Pokémon. Bádminton.	05/10/2021 hasta 09/11/2021	7
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS	
<ul style="list-style-type: none"> Solucionar situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas del bádminton Perfeccionar la ejecución de los aspectos técnicos y del reglamento de Badminton aprendidos en cursos anteriores Manifiestar actitudes de cooperación, tolerancia, deportividad y “juegos limpio” 		<ul style="list-style-type: none"> Competencia social y cívica Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor Aprender a aprender 	
CONTENIDOS			
<ul style="list-style-type: none"> Mejora en el dominio de los elementos técnicos, principios tácticos y conocimiento de los reglamentos de bádminton. Desarrollo de las habilidades específicas de deportes de adversario: bádminton. 			
METODOLOGÍA			
TÉCNICAS DE ENSEÑANZA	ESTILOS DE ENSEÑANZA	ORGANIZACIÓN	
Instrucción directa	Asignación directa Enseñanza recíproca	Individual Parejas Grupos de 4-5	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE			
<p>De motivación: por el patio habrá escondidas cartas con un Pokémon y su poder (ventaja para jugar al bádminton). cada alumno cogerá una carta y se harán mini partidos de bádminton de 3 minutos, cada uno utilizando su poder.</p> <p>De desarrollo: las diseñadas en las sesiones.</p>			
RECURSOS DIDÁCTICOS			
HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES	
28 alumnos 1 profesor de EF	Raquetas de Badminton Volantes de bádminton Redes de bádminton Conos Aros	Pista del pabellón polideportivo	
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
	<p>Actividades de consolidación: El alumno sin la indumentaria deberá entregar al final de cada sesión una hoja con los aspectos técnicos, tácticos y normativa vistos en la sesión</p> <p>Fomento de la participación: Se pondrán con una pareja en las actividades de enseñanza recíproca y darán feedback a sus compañeros.</p>		

	Fomento de la participación: Se pondrán con una pareja en las actividades de enseñanza recíproca y darán feedback a sus compañeros.	
	Actividades de consolidación: Tendrán que visualizar unos videos del aula virtual y responder un cuestionario de los aspectos del bádminton.	
	Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación Adaptación de espacios: se reducirá la medida del campo si se ve muy fatigado durante las actividades Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión.	
TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Educación en igualdad: todas las actividades se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.		
EVALUACIÓN		
Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Tipos de evaluación
1.1; 1.3; 3.1; 3.3	Escala de valoración ordinal Examen práctico de bádminton (15%)	Heteroevaluación por parte del profesor
7.1	Registro anecdótico (5%)	
INNOVACIÓN EDUCATIVA		
Juego de iniciación-explicación relacionado con un videojuego actual, para que los alumnos comiencen la UD motivados.		

Nº UD	TÍTULO UD	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES
5	Fornite. Danzas tradicionales y actuales	11/11/2021 hasta 21/12/2021	8
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS	
<ul style="list-style-type: none"> Conocer diferentes tipos de danzas actuales y tradicionales Utilizar habilidades motrices específicas en tareas orientadas a la expresión corporal Realizar actividades rítmico-expresivas básicas Representar acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos 		<ul style="list-style-type: none"> Aprender a aprender Competencia social y cívica Conciencia y expresiones culturales Competencia digital 	
CONTENIDOS			
<ul style="list-style-type: none"> Análisis y evaluación crítica de los características de trabajo en equipo y juego limpio propios de la actividad física y el deporte frente a la competitividad excesiva, violencia o actitudes discriminatorias. Aplicación creativa de técnicas rítmico-expresivas en la elaboración y representación de composiciones corporales colectiva Análisis y búsqueda de información de danzas tradicionales y actuales 			

- Presentación grupal de una danza racional o actual.
- Uso de las tecnologías de la información y la comunicación para la aumento de conocimientos relativos a la materia.

METODOLOGÍA

TÉCNICAS DE ENSEÑANZA	ESTILOS DE ENSEÑANZA	ORGANIZACIÓN
Instrucción directa	Mando directo Grupos reducidos	Individual Grupos de 5-6

ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE

De iniciación: video de varios danzas actuales y tradicionales

De motivación: habrá bailes del fornite pegados por las paredes del pabellón. En grupos irán pasado y las irán haciendo. Tras ver todas el grupo tendrá que unir 4 y hacer una mini representación.





De desarrollo: las diseñadas en las sesiones.

De consolidación: presentación de trabajo grupal sobre una danza actual o tradicional

RECURSOS DIDÁCTICOS

HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES
28 alumnos Profesor de EF	Altavoz	Sala de espejos Polideportivo

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

	Adaptación de la actividad: Se adaptará la actividad para que pueda hacerla sin desplazamiento. Actividades de profundización: Tendrá que hacer una reflexión sobre las danzas o técnicas vistas durante la clase
	Adaptación de la actividad: Los alumnos lesionados realizarán las actividades de expresión corporal dónde no se vea implicada la zona afectada o se le adaptará para que pueda hacerla sentado o sin desplazamiento.
	Actividades de profundización: Trabajo de búsqueda de información sobre diferentes danzas actuales y tradicionales.
	Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión. Modificación de determinados elementos estructurales: Se trabajará con un ritmo de música más lento si se fatiga.

TRATAMIENTO TRANSVERSAL

Libertad de expresión: expresarse a través de la coreografía.





Educación en igualdad: se trabajará de forma mixta. Cuando se trabajen danzas tradicionales y actuales no se tendrán en cuenta los roles de género, si no que todos hará todos los roles.

EVALUACIÓN





Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Tipos de evaluación
2.1; 2.3; 7.2	Registro anecdótico (7,5%)	Heteroevaluación por parte del profesor

10.1; 10.2	Rúbrica: Trabajo grupal y presentación de danza actual o tradicional. (17,5%)	
INNOVACIÓN EDUCATIVA		
Juego de iniciación-explicación relacionado con un videojuego actual, para que los alumnos comiencen la UD motivados.		

Nº UD	TÍTULO UD	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES
6	Cooking Mama. Alimentación saludable	11/01/2022 hasta 10/02/2022	6
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS	
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar habilidades motrices específicas en las tareas orientadas al mantenimiento de la salud. Conocer los beneficios de una alimentación saludable, así como la composición de los nutrientes para llegar a ésta. Poner en práctica y conocer test sobre las cualidades físicas básicas que les permitirán valorar su condición física. 		<ul style="list-style-type: none"> Aprender a aprender Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. Competencia digital 	
CONTENIDOS			
<ul style="list-style-type: none"> Métodos para llegar a valores saludables de fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad. Evaluación de la condición física a través de test sobre las cualidades físicas básicas. Evaluación de hábitos saludables, macronutrientes de los alimentos, balances energético, ingesta y gasto calórico. Aprendizaje de los macronutrientes de los alimentos, así como de las necesidades nutritivas propias. 			
METODOLOGÍA			
TÉCNICAS DE ENSEÑANZA	ESTILOS DE ENSEÑANZA	ORGANIZACIÓN	
Instrucción directa	Inclusión Mando directo Asignación de tarea	Individual Parejas Grupos de 4	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE			
De motivación: Actividad con comida saludables. Con una carrera de relevos tienen que coger ingredientes y después crear un plato saludable.			
De desarrollo: las diseñadas en las sesiones.			
De profundización: Trabajo de balance energético e ingesta calórica			
RECURSOS DIDÁCTICOS			
HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES	
28 alumnos 1 profesor de EF	Petos Silbato Cronometro	Pista de atletismo Pabellón polideportivo	





	Baremos	
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
	<p>Participación: Los alumnos sin ropa adecuada ayudarán a tomar los tiempos y medidas en los test de condición física.</p> <p>Actividades de profundización: tendrán que hacer una reflexión sobre su alimentación diaria</p>	
	<p>Participación: Los alumnos lesionados ayudarán a tomar los tiempos y medidas en los test de condición física.</p>	
	<p>Actividades de refuerzo: se subirá unos apuntes al aula virtual (para todo la clase) los alumnos que se ausenten durante estas sesiones deberán hacer un examen tipo test desde el aula virtual.</p>	
	<p>Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación</p> <p>Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión.</p>	
TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Educación para la salud: se trabajarán aspectos relacionados con una alimentación saludable		
EVALUACIÓN		
Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Tipos de evaluación
4.2; 4.3	Examen tipo test (5%)	Heteroevaluación por parte del profesor
4.4; 5.1	Test de condición física (10% Nota; 5% mejora)	
INNOVACIÓN EDUCATIVA		
Juego de iniciación-explicación relacionado con un videojuego actual, para que los alumnos comiencen la UD motivados.		

Nº UD	TÍTULO UD	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES
7	Quidditch World Cup. Descubriendo lo alternativo	13/01/2022 hasta 17/02/2021	6
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS	
<ul style="list-style-type: none"> Conocer diferentes deportes alternativos: Ultimate frisbe, Kinball, Tchoukball y Pinfuvote Solucionar situaciones motrices de colaboración-oposición en los diferentes deportes Manifiestar actitudes de cooperación, tolerancia, deportividad y “juegos limpio” 		<ul style="list-style-type: none"> Aprender a aprender Competencia social y cívica 	
CONTENIDOS			
<ul style="list-style-type: none"> Cumplimiento de los valores de respeto y compañerismo en el deporte, así como a las normas dictadas por el profesor y el centro Mejora en el dominio de los elementos técnicos, principios tácticos y conocimiento de las normas de deportes alternativos. 			





<ul style="list-style-type: none"> • Análisis y evaluación crítica de los características de trabajo en equipo y juego limpio propios de la actividad física y el deporte frente a la competitividad excesiva, violencia o actitudes discriminatorias. • Desarrollo de las habilidades específicas de deportes de colaboración oposición: ultimate frisbe, kinball, tchoukball y pinfuvote. 		
METODOLOGÍA		
TÉCNICAS DE ENSEÑANZA	ESTILOS DE SENSEÑANZA	ORGANIZACIÓN
	Estilos de enseñanza socializadores: puzzle de Aronson	Grupos de 7
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE		
<p>De desarrollo: las diseñadas en la sesión</p> <p>De motivación- iniciación: jugar el quidditch para ver lo que es un deporte alternativo.</p> <p>De consolidación: reflexión sobre de deportes alternativos</p>		
RECURSOS DIDÁCTICOS		
HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES
28 alumnos 1 profesor de EF	Frisbes Fitballs Petos Picas Pelotas de balonmano y voleibol Porterías de Tchoukball	Pista de césped Pabellón polideportivo
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
	Participación: estos alumnos participaran en el día de la sesión del puzzle de Aronson, dará feedback del deporte que sean expertos. Además, harán de árbitros en los partidos.	
	Participación: estos alumnos participaran en el día de la sesión del puzzle de Aronson, dará feedback del deporte que sean expertos. Además, harán de árbitros en los partidos.	
	Actividades de refuerzo: se subirá un video sobre los deportes alternativos al al aula virtual (para todo la clase) los alumnos que se ausenten durante estas sesiones deberán hacer una reflexión sobre los deportes alternativos.	
	<p>Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación</p> <p>Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión.</p> <p>Adaptación de la agrupación: En su equipo habrá más personas, para que pueda hacer cambios</p>	
TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
<p>Educación en igualdad: todas las actividades se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.</p> <p>Educación para la salud: se fomentará diferentes alternativas de deportes para realizar ene l tiempo de ocio.</p>		
EVALUACIÓN		

Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Tipos de evaluación
3.1; 3.2; 2.3; 7.2	Escala de valoración (10%)	Heteroevaluación por parte del profesor
9.1	Trabajo de reflexión (5%)	
INNOVACIÓN EDUCATIVA		
Utilización de estilos socializadores, el puzle da Aronson.		
Juego de iniciación-explicación relacionado con un videojuego actual, para que los alumnos comiencen la UD motivados.		

Nº UD	TÍTULO UD	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES
8	NBA 2K21. Baloncesto	22/02/2022 hasta 29/03/2022	6
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS	
<ul style="list-style-type: none"> Solucionar situaciones motrices individuales aplicando los aspectos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas de baloncesto Solucionar situaciones motrices de colaboración-oposición, utilizando las tácticas más adecuadas Desarrollar y dirigir calentamiento específico de baloncesto Ser capaz de evaluar a los compañeros 		<ul style="list-style-type: none"> Aprender a aprender Competencia social y cívica Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor Competencia lingüística 	
CONTENIDOS			
Progreso en el dominio de los fundamentos técnicos, principios tácticos y conocimiento de los reglamentos de baloncesto			
Desarrollo de las habilidades específicas de deportes de colaboración oposición: baloncesto			
Conocimiento y puesta en práctica de las diferentes partes de una sesión de educación física.			
Coevaluación de fundamentos técnicos y tácticos del baloncesto.			
METODOLOGÍA			
TÉCNICAS DE ENSEÑANZA	ESTILOS DE ENSEÑANZA	ORGANIZACIÓN	
Instrucción directa	Mando directo	Individual	
Descubrimiento	Asignación de tareas	Grupos de 2	
	Descubrimiento guiado	Grupos de 3	
		Grupos de 5	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE			
De motivación-iniciación: juego de relacionado con el videojuego NBA 2K21			
De desarrollo: De desarrollo: las diseñadas en la sesión			
RECURSOS DIDÁCTICOS			
HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES	
28 alumnos	Pelotas de baloncesto	Pista del polideportivo	
1 profesor e EF	Canastas	Pistas exteriores de baloncesto	
	Petos		





	Conos Aros Fichas de coevaluación	
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
	<p>Participación: estos alumnos participaran en las sesiones dando feedback a los compañeros</p> <p>Actividades de consolidación: tendrán que rellenar una ficha proponiendo ejercicios relacionado con las habilidades que haya en esa sesión.</p>	
	<p>Participación: estos alumnos participaran en las sesiones dando feedback a los compañeros.</p> <p>Actividades de consolidación: tendrán que rellenar una ficha proponiendo ejercicios relacionado con las habilidades que haya en esa sesión.</p>	
	<p>Actividades de profundización: tendrán que rellenar una ficha en la que tendrán que inventarse 3 ejercicios de cada habilidad técnica que se vea en las sesiones.</p>	
	<p>Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación</p> <p>Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión.</p> <p>Adaptación de la agrupación: En su equipo habrá más personas, para que pueda hacer cambios</p>	
TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
<p>Educación en igualdad: todas las actividades se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.</p>		
EVALUACIÓN		
Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Tipos de evaluación
1.1; 3.1; 3.2; 3.3	Rúbrica: Examen práctico de baloncesto (15%)	Heteroevaluación por parte del profesor
6.1	Escala de valoración (5%)	
7.2	Rúbrica: calentamiento o vuelta a la calma (10%)	Coevaluación
INNOVACIÓN EDUCATIVA		
<p>Juego de iniciación-explicación relacionado con un videojuego actual, para que los alumnos comiencen la UD motivados.</p>		

Nº UD	TÍTULO UD	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES
9	Super Mario. Corre y salta	24/02/2022 hasta 24/03/2022	5
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS	
<ul style="list-style-type: none"> Solucionar situaciones motrices individuales aplicando los aspectos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas de atletismo 		<ul style="list-style-type: none"> Aprender a aprender Competencia digital Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor 	





<ul style="list-style-type: none"> Utilizar recursos tecnológicos para analizar los gestos específicos de atletismo 	<ul style="list-style-type: none"> Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. 	
CONTENIDOS		
<ul style="list-style-type: none"> Progreso en el dominio de los aspectos técnicos, principios tácticos y conocimiento de los reglamentos de atletismo Uso de las tecnologías de la información y la comunicación para la aumento de conocimientos relativos a la materia. Edición de video de gesto técnico del carrera de valla y salto Fosbury 		
METODOLOGÍA		
TÉCNICAS DE ENSEÑANZA	ESTILOS DE ENSEÑANZA	ORGANIZACIÓN
Instrucción directa	Mando directo modificado Asignación de tareas Autoevaluación	Individual
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE		
De motivación-iniciación: juego de relacionado con el videojuego de super Mario.		
De desarrollo: De desarrollo: las diseñadas en la sesión		
RECURSOS DIDÁCTICOS		
HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES
28 alumnos 1 profesor de EF	Vallas Colchoneta de salto de altura Listón de espuma	Pista de atletismo Zona de salto de altura
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
	Participación: ayudarán con el material y darán feedback a los compañeros	
	Participación: darán feedback a los compañeros ayudándose de una ficha con los errores comunes Actividades de síntesis: tendrán que editar el video de salto de altura y paso de vallas de un alumno que le asigne el profesor.	
	Actividades de síntesis: en el aula virtual habrá colgado un vídeo de un salto estilo Fosbury y otro de paso de vallas. Tendrá que editarlo con una APP (igual que los compañeros hacen con sus vídeos)	
	Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión. Si esta muy fatigado se le permitirá hacer menos repeticiones de cada ejercicio.	
TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Educación en igualdad: todas las actividades se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.		
EVALUACIÓN		
Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Tipos de evaluación
1.1; 1.2; 1.3	Rúbrica: video corrigiendo técnica (5%)	Autoevaluación

9.1; 10.1	Escala de valoración: video (10%)	Heteroevaluación por parte del profesor
INNOVACIÓN EDUCATIVA		
Juego de iniciación-explicación relacionado con un videojuego actual, para que los alumnos comiencen la UD motivados.		

Nº UD	TÍTULO UD	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES
10	Among Us. Buscando el norte	19/04/2022 hasta 19/05/2022	8
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS	
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar habilidades motrices específicas en las tareas orientadas a las actividades en el medio natural. Adoptar medidas de protección y mejora del medio ambiente en la realización de actividades físicas en el medio natural. Usar las actividades en el medio natural para valorar la actividad física a través de la salud y de las relaciones socio afectivas 		<ul style="list-style-type: none"> Aprender a aprender Competencia social y cívica Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor Comunicación lingüística Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. 	
CONTENIDOS			
<ul style="list-style-type: none"> Uso de las tecnologías de la información y la comunicación para la aumento de conocimientos relativos a la materia. Realización de actividades en la naturaleza. Consolidación de hábitos de respeto y cuidado del medio ambiente. Cumplimiento de los valores de respeto y compañerismo en el deporte, así como a las normas dictadas por el profesor y el centro . Utilización de mapas y brújulas dentro del centro de estudios y en otros espacios naturales. 			
METODOLOGÍA			
TÉCNICAS DE ENSEÑANZA		ESTILOS DE ENSEÑANZA	ORGANIZACIÓN
Instrucción directa		Asignación de tareas.	Parejas
Descubrimiento		Descubrimiento guiado.	Grupos de 4
Diseño del alumno		Programa individualizado	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE			
<p>Motivación-iniciación: Actividades de motivación para llevar a cabo las actividades de orientación relacionada con el videojuego Among Us.</p> <p>Desarrollo: Los alumnos deberán realizar actividades prácticas para desenvolverse eficazmente y saber orientarse con un mapa y una brújula.</p> <p>Síntesis: Aplicar de forma adecuada los contenidos vistos en clase respecto a la orientación en situaciones ajenas al instituto</p>			
RECURSOS DIDÁCTICOS			
HUMANOS		MATERIALES	ESPACIALES
28 alumnos		Mapas	Patio del instituto



1 profesor de EF 6 alumnos de TSEAS Profesor de TSEAS	Brújulas Balizas Autorización (anexo 6)	Parque de los cerros de Alcalá
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
	Participación: se quedará comprobando que los compañeros vayan a todas las postas. Consolidación: tendrá que hacer una lista de las medidas que deben adoptarse para realizar una actividad en el medio natural.	
	Participación: se quedará comprobando que los compañeros vayan a todas las postas. Consolidación: tendrá que hacer una lista de las medidas que deben adoptarse para realizar una actividad en el medio natural.	
	Consolidación: tendrá que hacer una lista de las medidas que deben adoptarse para realizar una actividad en el medio natural.	
	Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión. Se dejará a su equipo salir unos minutos antes en las pruebas de orientación.	
TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Educación ambiental: Respetando las instalaciones, el material, el medio ambiente y a los compañeros. Recoger residuos que se vayan encontrando en las salidas al entorno rural.		
EVALUACIÓN		
Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Tipos de evaluación
1.4; 7.2; 8.1	Lista de control: prueba de orientación (20%)	Heteroevaluación por parte del profesor
8.2; 9.2	Examen teórico (15%)	
INNOVACIÓN EDUCATIVA		
Juego de iniciación-explicación relacionado con un videojuego actual, para que los alumnos comiencen la UD motivados.		
OBSERVACIONES Y REFLEXIONES		
Todos los cursos de 3º de la ESO irán al ecce homo.... Con los profesores y alumnos de ...		



Nº UD	TÍTULO UD	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES
11	Wii fit. Ponte a prueba	10/05/2022 hasta 16/06/2022	6
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS	
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar habilidades motrices específicas en las tareas orientadas al mantenimiento de la salud. Poner en práctica y conocer test sobre las cualidades físicas básicas que les permitirán valorar su condición física. 		<ul style="list-style-type: none"> Competencia digital Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor Aprender a aprender 	
CONTENIDOS			

<ul style="list-style-type: none"> • Métodos para llegar a valores saludables de fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad. • Evaluación de la condición física a través de test sobre las cualidades físicas básicas. • Beneficios de la práctica de una actividad física regular y su incidencia sobre la salud. 		
METODOLOGÍA		
TÉCNICAS DE ENSEÑANZA	ESTILOS DE SENSEÑANZA	ORGANIZACIÓN
Instrucción directa	Inclusión Mando directo Asignación de tarea	Individual
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE		
De motivación-iniciación: juego de relacionado con el videojuego de wii fit.		
De desarrollo: las diseñadas en la sesión		
RECURSOS DIDÁCTICOS		
HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES
28 alumnos	Petos Silbato Cronometro Baremos	Pista de atletismo Pabellón polideportivo
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
	Participación: ayudarán a tomar los tiempos y medidas en los test de condición física. Consolidación: dirigirán los estiramientos de la sesión	
	Participación: ayudarán a tomar los tiempos y medidas en los test de condición física. Consolidación: dirigirán los estiramientos de la sesión	
	Consolidación: tendrán que rellenar una ficha con 10 estiramientos y sus respectivos dibujos	
	Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión.	
TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
Educación en igualdad: todas las actividades se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.		
EVALUACIÓN		
Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Tipos de evaluación
4.4; 5.1	Test de condición física (10% Nota; 5% mejora)	Heteroevaluación por parte del profesor
4.2; 5.2; 10.1	Mapa conceptual (15%)	

INNOVACIÓN EDUCATIVA

Juego de iniciación-explicación relacionado con un videojuego actual, para que los alumnos comiencen la UD motivados.

Nº UD	TÍTULO UD	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES
12	Just Dance. Sigue el ritmo	24/05/2022 hasta 23/06/2022	6
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS	
<ul style="list-style-type: none"> Usar la expresión corporal para valorar la actividad física a través de la salud y de las relaciones socio afectivas Crear y representar una coreografía grupal Manifiestar actitudes de cooperación, tolerancia y respeto hacia los compañeros Ser capaz de evaluar a los compañeros 		<ul style="list-style-type: none"> Aprender a aprender Competencia social y cívica Conciencia y expresiones culturales Competencia digital Competencia lingüística 	
CONTENIDOS			
<ul style="list-style-type: none"> Cumplimiento de los valores de respeto y compañerismo en el deporte, así como a las normas dictadas por el profesor y el centro Uso creativo de técnicas rítmico-expresivas en la creación y representación de composiciones corporales colectivas. Coevaluación de la implicación, desarrollo y participación de los compañeros en los trabajos grupales. 			
METODOLOGÍA			
TÉCNICAS DE ENSEÑANZA	ESTILOS DE ENSEÑANZA	ORGANIZACIÓN	
Instrucción directa Descubrimiento	Mando directo Grupos reducidos Descubrimiento guiado	Individual Grupos de 5-6	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE			
<p>De motivación-iniciación: juego de relacionado con el videojuego Just dance.</p> <p>De desarrollo: las diseñadas en la sesión</p> <p>De consolidación: crear y poner en práctica una coreografía grupal</p>			
RECURSOS DIDÁCTICOS			
HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES	
28 alumnos 1 profesor de EF	Altavoz	Sala de espejos Pabellón polideportivo	
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
	Participación: formará parte de un grupo y ayudará con los pasos de baile		
	Participación: formará parte de un grupo y ayudará con los pasos de baile		

	Consolidación: se deberá grabar haciendo una pequeña coreografía de 32 tiempos	
	<p>Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión.</p> <p>Modificación de determinados elementos estructurales: Se trabajará con un ritmo de música más lento si se fatiga.</p>	
TRATAMIENTO TRANSVERSAL		
<p>Libertad de expresión: expresarse a través de la coreografía.</p> <p>Educación en igualdad: se trabajará de forma mixta. Cuando se trabajen danzas tradicionales y actuales no se tendrán en cuenta los roles de género, si no que todos hará todos los roles.</p>		
EVALUACIÓN		
Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación	Tipos de evaluación
2.1	Rúbrica para evaluar el resultado (15%)	Heteroevaluación por parte del profesor
2.2; 7.2;8.2	Rúbrica para evaluar el proceso (20%)	Coevaluación
INNOVACIÓN EDUCATIVA		
Juego de iniciación-explicación relacionado con un videojuego actual, para que los alumnos comiencen la UD motivados.		

8. Metodología

[o Principios metodológicos](#)

Durante la puesta en práctica de la programación me guiaré por los principios metodológicos de Néreci (1993). En mi programación destacaran: **orientar por medio de la propia experiencia**, que el conocimiento se base en experiencias, comprobaciones, discusiones, además de elaborar con ello su propio contenido. Por ejemplo, cuando hacen el mapa conceptual al inicio y al final de curso. **Partir de los intereses, motivaciones y expectativas del alumnado**, pasando cuestionarios para conocer las preferencias de los alumnos. **Orientar hacia la reflexión y el espíritu crítico**. Preparar para saber tomar decisiones y elegir. Dar autonomía a los alumnos y que ellos tomen la iniciativa. En la UD didáctica que se hace una interdisciplinariedad con Lengua, tendrán que reflexionar y hacer un debate sobre las actitudes que se dan durante la competición dependiendo del rol. **Orientar a un ambiente socializante**. El trabajo en equipo es esencial en el mundo actual, además de que tiene múltiples beneficios como incrementa la motivación y la

creatividad, y favorece las habilidades sociales de cada uno. **Enseñar para que el aprendizaje pueda ser transferido**, es decir, utilizar fuera de la escuela.

o Métodos de enseñanza

Los métodos de enseñanza tienen por objeto hacer más eficiente la dirección del aprendizaje. En nuestras Unidades Didácticas se pueden observar los dos métodos de enseñanza: deductivo e inductivo. Delgado (1991). Método deductivo parte de la teoría general planteada por el profesor y los alumnos van extrayendo conclusiones y diferentes respuestas. Se va de lo general a lo particular. Por su parte el método inductivo parte de las experiencias de los alumnos para llegar a la globalidad, yendo de lo particular a lo general. Se relaciona con los procesos de experimentación de los alumnos para adquirir conocimientos.

o Técnicas de enseñanza

Se utilizarán diferentes técnicas de enseñanza dependiendo de la sesión. Según las técnicas de Mooston y Aswhort (1993): instrucción directa, basadas en el descubrimiento y diseño del alumno.

Esta técnica de enseñanza parte del principio de imitación por parte de los alumnos, adquiriendo así unos determinados patrones motores; integrándolos y mejorando los conocimientos y habilidades previas. La instrucción directa se utilizará en las UD de deportes y condición física.

La técnica de descubrimiento o indagación o utilizarán estilos de enseñanza que fomenten las capacidades de los alumnos de solventar los problemas propuestos por el docente. Se desarrolla la capacidad de procesamiento de la información en cortos periodos de tiempo. Se busca que fomente su actitud crítica en la decisión de alternativas o estrategias, teniendo que ser las más convenientes en una determinada situación. En la UD 12 en la que tendrán que hacer una coreografía grupal, tendrán que ver como adaptarse a los ritmos de la música y las transiciones entre pasos.

En la técnica basada en el diseño del alumno, este será partícipe activo de su aprendizaje y tendrá total libertad para el desarrollo del contenido y su puesta en práctica. Por tanto, se tratará de una enseñanza individualizada, promoviendo la creatividad. Poniendo como ejemplo la UD 8, mediante el desarrollo de una actividad de calentamiento o vuelta a la calma, relacionada con el baloncesto.

o Estilos de enseñanza

El estilo de enseñanza es la forma en la que el profesor comunica los contenidos. Según la clasificación de Delgado (1992, citado en González Rivera y Campos Izquierdo, 2014) nuestros alumnos desarrollarán estilos asociados a la técnica de instrucción directa en la que el alumno hace lo que el profesor les manda, técnica de indagación o descubrimiento en la que se le da una mayor autonomía al alumnado y técnica basada en el diseño del alumno. A continuación, se exponen los estilos que se van a desarrollar dentro de estas técnicas y algún ejemplo de cómo lo practicaremos en las Unidades Didácticas:

- Mando directo: en las UD de expresión corporal y danza para conocer los pasos básicos y los tiempos de la música.
- Mando directo modificado: en la UD de baloncesto en las primeras sesiones para mejorar el bote.
- Asignación de tareas: en la UD de atletismo para realizar diferentes ejercicios y mejorar la técnica.
- Enseñanza recíproca: en la UD de bádminton, En este estilo los alumnos se organizan por parejas y alternan el rol de ejecutante y el rol de observador, ayudados por una ficha de evaluación.
- Microenseñanza: en la UD de torneos, en la que se dividirán en grupos y tendrán que diseñar torneos.
- Autoevaluación: en la UD de atletismo, en la que a través de un vídeo de su ejecución tendrán que autoevaluarse.
- Inclusión: este estilo estará presente en las UD de condición física, en la que, en algunas sesiones, sobre todo en las de resistencia, se le presentarán a los alumnos diferentes niveles de la actividad y ellos podrán hacer el que crean acorde a sus capacidades.
- Descubrimiento guiado: en la UD de baloncesto, en la que se les pondrán en diferentes situaciones y ellos tienen que buscar la técnica correcta para resolverlas.
- Programa individualizado: la UD 8, mediante el desarrollo de una actividad de calentamiento o vuelta a la calma, relacionada con el baloncesto
- Estilos socializadores: el puzle de Aronson: en la UD de deportes alternativos, en la que se hará este estilo para aprender diferentes deportes.

o Estrategias de enseñanza

Se empleará una estrategia global en la mayoría de las unidades didácticas. Ya que se realizará el movimiento de forma completa desde el principio, sin descomponerlo por partes. En algunas ocasiones utilizaremos estrategias analíticas y mixtas. Por ejemplo, para aprender coreografías musicales.

o Tipos de feedback

A lo largo de la programación se utilizarán diferentes tipos de feedback. Tanto intrínseco (por parte del alumno) y extrínseco (tanto por profesor como por alumnos y recursos audiovisuales) videos motivacionales, actividades de videojuegos. También se utilizará el feedback en diferentes partes de la sesión, concurrente, terminal y retardado. Además de utilizarlo con diferentes intenciones: descriptivo, evaluativo, comparativo, explicativo, prescriptivo y afectivo. Dependiendo de la agrupación que se esté utilizando utilizaremos feedback individual, grupal o masivo.

o Canales de comunicación

En la intervención docente en la actividad física y el deporte, un aspecto importante son los canales de comunicación y expresión del mensaje docente. Al respecto, Sánchez Bañuelos (1992) citado en González Rivera y Campos Izquierdo (2014) distingue el canal visual, canal auditivo y canal kinestésico-táctil:

- Canal visual: las demostraciones del profesor. Ayuda visual, con su video de atletismo, les hará ser conscientes de sus propios errores.
- Canal auditivo: se describirá la tarea con la voz, además el docente justificará por qué se hace así. También se utilizará la ayuda sonora sobre todo en las actividades que haya que llevar un ritmo y seguir la música.
- Canal kinestésico- táctil: ayuda manual, ayuda automática

o Distribución y organización de los alumnos

Hay que prever la distribución y la organización del alumnado a lo largo del curso académico. Dependiendo de la actividad se utilizarán diferentes formas de organización del alumnado, formaciones frontales, en círculo, en cuadrado y dispersa; y a su vez pudiendo ser individuales, por parejas, en pequeños grupos o en gran grupo. Pierón (1988) citado en González Rivera y Campos Izquierdo (2014)

9. Actividades de enseñanza aprendizaje

En nuestra programación elaboraremos las actividades de enseñanza y aprendizaje según Díaz (1995) y Heredia, (2004):

- Actividades de motivación: son aquellas utilizadas para motivar a los alumnos al principio de curso o para motivar al alumno hacia el contenido. UD 1 con un video motivacional de EF. Y en el resto de las actividades con la actividad de introducción a la UD que estará relacionada con los videojuegos.
- Actividades de iniciación: sirven para estar al tanto los conocimientos previos de los alumnos, así como sus intereses, motivaciones y expectativas respecto a los contenidos de la asignatura que se realizará en la primera UD.
- Actividades de desarrollo: aquellas que desarrollan los aprendizajes principales. Son todas las actividades que se llevarán a cabo a lo largo de las sesiones de las UD, como por ejemplo la técnica del paso de vallas en la UD de atletismo .
- Actividades de consolidación: aquellas propuestas para asentar y asegurar los conocimientos. Como en la UD 5 que realizarán una presentación de trabajo grupal sobre una danza actual o tradicional.
- Actividades de refuerzo: aquellas en las que el profesor vea carencias en el conocimiento del alumnado.
- Actividades de ampliación: actividades previstas para los alumnos que aprendan más rápido que sus compañeros.
- Actividades de profundización: son actividades que estarán programadas en algunas UD, cuando un contenido genera gran interés en los alumnos, se les facilitará información complementaria.
- Actividades de síntesis: actividades diseñadas para constatar el logro o asimilación del contenido por parte de los alumnos. Por ejemplo, en la UD 2 donde se hará un cuestionario sobre beneficios de la práctica actividad física sobre la salud

En la programación de aula también se tendrá en cuenta las actividades extraescolares y las actividades complementarias.

- Actividades complementarias: habrá un excursión en la UD de orientación, en la que un día se irá a los cerros de Alcalá, a realizar una carrera de orientación organizada por los alumnos del grado superior de TSEAS (TAFAD) del IES Antonio Machado.

Además, se participará en el Cross escolar Comunidad de Madrid 2022, en el 10 alumnos de 3º de la ESO representarán al instituto.

Para estas salidas fuera del centro se seguirá la normativa del centro y se pedirá a los padres que firmen una autorización con la que aceptan la excursión que realizarán los alumnos fuera del centro (Ver Anexo 2)

- Actividades extraescolares: Una de las líneas de actuación del Departamento de Educación Física dentro de las actividades extraescolares es la participación del centro en la sexta edición del programa “Institutos promotores de la actividad física y el deporte” (IPAFD). Las actividades que oferta nuestro centro dentro de este programa son : taekwondo, voleibol, balonmano, fútbol sala, actividades físicas en el medio natural, tenis de mesa, bádminton y baloncesto. Los primeros días de la asignatura se animará a los alumnos a que se apunten a una actividad extraescolar.

10. Recursos didácticos

Los recursos didácticos que van a ser necesarios para el desarrollo de las Unidades Didácticas y sus correspondientes sesiones son los siguientes:

Recursos humanos

- Profesor de Educación Física
- Alumnos de 3º de la ESO “A”
- Profesor de Lengua Castellana y Literatura
- Profesor de TSEAS
- Alumnos de TSEAS
- Jugador de bádminton de la federación de Madrid

Recursos materiales

Para la clasificación de los recursos didácticos materiales tenemos en cuenta la clasificación propuesta por Heredia (2004):

Heredia, A. (2004). Curso de didáctica general. Zaragoza: prensas universitarias de Zaragoza

Recursos materiales no propios de educación física

- Medios impresos: fichas de trabajo para los alumnos, fichas de información para los alumnos, fichas de evaluación, mapas de orientación.

- Medios visuales proyectados: diapositivas
- Recursos sonoros: altavoz bluetooth; USB con música.
- Medios audiovisuales: vídeos.
- Medios informáticos: internet.
- Recursos soporte: pizarra; proyector de vídeo; ordenadores; impresora

Recursos materiales propios de educación física

- Materiales convencionales: aros, conos, petos, picas, balones de baloncesto, canastas, volantes de bádminton, raquetas de bádminton, redes de bádminton, fitballs, pelotas de tenis, balón de balonmano, bancos suecos, balones medicinales, cuerdas, vallas, cinta de salto de altura, colchoneta de salto de altura.
- Materiales no convencionales: brújulas, pelotas de diferentes tipos, frisbes, mini vallas, cronómetro.

Recursos espaciales

- Propios del centro, (Anexo 2):
- De actividad: pista polideportiva; gimnasio del centro; aula; pistas exteriores; aula de informática.
- Auxiliares: aula, vestuarios, almacén de material, salón de actos.
- De libre utilización: espacio por el cual se desarrolla la actividad de orientación; parque natural de los cerros da Alcalá.

10. Interdisciplinariedad y intradisciplinariedad

Interdisciplinariedad

Se va a llevar a cabo una interdisciplinariedad con la asignatura Lengua Castellana y Literatura, en la UD 3 “Clash Royale. Organizadores y Periodistas”. Para establecer una correcta secuencia lógica y coherente en la interdisciplinariedad se van a mantener una serie de reuniones con el profesor de la asignatura de Lengua Castellana y Literatura al comienzo del curso y a lo largo del mismo. El contenido de esta asignatura que se van a relacionar en este proyecto ha sido extraídos del Decreto 48/2015, de 14 de mayo, son las siguientes:

Bloque 1. Comunicación oral: escuchar y hablar

- Observación, comprensión, reflexión y valoración del sentido global de los debates, coloquios y conversaciones espontáneas, de la intención comunicativa de cada interlocutor y aplicación de las normas básicas que los regulan.
 - Uso y aplicación de las estrategias necesarias para hablar en público. - Enriquecimiento de las exposiciones orales con apoyo de medios audiovisuales y de las tecnologías de la información y la comunicación. - Dramatización en las exposiciones orales.
2. Participación en debates, coloquios y conversaciones espontáneas observando y respetando las normas básicas de interacción, intervención y cortesía que regulan estas prácticas orales.

Bloque 2. Comunicación escrita: leer y escribir

- Interés creciente por la composición escrita como fuente de información y aprendizaje y como forma de comunicar sentimientos, experiencias, conocimientos y emociones.
- Escritura de textos expositivos y argumentativos .
 - Composición de textos cuyo contenido esté relacionado con actividades propias de la vida cotidiana y las relaciones sociales.
 - Composición de relatos sobre acontecimientos de actualidad.

Estos contenidos están relacionados, mediante algunas de las actividades de las diferentes sesiones, con los siguientes contenidos del 3º NCC de Educación Física:

- Colaboración en la realización y participación de torneos deportivos de bádminton y baloncesto.
- Análisis y evaluación crítica de los características de trabajo en equipo y juego limpio propios de la actividad física y el deporte frente a la competitividad excesiva, violencia o actitudes discriminatorias.

Intradisciplinariedad

La finalidad de la intradisciplinariedad es que la relación entre los diferentes contenidos dentro de la programación siga un orden lógico y coherente. Para facilitar la comprensión de estos contenidos. Se comienza desde los contenidos más básicos y vistos en años anteriores (1, 2, 4, 5,), a otros más complejos (3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12).

En función de los contenidos, se pueden distinguir por un lado UD relacionadas con la salud y por otro lado UD relacionadas con el deporte, la expresión corporal y actividades en el medio natural. Esta complementariedad entre los contenidos se produce a lo largo

del curso mediante la distribución equitativa de las UD en cuanto a su contenido. Las UD estarán presentadas de forma alterna, como proponen Viciano & Mayorga- Vega (2016). De esta forma, aparte de poder hacer algunas sesiones en el interior y otras en el exterior, permite relacionar el aprendizaje de varias UD y hacer conscientes a los alumnos de ello.

La primera UD sirve de introducción al curso y apoyo para el contenido de las siguientes UD. En el primer trimestre también se incluyen una sobre salud, después sobre bádminton, seguida de organización de torneos de bádminton. Y se finaliza con una sobre expresión corporal y danza, en la que se pone énfasis en danzas actuales y tradiciones.

El segundo trimestre comienza con una UD de salud que se conectará con la vista anteriormente, pero se centra en la alimentación. Seguida de una UD de deportes alternativos colectivos, que servirá para hacer una transferencia horizontal con el baloncesto. Después de esta se harán la UD de torneos con el contenido de baloncesto. Para finalizar el trimestre se dará el contenido de atletismo.

El tercer trimestre, primero se hará orientación, se saldrá a una excursión coincidiendo con el buen tiempo. Luego condición física y salud para ver si han mejorado. Para acabar el curso crearan una coreografía grupal, apoyándose en las diferentes danzas vistas anteriormente. Para finalizar el curso representándola delante de los demás alumnos de 3º eso.

11. Transversalidad

Para definir los contenidos del tratamiento transversal consultaremos el artículo 9, elementos transversales de currículo del Decreto 48/2015 del 14 de mayo por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. Nombrados y completos en el Anexo 5.

1. La comprensión lectora, la expresión oral y escrita.
2. Valores que potencien la igualdad entre hombres y mujeres y la prevención de la violencia de género.
3. Espíritu emprendedor y la iniciativa empresarial. La creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico
4. La actividad física y la dieta equilibrada.
5. La seguridad vial.

Al reunirnos con el claustro de profesores, el centro educativo ha decidido trabajar los siguientes valores de forma transversal, guiándonos por los expuestos en el Decreto 48/2015 del 14 de mayo. A continuación, se expondrán algunos ejemplos de cómo se van a trabajar:

- Libertad de expresión: en la UD 3 de torneos, en la que tendrán que tener una actitud crítica y reflexiva cuando realicen los diferentes roles, también cuando escriban los textos sobre los partidos, en la UD 12 de baile donde podrán expresarse como crean conveniente, a través de la coreografía.
- Educación para la salud: en la UD 2 “Brawl Stars. El deporte es salud ” en la que se transmitirán hábitos de vida saludable relacionados con el ejercicio físico. En la UD 6 “Cooking Mama: Alimentación saludable” se desarrollará mediante el conocimiento de nutrición, fomentando una dieta equilibrada.
- Educación ambiental: en la UD 10 de orientación, en la que los alumnos recogerán los residuos que vayan avistando durante las actividades en el entorno rural.
- Educación en igualdad: en todas las UD se trabajará de forma mixta. Cuando se trabajen danzas tradicionales y actuales no se tendrán en cuenta los roles de género, si no que todos hará todos los roles.

12. 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, al alumnado que requiera una atención educativa diferente a la ordinaria, por presentar necesidades educativas especiales, por dificultades específicas de aprendizaje, Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), por sus altas capacidades intelectuales, por haberse incorporado tarde al sistema educativo, o por condiciones personales o de historia escolar, para que pueda alcanzar el máximo desarrollo posible de sus capacidades personales y, en todo caso, los objetivos establecidos con carácter general para todo el alumnado.

Para que el alumnado con necesidad específica de apoyo educativo al que se refiere el artículo 71 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, pueda alcanzar el máximo desarrollo de sus capacidades personales y los objetivos y competencias de cada etapa, se establecerán las medidas curriculares y organizativas oportunas que aseguren su adecuado progreso.

Las medidas ordinarias que se aplicarán en esta programación serán las siguientes acciones mencionadas en González Rivera y Campos Izquierdo (2014):

- Evaluación y diagnóstico para conocer las posibilidades de cada alumno, así como para obtener información acerca de sus intereses y motivaciones.
- Adaptación de la programación, en función de los datos obtenidos en la evaluación inicial, matizando o priorizando algunos aspectos.
- Conocimiento y respeto del ritmo de ejecución de las tareas del alumno o alumna en concreto.
- Planificación y desarrollo de las actividades de enseñanza y aprendizaje: actividades de refuerzo, actividades de profundización, actividades de consolidación.
- Adaptación de espacios y tiempos, recursos didácticos, agrupación de alumnos, elección del nivel de ayuda necesario para cada alumno, en función de sus características y posibilidades.
- Desarrollo de estilos de enseñanza donde se favorezca la participación de estos alumnos.
- Modificación de determinados elementos estructurales del juego.

En este caso no hay es necesario hacer adaptaciones significativas, ya que en nuestra clase solo hay un alumno con asma episódico ocasional producido por alergia, además se tendrá en cuenta tres casos que pueden darse durante el desarrollo de la sesión: que un alumno no lleve la ropa adecuada para realizar la sesión, alumnos lesionados y alumnos que falten a clase por motivos justificados.

Según el grado de gravedad del asma en el niño descrito en la guía de Martín y Galindo (2009), nuestro alumno sufre un asma episódico ocasional que se caracteriza por tener exacerbaciones infrecuentes (una cada 4 o 6 semanas o cuando se acatarra, y menos de 5-6 crisis al año), presenta sibilancias leves ocasionales tras la realización de ejercicio intenso. por ello tendremos se tendrán en cuenta las siguientes medidas con este alumno.

Adaptación de espacios y tiempos: durante las sesiones se harán pausas de hidratación

para todos. **Adaptación en la agrupación del alumnado:** a este alumno le incluiremos en los grupos que tengan mayor número de participantes para que el descanso sea mayor y no se fatigue. **Conocimientos del ritmo de ejecución:** se comprobará al principio de cada sesión que dispone del inhalador. **Planificación y desarrollo de las actividades de enseñanza y aprendizaje,** si se va a realizar una actividad muy intensa o nos encontramos en una época del año en la que la alergia puede ocasionarle una crisis asmática, se tendrá en cuenta. Para ello al alumno se le explicarán una serie de ejercicios de relajación y respiración para evitar las crisis asmáticas. En el casos de que se produjera una crisis asmática, primero se tranquilizaría al alumno y se le proporcionaría su medicación recetada por el médico. Si no mejorará se le llevaría al centro de salud más cercano.

Para el alumno que no asista con la ropa o calzado adecuado para realizar la sesión. Se le mandarán **actividades de profundización o consolidación. Participación** en la sesión colocando el material y dando feedback a los compañeros.

Los alumnos lesionados que asistan a la clase del proceso tendrán que justificarlo mediante un certificado médico oficial, que especifique el tipo de lesión y la duración aproximada de esta. **Participación** ayudando al profesor en algún aspecto de organización de la clase, también colocando materiales y dando feedback a sus compañeros. Se le podrá **adaptar el ejercicio**, siempre que el justificante médico indique que puede hacer algún tipo de actividad física.

Para los alumnos que falten por un motivo justificado y por un largo periodo de tiempo. Se les mandarán **actividades de refuerzo** a través del aula virtual.

13. Evaluación

“La evaluación es el proceso de identificar, obtener y proporcionar información útil y descriptiva acerca del valor y el mérito de las metas, la planificación, la realización y el impacto de un objeto determinado, con el fin de servir de guía para la toma de decisiones, solucionar los problemas de responsabilidad y promover la comprensión de los aspectos implicados” (Stufflebeam, 1987). En esta programación se va a llevar a cabo una evaluación continua en la se mantendrá a los alumnos informados de los logros que van obteniendo, así como lo métodos con los que se van a evaluar. Cuando se utilice los diferentes instrumentos de evaluación se hará que el alumno sea consciente de lo que se le está evaluando.

1º nivel de concreción curricular

Los criterios del primer nivel de concreción curricular han sido extraídos 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, los criterios y estándares de evaluación se encuentran en el anexo 3.

2º nivel de concreción curricular

Con respecto al 2º N.C.C. (PEC), donde el departamento de Educación Física del centro desarrolla los criterios para tener en cuenta a la hora de evaluar. El departamento del centro deja autonomía al profesor para que decida los estándares de evaluación que crea convenientes en el tercer nivel de C.C. atendiendo a las necesidades de cada grupo y conforme al primer nivel de C.C. vistos anteriormente.

3º Nivel de concreción curricular

Se tendrá en cuenta la progresión de cada alumno a la hora de establecer una calificación, de forma que esta progresión afectará al redondeo final de la nota, por ejemplo, un alumno que obtiene una calificación de 5,5 en su media aritmética, si ha seguido una progresión adecuada, podría obtener una calificación de 6, en cambio un alumno con la misma calificación, pero una progresión regresiva, podría obtener una calificación de 5.

También se tendrá en cuenta la progresión en la evaluación de los test físicos, en la segunda y tercera evaluación no solo se tendrá en cuenta la calificación establecida por el baremos, sino que también se dará un porcentaje de la nota a la mejora. Se dará 5% de la calificación si se mejora más de un punto en las todas las pruebas. Se dará 2, 5% si se mejora medio punto o más en todas las pruebas.

A continuación, se exponen los criterios y estándares de evaluación del 3º NCC para 3º de la ESO:

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en diferentes contextos. Mostrando fluidez, precisión y control, perfeccionando la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior
 - 1.1. Resuelve situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.

- 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado, describiendo la forma de realizar los movimientos.
- 1.3. Mejora su nivel de ejecución y aplicación de acciones técnicas, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
- 1.4. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas de orientación, adaptándose a las variaciones y regulando el esfuerzo según sus posibilidades.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
 - 2.1. Utiliza técnicas corporales de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
 - 2.2. Colabora en el diseño y realización de bailes grupales , adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
 - 2.3. Crea improvisaciones y secuencias de movimientos corporales como medio de comunicación espontanea.
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.
 - 3.2. Describe y ponen en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
 - 3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición. Reflexionando sobre las situaciones resueltas, para obtener ventajas o conseguir el objetivo.
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 capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades. Adaptando la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

- 4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
- 4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva
- 4.4. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
- 4.5. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.
 - 5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. Alcanzando niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
 - 5.2. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física y la aplicación de fundamentos de higiene postural, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida y con la prevención de lesiones.
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. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma. Relacionando la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.
 - 7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
 - 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de

- los objetivos. Respetando a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
 - 8.1. Conoce, respeta y valora las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.
 - 8.2. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.
 9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
 - 9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.
 - 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. Y adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.
 10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.
 - 10.1. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
 - 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

Tabla 8.

Relación de las UD con los estándares de 3er NCC, las competencias y los instrumentos de evaluación

Unidad didáctica	Estándares 3ºNCC	Competencias	Instrumento de EV
1. ¡Preparados, listos, ya!	4.2. (2%)	CMCT	Mapa conceptual (10%)
	5.2. (4%)	CSC	
	10.1. (4%)	CD	
2. Brawl Stars. El deporte es salud.	4.1. (5%)	CMCT	Test (15%)
	4.4. (5%)	AA	
	5.1. (5%)	SIEE	
	4.5. (5%)	AA	Cuestionario (10%)
	5.2. (5%)	CMCT	
3. Clash Royale. Organizadores y Periodistas.	3.1. (2,5%)	AA	Registro de acontecimientos (5%)
	3.2. (2,5%)	CSC	
	3.3. (3%)	AA	Registro anecdótico(15%) Escala de valoración
	7.1. (4%)	CSC	
	7.2. (4%)	CL	
	8.2. (4%)	CSC	
4. Pokémon. Bádminton	1.1 (4%)	AA	Escala de valoración ordinal (15%)
	1.3. (4%)	SIEE	
	3.1. (3,5%)	AA	
	3.3. (3,5%)	AA	
	7.1. (5%)	CSC	Registro anecdótico (5%)
5. Fornite.. Danzas tradicionales y actuales	2.1. (2,5%)	AA	Registro anecdótico (7,5%)
	2.3. (2,5%)	SIEE	
	7.2. (2,5%)	CSC	
	10.2. (8,75%)	CEC	Rúbrica (17,5%)
	10.1. (8,75%)	CD	
2º TRIMESTRE			
6. Cooking Mama. Alimentación saludable	4.2. (2,5%)	CMCT	Examen tipo test (5%)
	4.3. (2,5%)	CMCT	
	4.4. (7,5%)	AA	Test motor (10%) nota (5%) Mejora
	5.1. (7,5%)	SIEE	
7. Quidditch World Cup. Descubriendo lo alternativo	3.1. (2,5%)	AA	Escala de valoración (10%)
	3.2. (2,5%)	CSC	
	3.3. (2,5%)	AA	

	7.2. (2,5%)	CL	
	9.1. (5%)	AA	Trabajo Reflexión (5%)
8. NBA 2K21. Baloncesto	1.1. (5%)	AA	Rúbrica (15%)
	3.1. (5%)	AA	
	3.2. (2,5%)	CSC	
	3.3. (2,5%)	AA	
	6.1. (5%)	CL	Escala de valoración (5%)
	7.2. (10%)	CSC	Rúbrica (10%)
3. Clash Royale. Organizadores y Periodistas	3.1 (2,5%)	AA	Registro de acontecimientos (5%)
	3.2 (2,5%)	CSC	
	3.3 (2%)	AA	Registro anecdótico(10%)
	7.1 (4%)	CSC	
	7.2 (4%)	CL	
	8.2 (5%)	CSC	Escala de valoración (5%) Debate
9. Super Mario. Corre y salta	1.1 (1,6%)	AA	Rúbrica. Autoevaluación (5%)
	1.2. (1,6%)	AA	
	1.3. (1,6%)	SIEE	
	9.1. (5%)	AA	Escala de valoración
	10.1. (5%)	CMCT	Video (10%)
3º TRIMESTRE			
10. Among Us. Buscando el norte	1.4. (5%)	CL	Lista de control (20%)
	7.2. (10%)	CSC	
	8.1. (5%)	CSC	
	8.2. (7,5%)	CSC	Examen teórico
	9.2. (7,5%)	CL	(15%)
11. Wii Fit. Ponte a prueba	4.4. (7,5%)	AA,	Test de condición física (10%) nota (5%) Mejora
	5.1. (7,5%)	SIEE	
	4.2 (2%)	CMCT	Mapa conceptual (15%)
	5.2. (4%)	CSD	
	10.1. (4%)	CD	
12. Just Dance. Sigue el ritmo	2.1. (7,5%)	AA	Rúbrica
	2.2 (7,5%)	CSC	Heteroevaluación (15%)
	2.2. (6%)	CSC	Rúbrica Coevaluación (20%)
	7.2. (10%)	CSC	
	8.2. (4%)	CL	

Nota. Elaboración propia

Cada estándar de evaluación está asociado a una competencia, por lo que al finalizar el curso cada alumno tendrá un informe competencial. Se podrá ver el grado de consecución de competencia del alumno.

Plan de refuerzo individual

Después de cada evaluación se pasará a los alumnos que hayan suspendido, por el aula virtual, un plan de refuerzo en el que se explica lo que hay que hacer para recuperar las evaluaciones suspendidas.

Para todos los cursos del IES en la asignatura de EF se realizará evaluación continua, si se suspende una evaluación con más de un 4 se aprobará si se aprueba la siguiente evaluación. Si se suspende con menos de un 4 habrá que hacer una prueba de recuperación.

Las medidas de recuperación consensuadas con el Departamento son las siguientes:

Alumnos con uno o dos trimestres suspendidos:

Los alumnos que no logren obtener una calificación mínima de “4” al final de uno o dos trimestres le someteremos a una recuperación de una parte teórica y otra práctica en junio. Donde se le evaluarán los trimestres suspendidos. Si se suspenden estas pruebas se hará la recuperación de toda la asignatura en la evaluación extraordinaria en junio.

Todos los trimestres suspendidos:

Irán directamente a la convocatoria extraordinaria. Prueba práctica y otra teórica para demostrar que supera los criterios de evaluación del curso. Tendrá que superar estas pruebas con un mínimo de 5 en cada parte.

- Trabajo teórico de salud.
- Pruebas prácticas de atletismo, baloncesto y balonmano.

Las medidas de recuperación expuestas anteriormente no podrán obtener una calificación mayor de 7.

Práctica docente y enseñanza

Para la evaluación tanto de la práctica docente como del proceso de enseñanza, el profesor va a realizar una autoevaluación al final de cada UD donde evaluará si la selección tanto de objetivos como de la metodología ha sido la correcta para dar los contenidos. Tendrá

una actitud crítica para poder mejorar en futuras programaciones, incluso en las siguientes UD de esta misma programación (Anexo 10). Además, se les pasará a los alumnos una ficha de evaluación de la práctica docente al final del curso, que será anónima (Anexo 11).

14. Innovación educativa

El principal objetivo de la EF es conseguir una adherencia al ejercicio físico, fomentando los hábitos saludables y un estilo de vida activa en el alumnado (Ferriz, Sebastià y García, 2017). Para ello, deberá existir una interacción entre profesorado y alumnado que conlleve el fomento de la motivación hacia la asignatura. La educación, como un proceso de enseñanza-aprendizaje, necesita crear proyectos innovadores que incrementen la satisfacción y motivación del docente y el alumnado (García-Ramírez, 2016).

En esta programación se innovará para buscar alternativas que tengan mayor valor educativo, para crear una mayor implicación del alumnado y para que se incremente el aprendizaje y las experiencias positivas. Por último, para adaptarnos al cambio. (López Pastor & Gea Fernández, 2010)

Basándome en los tres problemas del currículo: el problema de la pertinencia, el problema de la imaginación y el problema del desafío (Hargreaves, Earl & Ryan, 1998). En relación con **el problema de la pertinencia**, el contenido que se presente a nuestros alumnos debe de ser atractivo y mostrarles que puede ser útil para la vida diaria. Les mostraremos aplicaciones móviles que pueden ayudar con el ejercicio físico. Para tratar **el problema de la imaginación** toda la programación tendrá un hilo conductor, los videojuegos, para generar interés en nuestro alumnos. Cada UD empezará con una actividad de explicación-motivación relacionada con un videojuego, además durante las sesiones habrá aspectos relacionados con el videojuego. Me valgo de este hilo conductor para que mi alumnado se motive más y participe para conseguir los objetivos. Respecto a **el problema del desafío**, se tratará de adaptar el nivel a el nivel de los alumnos. Por ejemplo, en las UD que se trabaje la condición física se trabajará por niveles y se dará a los alumnos la oportunidad de elegir cual quieren hacer, estos deben intentar aumentar de nivel.

Además, se realizará una interdisciplinariedad, que según Sparkes (1992) estaría dentro del segundo nivel de innovación educativa, ya que se cambian elementos curriculares complejos, como la estructura de la sesión y la metodología.

15. Conclusión

El objetivo de esta programación de aula ha sido ordenar de forma clara y coherente todos los procesos de enseñanza-aprendizaje que se van a realizar durante el curso académico 2021-22 para la asignatura de educación física del bachillerato de 3º A.

La finalidad en esta programación es conseguir una educación integral del alumnado, atendiendo no solo a los contenidos propios de educación física, educando para formar ciudadanos libres, críticos, responsables participativos y solidarios. Además, se pretende que el alumnado tenga una visión más global de la EF, dando a conocer otros deportes, dando importancia a la expresión corporal y la danza, y a la relación del ejercicio físico con la salud.

Por último, se han utilizado instrumentos y metodologías que motiven al alumnado para hacerlo participe en las actividades realizadas, como se observa en las propuestas de innovación educativa.

16. Bibliografía

Álvarez, J. (2010). Características del desarrollo psicológico de los adolescentes. *Innovación y experiencias educativas*, 28, 1-11.

Blázquez Sánchez, D. (2003). *Evaluar en Educación Física*. INDE.

Díaz, J. (1995). *El currículum de la Educación Física en la Reforma Educativa* (2ª Ed.). Barcelona: INDE

González Rivera, Mª. D. & Campos Izquierdo, A. (2014). *Intervención Docente en Educación Secundaria y en el deporte escolar*. Madrid: Síntesis.

Ferriz, A., Sebastià, S., y García, S. (2017). *Clase invertida como elemento innovador en Educación Física: Efectos sobre la motivación y la adquisición de aprendizajes en Primaria y Bachillerato*.

Hargreaves, A., Earl, L., & Ryan, J. (1998). *Una educación para el cambio: reinventar la educación de los adolescentes*.

Heredia, A. (2004). *Curso de didáctica general*. Zaragoza: Prensas Universitarias de Zaragoza.

López Pastor, V., & Gea Fernández, J. (2010). *Innovación, discurso y racionalidad en educación física. Revisión y prospectiva*. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport, 10(38), 245-270.

Martín, P., y Galindo, M. (2009). Ejercicio físico y asma. you & us. [https://docplayer.es/2301064- Y-asma-ejercicio-fisico-pilar-martin-escudero-mercedes-galindocanales.html#show_full_text](https://docplayer.es/2301064-Y-asma-ejercicio-fisico-pilar-martin-escudero-mercedes-galindocanales.html#show_full_text)

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

Pedreira, J. L., & Martín, L. (2000). Desarrollo psicosocial de la adolescencia: bases para una comprensión actualizada. *Documentación social*, 120, 69-90.

Pérez Pueyo, A., & Casanova Vega, P. (2007). Capacidades del alumnado de la ESO para una Educación Física Integral en la LOE: Características psicopedagógicas del adolescente. *Revista Digital, Buenos Aires*, 12, 109.

Programación General Anual. Alcalá de Henares. IES Antonio Machado. Recuperado del 18 de Enero de 2022, de [PROGRAMACIÓN GENERAL ANUAL \(iesmachado.org\)](http://iesmachado.org)

Proyecto educativo de centro. Alcalá De Henares: IES Antonio Machado. Recuperado el 18 de Enero de 2022, de: [Proyecto Educativo.pdf \(iesmachado.org\)](http://iesmachado.org)

Sparkes, A. (1992) Reflexiones sobre las posibilidades y los problemas del proceso de cambio en la Educación Física. En Devís y Peiró. *Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: la salud y los juegos modificados*. (pp. 251-266). Barcelona: Inde

Stufflebeam, D. L. (1987). Professional standards for assuring the quality of educational program and personnel evaluations. *International Journal of Educational Research*, 11(1), 125-143.

Viciano, J., & Mayorga-Vega, D. (2016). Innovative teaching units applied to Physical Education—changing the curriculum management for authentic outcomes. *Kinesiology*, 48(1.), 142-152.

18. Anexos

[Anexo 1. Unidad didáctica 7. Quidditch World Cup. Descubriendo lo alternativo](#)

1. Introducción

El desarrollo de esta UD se caracterizará por ser de deportes alternativos colectivos de oposición y colaboración-oposición. Qué se utilizará para hacer una transferencia horizontal con la siguiente UD que es de baloncesto. Se trabajarán aspectos tácticos y técnicos de los deportes alternativos que luego puedan utilizarse en el baloncesto. De esta forma introduciremos el baloncesto de una forma diferente, ya que en muchas ocasiones este deporte no resulta muy llamativo para algunos alumnos.

2. Objetivos

Objetivos generales de etapa

Expondré los objetivos generales de etapa usados en esta Unidad Didáctica. Estos objetivos generales están extraídos 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.

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.

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.

Objetivos del 3 NCC

- Conocer diferentes deportes alternativos: Ultimate frisbe, Kinball, Tchoukball y Pinfuvote.
- Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en los diferentes deportes.
- Manifestar actitudes de cooperación, tolerancia, deportividad y “juegos limpio”.

3. Competencias

A continuación, expondré las competencias que se trabajan esta UD y como se trabajarán.

- Aprender a aprender: se fomentará que el alumno sea el protagonista de sus aprendizajes, a través de un proceso reflexivo. Desarrollando la capacidad de afrontar nuevos retos de aprendizaje.
- Competencia social y cívica: en todas las sesiones se trabajará la integración, fomentar el respeto, la tolerancia, la cooperación, la aceptación de normas y el trabajo en equipo.
- Competencia digital: en la primera sesión que tienen que utilizar códigos QR para ver los videos explicativos de los deportes alternativos.
- Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor: en las sesiones que se utilizan estilos socializadores. Los alumnos son los principales transmisores del conocimiento en esta sesiones, por lo que tendrán que mostrar sentido de la iniciativa a la hora de explicar a sus compañeros los deportes alternativos y de expresar sus ideas sobre ellos.

4. Contenidos

A partir de los contenidos desarrollados en el Decreto 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria se establecerán los siguientes:

- Habilidades específicas de deportes de colaboración-oposición . Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes.

- Estímulos relevantes que condicionan la conducta motriz: situación del balón, espacios libres, tiempos de juego, etc.
- La colaboración y la toma de decisiones en equipo.

Contenidos didácticos

Para desarrollarlos de forma más precisa, en el caso de esta UD se van a desarrollar los siguientes contenidos didácticos de forma más específica:

- Cumplimiento de los valores de respeto y compañerismo en el deporte, así como a las normas dictadas por el profesor y el centro
- Progreso en el dominio de los fundamentos técnicos, principios tácticos y conocimiento de los reglamentos de deportes alternativos.
- Análisis y valoración crítica de los aspectos de relación, trabajo en equipo y juego limpio propios de la actividad física y el deporte frente a la competitividad exagerada, violencia o actitudes discriminatorias.
- Desarrollo de las habilidades específicas de deportes de colaboración oposición: ultimate frisbe, kinball, tchoukball y pinfuvote.

5. Temporalización

Esta UD se desarrollará al comienzo del segundo trimestre, siendo las fechas previstas del 13 de enero hasta el 17 de febrero, con un total de 6 sesiones. Se desarrollarán en la pista de césped artificial y en el pabellón polideportivo. Si las condiciones meteorológicas no permiten hacer alguna sesión en el exterior se adaptarán para hacerlas en el pabellón. El desarrollo de la sesiones será el siguiente:

Tabla 9.

Relación de sesiones de la unidad didáctica 7.

Sesión 1	Quidditch World Cup. Descubrir que los deportes alternativos
Sesión 2	Ultimate frisbe, Kinball, Tchoukball y Pinfuvote. Familiarización con los deportes alternativos
Sesión 3	Tchoukball. Pases y recepciones. Introducción a la defensa
Sesión 4	Ultimate frisbe. Ocupación de espacios en ataque y en defensa
Sesión 5	Pinfuvote y kinbal. Comunicación y trabajo en equipo
Sesión 6	Reflexión sobre los deportes alternativos

Nota. Elaboración propia

6. Metodología

Principios metodológicos

Los principios metodológicos que se van a seguir en esta UD están basados en los de Néreci (1993) y son los siguientes

- Orientar por medio de la propia experiencia, los alumnos serán los que expliquen a sus compañeros los deportes alternativos y luego los practicarán.
- Orientar hacia la reflexión y el espíritu crítico, para que el aprendizaje cobre sentido se han un pequeño debate en la última sesión “ la pecera” para que los alumnos den su opinión sobre los deportes alternativos y posteriormente hagan una reflexión, tras haber oído también la opinión de sus compañeros.
- Orientar a un ambiente socializante, se utilizarán estilos socializadores, que ayudarán a fomentar valores educativos como la cooperación, saber debatir, responsabilidad.

Métodos de enseñanza

Predomina el método deductivo, en el que profesor presentará el deporte con todas sus características para después centrarse en aspectos particulares. Solo en una sesión será inductivo, primero se centra en aspectos concretos y después en lo general.

Técnicas de enseñanza

Las técnicas de enseñanza mencionadas anteriormente () que se van a utilizar en esta UD son las siguientes.

Instrucción directa ,, adquiriendo así unos determinados patrones motores; integrándolos y mejorando los conocimientos y habilidades previas

Descubrimiento o indagación o utilizarán estilos de enseñanza que fomenten las capacidades de los alumnos de solventar los problemas propuestos por el docente. Se desarrolla la capacidad de procesamiento de la información en cortos periodos de tiempo. Se busca que fomente su actitud crítica en la decisión de alternativas o estrategias, teniendo que ser las más convenientes en una determinada situación

Estilos de enseñanza

Mando directo modificado, asignación de tareas, descubrimiento guiado, estilos socializadores (la pecera y el puzle de Aronson).

Estrategias de enseñanza

Va a predominar la estrategia global, solo en la tercera sesión se utilizará una estrategia mixta.

Tabla 10.

Resumen Metodología unidad didáctica 7.

Nº sesión	Métodos	Técnicas	Estilos	Estrategias
1	Deductivo	Instrucción directa	Mando directo modificado Asignación de tareas	Global
2	Deductivo	Descubrimiento	Estilos socializadores: puzle de Aronson	Global
3	Inductivo	Instrucción directa	Mando directo modificado Asignación de tareas	Mixta
4	Deductivo	Instrucción directa Descubrimiento	Asignación de tareas Descubrimiento guiado	Global
5	Deductivo	Descubrimiento	Descubrimiento guiado	Global
6	Deductivo	Instrucción directa Descubrimiento	Asignación de tareas Estilos socializadores: la pecera	Global

Nota. Elaboración propia

7. Actividades de enseñanza aprendizaje

En este apartado se expondrán las diferentes actividades de enseñanza y aprendizaje que comprenden la UD. Siguiendo la clasificación de Díaz (1995) y Heredia (2004).

- Actividades de motivación: actividad de iniciación-motivación, la actividad relacionada con un videojuego, en este caso Quidditch World Cup. Servirá para enseñar lo que son los deportes alternativos e introducir la UD de una forma motivante.
- Actividades de iniciación: la segunda sesión en la que se verán los deportes alternativos que se van a trabajar. Utilizando la metodología del puzle de Aronson.
- Actividades de desarrollo: Todas las sesiones que se llevan a cabo dentro de la unidad didáctica, como por ejemplo los ejercicios para mejorar las habilidades de ultimate frisbe.
- Actividades de consolidación y síntesis: en la última sesión, cuando se utiliza la técnica de la pecera, para hacer un debate sobre los deportes alternativos y después poder completar mejor el trabajo de reflexión individual.

- Actividades de profundización: estas actividades se mandarán a los alumnos que no han venido a la sesión con la ropa adecuada.

8. Recursos didácticos

Recursos humanos

- Profesor de Educación Física
- Alumnos de 3º de la ESO “A”

Recursos materiales

Para la clasificación de los recursos didácticos materiales tenemos en cuenta la clasificación propuesta por Heredia (2004):

Recursos materiales no propios de educación física

- Medios impresos: hojas con los códigos QR
- Medios audiovisuales: vídeos de los deportes alternativos
- Medios informáticos: aula virtual del instituto

Recursos materiales propios de educación física

- Materiales convencionales: aros, conos, petos, picas, balón de balonmano, red de voleibol.
- Materiales no convencionales: pelotas de diferentes tipos, frisbes, porterías de Tchoukball, fitball, balones de dogeball.

Recursos espaciales

- Espacios propios de actividad física y deporte: pista de césped artificial, pabellón polideportivo.
- Espacios auxiliares: o Aulas para clase teórica, vestuarios y almacén de material.

9. Transversalidad

Como se ha visto anteriormente, el tratamiento transversal estará presente en todas las UD. Aunque no estén dentro de ningún área de conocimiento, sino que son aspectos que se trabajarán en todas las materias. En estas sesiones podemos ver algunos ejemplos del tratamiento transversal:

- Educación en igualdad: todas las actividades se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.
- Libertad de expresión: en la última sesión en la que se hace la dinámica de la pecera, tendrán que expresar sus ideas sobre los deportes alternativos con una actitud crítica y reflexiva.
- Educación para la salud: se fomentará diferentes alternativas de deportes para realizar en el tiempo de ocio.

10. Atención a la diversidad

En la atención a la diversidad trabajaré con una serie de estrategias educativas para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje de todos los alumno. En este caso no hay ningún alumno que necesite adaptaciones curriculares. Se realizarán, por lo tanto, adaptaciones no significativas para un alumno que tiene asma episódico ocasional, también se tendrán en cuenta otros casos que se pueden dar en las clases de EF que son: que venga con ropa que no sea la adecuada, que este lesionado o que no asista durante un tiempo a las clases.

Para el alumno asmático se tomarán las siguientes medidas ordinarias mencionadas en González Rivera y Campos Izquierdo (2014). **Adaptación de espacios y tiempos**: durante las sesiones se harán pausas de hidratación para todos. **Adaptación en la agrupación del alumnado**: a este alumno le incluiremos en los grupos que tengan mayor número de participantes para que el descanso sea mayor y no se fatigue. **Conocimientos del ritmo de ejecución**: se comprobará al principio de cada sesión que dispone del inhalador. **Planificación y desarrollo de las actividades de enseñanza y aprendizaje** en el caso de que se de que los ejercicios se han muy intensos se harán ejercicios de relajación y respiración para evitar las crisis asmáticas.

Para los otros tres casos se adoptarán las siguientes medidas de González Rivera y Campos Izquierdo (2014):

Para el alumno que no asista con la ropa o calzado adecuado para realizar la sesión. Se le mandarán **actividades de profundización o consolidación. Participación** en la sesión colocando el material y dando feedback a los compañeros.

Los alumnos lesionados que asistan a la clase del proceso deberán justificarlo con un certificado médico oficial, que especifique el tipo de lesión y la duración aproximada. **Participación** ayudando al profesor en algún aspecto de organización de la clase, también

colocando materiales y dando feedback a sus compañeros. Se le podrá **adaptar el ejercicio**, siempre que el justificante médico indique que puede hacer algún tipo de actividad física.

Para los alumnos que falten por un motivo justificado y por un largo periodo de tiempo. Se les mandarán **actividades de refuerzo** a través del aula virtual.

11. Evaluación

Evaluación del alumno

Con respecto a la evaluación al alumnado que se realizará en esta unidad al alumno consistirá en una heteroevaluación por parte del profesor. Se presentan a continuación los estándares de aprendizaje evaluables que se seguirán:

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.

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

3.3 Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición. Reflexionando sobre las situaciones resueltas, para obtener ventajas o conseguir el objetivo.

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

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.

A partir de los ellos y como ya se ha expuesto en el apartado de evaluación, se ha diseñado unos instrumentos de evaluación y se les ha asignado un porcentaje de calificación. Además, cada estándar asignado a una competencia también tiene un porcentaje. Esta UD conllevará un 15% de la nota total de esta evaluación.

Tabla

Estándares de aprendizaje evaluables	Competencias	Instrumentos de evaluación
3.1. (2,5%)	AA	Escala de valoración (10%) Anexo 8
3.2. (2,5%)	CSC	
3.3. (2,5%)	AA	
7.2. (2,5%)	CL	
9.1. (5%)	AA	Trabajo Reflexión (5%)

Evaluación de la práctica docente y enseñanza

Para la evaluación tanto de la práctica docente como del proceso de enseñanza de la UD, el profesor va a realizar una autoevaluación al final de cada UD donde se valorará si la selección tanto de objetivos como de la metodología ha sido la correcta para dar los contenidos. Se tendrá una actitud crítica para poder mejorar en futuras programaciones. Ficha de evaluación de la práctica docente y enseñanza de las UD (Anexo 10).





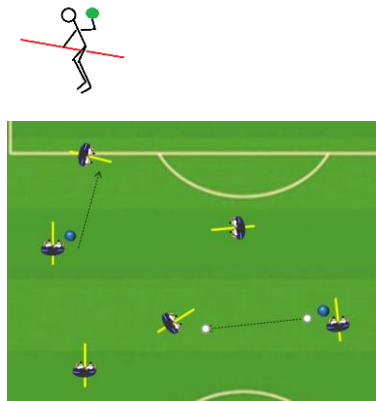
12. Innovación educativa

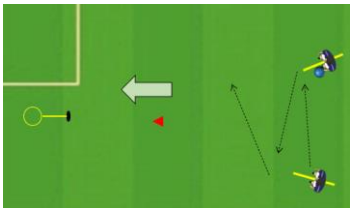
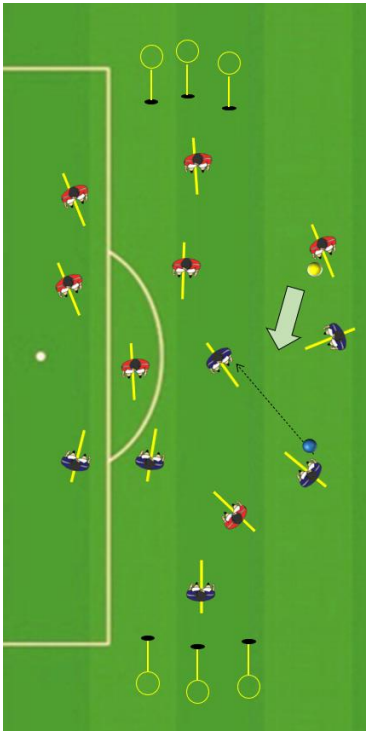
Para poder motivar a alumnado se seguirá el hilo conductor de los videojuegos como en el resto de UD. Para ello se comenzará con una actividad de motivación-introducción, basada en un videojuego. También se utilizarán aspectos tecnológicos como los códigos QR (Anexo x). Por último, se utilizarán estilos socializadores, el puzle de Arosón y la pecera, una metodología poco usada y que aporta muchos beneficios a los alumnos.

13. Sesiones

Modelo de sesión Tomada de González Rivera y Campos Izquierdo (2014)

Nº de sesión	1	Título de la UD	Quidditch World Cup. Descubriendo lo alternativo
Duración de la sesión	55'	Título de la sesión	Quidditch World Cup
Objetivos específicos de la sesión			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer que es un deporte alternativo 2. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición del deporte presentado 3. Manifestar actitudes de cooperación, tolerancia, deportividad y “juego limpio” 4. Participar activamente en el desarrollo de las actividades 			
Competencias			
Aprender a aprender	Competencia social y cívica		Competencia digital
Intervención didáctica			
Métodos de enseñanza	Técnicas de enseñanza		Estilos de enseñanza
Deductivo	Instrucción directa		Mando directo modificado

		Asignación de tareas
Estrategias en la práctica de enseñanza	Agrupamientos	Canales de comunicación y feedback
Global	Grupos de 3 Grupos de 7	Visual Auditivo Simultáneo Descriptivo Explicativo
Recursos		
Espaciales	Materiales	
Pista de césped artificial	Picas, balones de balonmano, conos, aros, petos, pelotas de dodgeball.	
Tratamiento transversal		
Educación en igualdad: todas las actividades se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.		
Educación para la salud: se fomentará diferentes alternativas de deportes para realizar en el tiempo de ocio.		
Atención a la diversidad		
	Participación: harán de árbitros en los partidos.	
	Participación: harán de árbitros en los partidos.	
	Actividades de refuerzo: se subirá un video sobre los deportes alternativos al aula virtual (para todo la clase) los alumnos que se ausenten durante estas sesiones deberán hacer una reflexión sobre los deportes alternativos.	
	Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión. Adaptación de la agrupación: En su equipo habrá más personas, para que pueda hacer cambios	
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje		
Parte inicial	<p>5' Explicar la UD. Que son los deportes alternativos</p> <p>5' Lo que es el Quidditch y sus normas</p> <p>5' Calentamiento, desplazamiento por la pista sobre una pica, pasándose una pelota con dos compañeros</p>	

<p>Parte principal</p>	<p>10' Puntería</p> <p>Por parejas ir pasándose el balón y cuando se llegue a el cono el que tenga balón tiene que tirar e intentar meter el balón por el aro</p> <p>20' 2 partidos de 10' los ganadores se enfrentan entre ellos</p> <p>Partido de Quidditch modificado</p> <p>Un equipo de quidditch está conformado por siete atletas que juegan con escobas entre sus piernas todo el tiempo.</p> <p>Cada equipo tiene cuatro cazadores, dos golpeadores y un guardián</p> <p>Cazadores: Lanzar, patear o de cualquier manera pasar la quaffle (pelota de voleibol) a través de los aros del equipo contrario para anotar 10 puntos.</p> <p>Guardian: Prevenir que los oponentes lancen, pateen o de cualquier manera pasen la quaffle a través de los aros de su equipo.</p> <p>Golpeadores: Lanzar, patear o de cualquier manera impulsar las bludgers (pelotas de dodgeball) para interrumpir el flujo de juego al noquear a otros jugadores.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los cazadores y el guardián intentan anotar goles, con valor de 10 puntos cada uno, con la pelota llamada quaffle e intentan prevenir que el otro equipo anote puntos con la misma pelota. • Los jugadores de la quaffle avanzan con la pelota por el campo corriendo con ella, pasándola entre sus compañeros o pateándola. • Los jugadores de la quaffle se defienden posicionándose o iniciando varias formas de contacto físico legal con otros jugadores de la quaffle. • Mientras el guardián esté en su propia zona del guardián, es inmune al noqueo. • Los golpeadores usan las pelotas llamadas bludgers para interrumpir el flujo del juego noqueando a cualquier jugador del equipo contrario que no tenga inmunidad. • Cualquier jugador golpeado por una bludger lanzada por un oponente está fuera de juego hasta que toque sus propios aros a menos que tenga inmunidad. 	 
------------------------	---	--

Parte final	10' Estiramientos y reflexión Estiramientos en círculo mientras se hace una reflexión grupal sobre la sesión y los deportes alternativos	
-------------	--	--

Nº de sesión	2	Título de la UD	Quidditch World Cup. Descubriendo lo alternativo
Duración de la sesión	55'	Título de la sesión	Ultimate frisbe, Kinball, Tchoukball y Pinfuvote

Objetivos específicos de la sesión

1. Conocer diferentes deportes alternativos: Ultimate frisbe, Kinball, Tchoukball y Pinfuvote, posibilitando la utilización de los mismos para ocupar el tiempo libre.
2. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición en los diferentes deportes
3. 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.
4. Describir aspectos de reglamento, técnica y táctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
5. Fomentar el compañerismo y la interacción social

Competencias

Competencia social y cívica	Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor	Aprender a aprender
-----------------------------	---	---------------------

Intervención didáctica

Métodos de enseñanza	Técnicas de enseñanza	Estilos de enseñanza
Deductivo	Descubrimiento	Estilos socializadores: Puzzle de Aronson
Estrategias en la práctica de enseñanza	Agrupamientos	Canales de comunicación y feedback
Global	Grupos de 7	Recursos visuales (Anexo 7)




Recursos


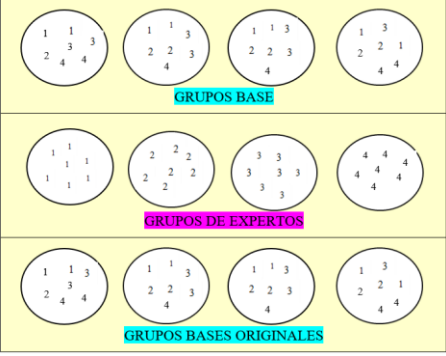

Espaciales	Materiales
Pista polideportiva del pabellón	Balones de balonmano, conos, petos, red de voleibol, fitball, balones de dogeball, porterías de Tchoukball

Tratamiento transversal





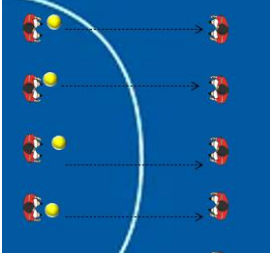
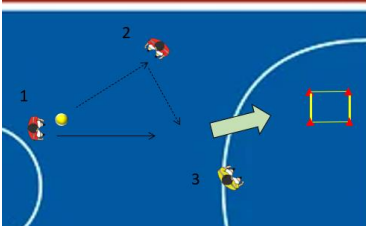
Educación en igualdad: todas las actividades se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.

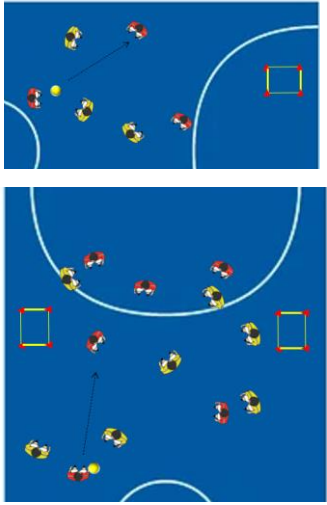
Atención a la diversidad

	Participación: estos alumnos participaran en la actividad del puzzle de Aronson, darán feedback del deporte que sean expertos. Además, harán de árbitros en los partidos.
	Participación: estos alumnos participaran en la actividad del puzzle de Aronson, dará feedback del deporte que sean expertos. Además, harán de árbitros en los partidos.
	Actividades de refuerzo: se subirá un video sobre los deportes alternativos al aula virtual (para todo la clase) los alumnos que se ausenten durante estas sesiones deberán hacer una reflexión sobre los deportes alternativos.

	<p>Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación</p> <p>Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión.</p> <p>Adaptación de la agrupación: En su equipo habrá más personas, para que pueda hacer cambios</p>	
<p>Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje</p>		
<p>Parte inicial</p>	<p>15' 4 de grupos de 7, a a cada uno del grupo se le asigna un nº de 1-4, Y se dividen en otro nuevo grupo, se les da una ficha con las reglas y un código QR con un video de un deporte alternativo (Anexo 7). Después tienen que volver a su equipo de inicio y explicar las normas del que es experto.</p>	
<p>Parte principal</p>	<p>32' Se jugará un partido de 8' de cada deporte alternativo, los del grupo de expertos tienen que contarle a su grupo inicial como se juega Cada equipo comienza haciendo un deporte de modo de que no se repitan partidos de lo mismo al mismo tiempo.</p>	
<p>Parte final</p>	<p>5' Reflexión</p>	
<p>Observaciones y reflexiones</p>		
<p>Este día se evaluará con una escala de valoración varios aspectos, implicación, participación. Anexo 8</p>		





<p>Nº de sesión</p>	<p>3</p>	<p>Título de la UD</p>	<p>Quidditch World Cup. Descubriendo lo alternativo</p>
<p>Duración de la sesión</p>	<p>55'</p>	<p>Título de la sesión</p>	<p>Tchoukball. Pases y recepciones. Introducción a la defensa</p>
<p>Objetivos específicos de la sesión</p>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Introducir al alumno en la ocupación de espacios en los deportes de colaboración-oposición 2. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición, centrándose en le pase y la recepción 3. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas. Centrándose en la defensa 			
<p>Competencias</p>			
<p>Competencia social y cívica</p>	<p>Aprender a aprender</p>		
<p>Intervención didáctica</p>			
<p>Métodos de enseñanza</p>	<p>Técnicas de enseñanza</p>	<p>Estilos de enseñanza</p>	
<p>Inductivo</p>	<p>Instrucción directa</p>	<p>Mando directo modificado Asignación de tareas</p>	
<p>Estrategias en la práctica de enseñanza</p>	<p>Agrupamientos</p>	<p>Canales de comunicación y feedback</p>	
<p>Mixta</p>	<p>Parejas Grupos de 3</p>	<p>Visual Auditivo</p>	

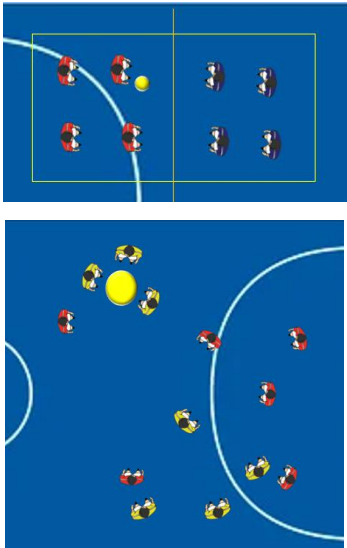
	Grupos de 7	Simultáneo Descriptivo Explicativo
Recursos		
Espaciales	Materiales	
Pista de césped artificial	Porterías oficial de tchoukball, balones de balonmano, petos	
Tratamiento transversal		
Educación en igualdad: todas las actividades se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.		
Atención a la diversidad		
	Actividad de profundización: deberá buscar información sobre el tchoukball, y escribir una pequeña redacción sobre el deporte. Participación: hará de árbitros en los partidos.	
	Participación: en el caso de que su lesión lo permita, hará de pasador en el segundo ejercicio. Además, hará de arbitro en los partidos.	
	Actividades de refuerzo: se subirá un video sobre los deportes alternativos al aula virtual (para todo la clase) los alumnos que se ausenten durante estas sesiones deberán hacer una reflexión sobre los deportes alternativos.	
	Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión. Adaptación de la agrupación: En su equipo habrá más personas, para que pueda hacer cambios	
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje		
Parte inicial	3' explicación de la sesión 3' movilidad articular	
Parte principal	4' Pases con el balón por parejas 5' Tiros a la portería y el compañero tiene que intentar cogerlo sin que caiga al suelo Dos líneas y van saliendo 1. lanzador 2. pasador 3. defensor 10' Partidos minis 3x3 en una portería (grupos de 4 y un jugador va rotando cada 2')	 

	<p>2' pausa de hidratación</p> <p>15' Partido 7x7 en las dos porterías</p>	
Parte final	5' estiramientos y reflexión	





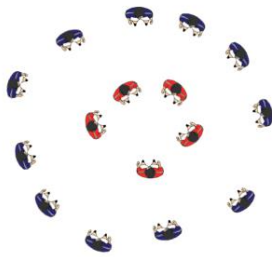
Nº de sesión	4	Título de la UD	Quidditch World Cup. Descubriendo lo alternativo
Duración de la sesión	55'	Título de la sesión	Ultimate frisbe. Ocupación de espacios en ataque y en defensa
Objetivos específicos de la sesión			
<ol style="list-style-type: none"> Fortalecer habilidades manipulativas y desarrollar coordinación óculo-manual Trabajar la ocupación de espacios en el campo en ataque y en defensa Mejorar la coordinación óculo-manual 			
Competencias			
Competencia social y cívica	Aprender a aprender		
Intervención didáctica			
Métodos de enseñanza	Técnicas de enseñanza	Estilos de enseñanza	
Deductivo	Instrucción directa	Asignación de tareas	
Inductivo	Descubrimiento	Descubrimiento guiado	
Estrategias en la práctica de enseñanza	Agrupamientos	Canales de comunicación y feedback	
Global	Individual Grupos de 3 Grupos de 7	Visual Auditivo Simultáneo Descriptivo Explicativo	
Recursos			
Espaciales	Materiales		
Pista de césped artificial	Frisbes, conos, petos		
Tratamiento transversal			
Educación en igualdad: todas las actividades se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.			
Atención a la diversidad			

	Participación: contará el número de pases que llevan los equipos en el primer ejercicio. Además, harán de árbitros en los partidos.	
	Participación: contará el número de pases que llevan los equipos en el primer ejercicio. Además, harán de árbitros en los partidos.	
	Actividades de refuerzo: se subirá un video sobre los deportes alternativos al aula virtual (para toda la clase) los alumnos que se ausenten durante estas sesiones deberán hacer una reflexión sobre los deportes alternativos.	
	Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión. Adaptación de la agrupación: En su equipo habrá más personas, para que pueda hacer cambios	
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje		
Parte inicial	2' explicación de la sesión 5' 3 filas, paso y movilidad articular	
Parte principal	10' Pases e interceptaciones 3x3 se forman dos equipos. Un equipo debe hacer 10 pases rotando el frisbee entre sus integrantes, mientras el equipo contrario intenta interceptar el disco. El equipo que tiene el disco cuenta en voz alta el número de pases. Si el disco toca el suelo, pasa al equipo contrario. Cada jugador marca a uno del equipo contrario. Si el jugador en posesión del disco no lo pasa en 10 segundos, pasa al equipo contrario 10' 7x7 el jugador que da el pase tiene que ir a rodear un cono antes de poder recibir de nuevo 15' Partido ultimate adaptado, zona para marcar gol. Un jugador está dentro de la portería y tiene que recibir para conseguir el punto. El resto de jugadores se mueven para recibir el frisbe hasta estar cerca de su portería.	
Parte final	3' Reflexión	
Observaciones y reflexiones		

Nº de sesión	5	Título de la UD	Quidditch World Cup. Descubriendo lo alternativo
Duración de la sesión	55'	Título de la sesión	Pinfuvote y kinbal. Comunicación y trabajo en equipo
Objetivos específicos de la sesión			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Recordar las normas del pinfuvote y kinbal 2. Mejorar la comunicación en deporte de colaboración y colaboración-oposición 3. Manifestar actitudes de cooperación, tolerancia, deportividad y “juego limpio” 			
Competencias			
Aprender a aprender	Competencia social y cívica	Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor	
Intervención didáctica			
Métodos de enseñanza	Técnicas de enseñanza	Estilos de enseñanza	
Deductivo	Descubrimiento	Descubrimiento guiado	
Estrategias en la práctica de enseñanza	Agrupamientos	Canales de comunicación y feedback	
Global	Grupos de 4 Grupos de 7	Visual Auditivo Simultáneo Descriptivo Explicativo	
Recursos			
Espaciales	Materiales		
Pista de pabellón polideportivo	Red de voleibol, balones de dogeball, fitball, petos		
Tratamiento transversal			
Educación en igualdad: todas las actividades se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.			
Atención a la diversidad			
	De consolidación: reflexión de por qué es importante la comunicación en los deportes de equipo. Participación: Además, harán de árbitros en los partidos.		
	Participación: Además, harán de árbitros en los partidos.		
	Actividades de refuerzo: se subirá un video sobre los deportes alternativos al al aula virtual (para todo la clase) los alumnos que se ausenten durante estas sesiones deberán hacer una reflexión sobre los deportes alternativos.		
	Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión.		

	Adaptación de la agrupación: En su equipo habrá más personas, para que pueda hacer cambios	
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje		
Parte inicial	3' Movilidad articular 4' Juego del tulipan	
Parte principal	Juego de pinfuvote 4x4. 5' sin hablar 1' Reunión grupal. Hay que decir quién va a golpear el balón 5' pinfuvote 4x4. 1' Reunión grupal hay que decir a quien se lo envió 5' pinfuvote 4x4. Kinball 7x7 5' sin hablar 1' Reunión grupal. Hay que decir quién va a por el fitball 10' Kinball 7x7	
Parte final	10' Estiramientos y reflexión	

Nº de sesión	6	Título de la UD	Quidditch World Cup. Descubriendo lo alternativo
Duración de la sesión	55'	Título de la sesión	Trabajo reflexivo en clase
Objetivos específicos de la sesión			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconocer aspectos básicos de los deportes alternativos trabajados 2. Comparar los deportes alternativos con otros tradicionales 3. Conocer los beneficios de los deportes alternativos 4. Conocer la utilización de los deportes alternativos como posibilidad de ocupar el tiempo libre 			
Competencias			
Competencia lingüística		Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor	
Intervención didáctica			
Métodos de enseñanza		Técnicas de enseñanza	Estilos de enseñanza
Inductivo		Descubrimiento	Estilos socializadores: La pecera
Estrategias en la práctica de enseñanza		Agrupamientos	Canales de comunicación y feedback
Global		Grupal Individual	Auditivo Simultáneo Descriptivo Explicativo
Recursos			

Espaciales		Materiales
Aula con proyector Pista de césped artificial		Hojas en blanco, frisbe, conos, red de voleibol, balones de dogeball, petos.
Tratamiento transversal		
Educación en igualdad: todas las actividades se harán de forma mixta y se todos los participantes tendrán que participar de una manera activa.		
Libertad de expresión: tendrán que expresar sus ideas sobre los deportes alternativos con una actitud crítica y reflexiva.		
Atención a la diversidad		
	Participación: participaran de manera normal en la actividad de la pecera. Después harán de árbitros en los partidos	
	Participación: participaran de manera normal en la actividad de la pecera. Después harán de árbitros en los partidos	
	Actividades de refuerzo: deberán hacer una reflexión sobre los aspectos principales de os deportes alternativos.	
	Adaptación de tiempos: Se harán una o dos pausas de hidratación Conocimientos del ritmo de ejecución: Se comprobará al inicio de la sesión que lleva con ella el broncodilatador por si lo necesitara durante la sesión. Adaptación de la agrupación: En su equipo habrá más personas, para que pueda hacer cambios	
Contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje		
Parte inicial	<p>5' En una hoja rellenar 3-4 líneas sobre los deportes alternativos. Anexo X</p> <p>15' La pecera</p> <p>Se escogerá 5 alumnos al azar, que serán los peces, se sentarán enfrentados formando un círculo con una silla, habrá una silla vacia, estos serán los peces. El resto de los alumnos formará un circulo exterior rodeándoles, serán la pecera.</p> <p>Los peces tienen que dar ideas de los deportes alternativos y crear un pequeño debate entre ellos. En cualquier momento el profesor, que es el moderador, podrá intervenir dando ideas, además de introducción alumnos nuevos como peces y sacando a los que ya han intervenido. Ellos también podrán abandonar su silla tras intervenir y cualquier observador ocupar su puesto.</p> <p>Una vez pasado 8', se dejarán 7' para que entre todos se saquen las ideas principales que se han extraído del debate.</p>	
Parte principal	<p>10' En la misma hoja que se escribieron anteriormente, rellenar unas 6-10 líneas más sobre los deportes alternativos.</p> <p>20' Después pueden elegir jugar al ultimate o al pinfuvote</p>	
Parte final	5' estiramientos	

Anexo 2. Instalaciones deportivas

El centro cuenta con cuatro pistas interiores cubiertas (Imagen 1) que se distribuyen de la siguiente forma:

- Pista nº1 (Parquet)
 - 1 Campo de Fútbol sala y balonmano (40 x 20m)
 - 5 Medios campos de baloncesto (14 x 14m)
 - 7 campos de bádminton
- Pista nº2 (Parquet)
 - 1 Campo de voleibol (18 x 9m)
 - 3 Campos de bádminton
- Pista nº3
 - 1 Sala individual (15 x 7m)
- Pista nº4
 - 1 Tatami fijo (13 x5m)

Imagen 1: Planos de las pistas deportivas cubiertas del IES Antonio Machado (IES Antonio Machado, 2022)

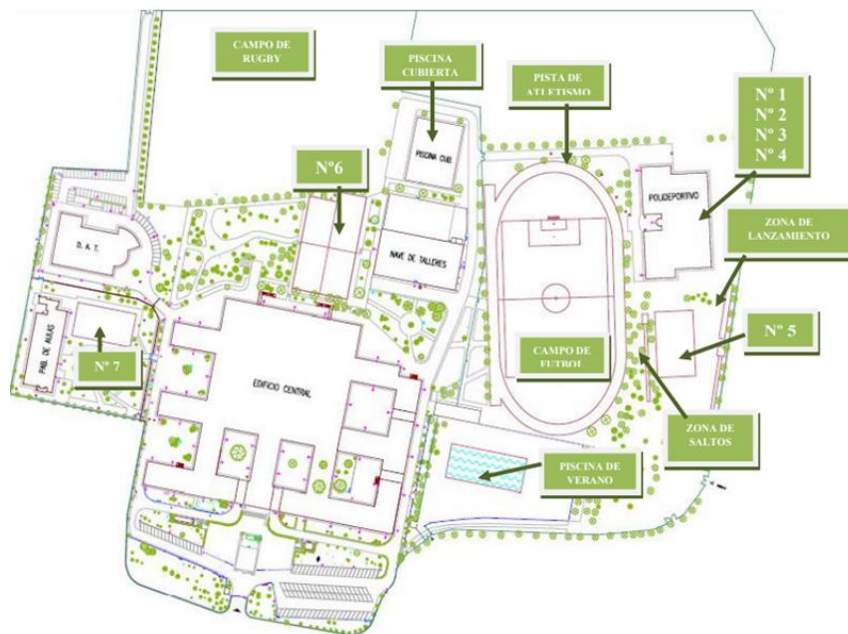


En cuanto a las pistas exteriores (Imagen 2), el centro cuenta con un total de 8 pistas y campos distribuidos de la siguiente forma:

- Pista nº5
 - 2 Campos de fútbol sala y balonmano (40 x 20m)
 - 3 Campos de baloncesto (24 x 14m)
- Pista nº6
 - 1 Campo de baloncesto (24 x 14m)
 - 1 Campo de tenis
- Pista nº7
 - 1 Campo de fútbol sala y balonmano (40 x 20m)
 - 2 Campos de baloncesto (24 x 14m)

- Campo de fútbol (arena)
 - 1 Campo de fútbol (100 x 70m)
- Piscina cubierta
 - 1 Vaso de 6 calles x 25m
- Pista de atletismo
 - 1 Pista de atletismo de 400m y 8 calles
 - Zona de saltos
 - Zona de lanzamientos
- Campo de rugby
 - 1 Campo de rugby (100 x 70m)
- Piscina de verano
 - 1 Vaso de 8 calles x 50m

Imagen 2: Planos de las pistas deportivas exteriores del IES Antonio Machado (IES Antonio Machado, 2022)



Web del IES Antonio Machado. Extraído del Proyecto Educativo del Centro

[Anexo 3. Contenidos del 1ºNCC](#)

1. Actividades individuales en medio estable:

1.1. Modalidades de atletismo: carrera de vallas y salto de altura estilo Fósbury

- Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.
- Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.
- Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad, flexibilidad.

- 1.2 Formas de evaluar el nivel técnico en el paso de las vallas y el salto Fósbury.
- 1.3 Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.
- 1.4 La capacidad de aprendizaje motor y el valor relativo de los resultados cuantitativos.
2. Actividades de adversario: el bádminton
 - 2.1 Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.
 - 2.2 Estrategias de juego. Colocación de los golpes en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario.
 - 2.3 Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.
3. Actividades de colaboración-oposición: baloncesto
 - 3.1. Habilidades específicas del baloncesto. Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes.
 - 3.2. Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas.
 - 3.3. Estímulos relevantes que en baloncesto condicionan la conducta motriz: situación del balón y la canasta, espacios libres, tiempos de juego, etc.
 - 3.4. La colaboración y la toma de decisiones en equipo.
4. Actividades en medio no estable: orientación
 - 4.1. La orientación como actividad físico deportiva en medio no estable. Interpretación de mapas y uso de la brújula y otros sistemas de orientación (GPS, indicios naturales).
 - 4.2. Equipamiento básico para la realización de actividades de orientación en función de la duración y de las condiciones de las mismas.
 - 4.3. La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de orientación.
 - 4.4. Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad. Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de recorridos de orientación. Influencia de las actividades de orientación en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.

5. Actividades artístico expresivas: danzas
 - 5.1. La danza como contenido cultural. Danzas históricas y danzas actuales.
 - 5.2. Diseño y realización de coreografías Agrupamientos y elementos coreográficos.
6. Salud:
 - 6.1. Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas
 - 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. Métodos para llegar a valores saludables en la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad.
 - 6.4. Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas
 - 6.5. Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo.
7. Balance energético entre ingesta y gasto calórico.

Anexo 4. Criterios y estándares 1º NCC

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
 - 1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
 - 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
 - 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
 - 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
 - 1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
 - 2.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.

- 2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
- 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
 - 3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
 - 3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
 - 3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.
 - 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad 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.
 - 4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
 - 4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva
 - 4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
 - 4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

- 4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.
 - 5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
 - 5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
 - 5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
 - 5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.
 - 6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.
 - 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.
 - 6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.
 - 7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
 - 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
 - 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
 - 8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físicodeportivas.
 - 8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físicodeportivas.
 - 8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
 - 9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.
 - 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.
 - 9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.
 - 10.1. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
 - 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

Anexo 5. Elementos transversales

1. La comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las tecnologías de la información y la comunicación, el emprendimiento y la educación cívica y constitucional se trabajarán en todas las materias

2. Valores que potencien la igualdad efectiva entre hombres y mujeres y la prevención de la violencia de género, y de los valores inherentes al principio de igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición o circunstancia personal o social.

3. Medidas para que los alumnos participen en actividades que les permitan 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

4. La actividad física y la dieta equilibrada formen parte del comportamiento juvenil. Se promoverá la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos durante la jornada escolar, en los términos y condiciones que, siguiendo las recomendaciones de los organismos competentes, garanticen un desarrollo adecuado para favorecer una vida activa, saludable y autónoma. El diseño, coordinación y supervisión de las medidas que a estos efectos se adopten en el centro educativo, serán asumidos por el profesorado con cualificación o especialización adecuada en estos ámbitos.

5. En el ámbito de la educación y la seguridad vial, se incorporarán elementos curriculares y se promoverán acciones para la mejora de la convivencia y la prevención de los accidentes de tráfico, con el fin de que los alumnos conozcan sus derechos y deberes como usuarios de las vías, en calidad de peatones, viajeros y conductores de bicicletas o vehículos a motor, respeten las normas y señales, y se favorezca la convivencia, la tolerancia, la prudencia, el autocontrol, el diálogo y la empatía con actuaciones adecuadas con el fin de prevenir los accidentes de tráfico y sus secuelas.

Anexo 6. Autorización para salidas del centro



AUTORIZACIÓN PARA SALIDA DEL CENTRO DENTRO DEL HORARIO LECTIVO

Se le informa y se pide autorización para la participación de su hijo/hija en una actividad complementaria organizada por el departamento de EDUCACIÓN FÍSICA.

A continuación, se detallan algunas de las características de la actividad:

- Título de la actividad:
- Curso al que va dirigido:
- Lugar de la actividad:
- Fecha de la actividad:
- Hora de comienzo y de finalización:
- Forma de transporte
- Coste del transporte

Coste total por alumno €

ES OBLIGATORIO vestir con ROPA CÓMODA para la actividad (chándal, zapatillas deportivas, etc.). Además de llevar un almuerzo para media mañana.

NOTA: El/La alumno/a deberá entregar esta autorización debidamente firmada por los padres o tutores legales al profesor ANTES DEL DÍA...DE..., con las cantidades del coste de la actividad.

D./Dña. _____ como

padre/madre/tutor/a legal del alumno/a _____

AUTORIZO a que mi hijo/a asista a la actividad programada por el Departamento de Educación Física, el día....de.....de 20.....

Anexo 7. Códigos QR deportes alternativos



Anexo 8. Escala de valoración numérica. Sesión Puzle de Aronson.

Alumno:	Fecha:				
UD:	Curso:				
(0 = nunca; 1 = casi nunca; 2 = a veces; 3 = casi siempre; 4 = siempre)					
Variables a observar	0	1	2	3	4
Muestra actitud participativa en la puesta en común. Grupo de expertos.					
Presta atención en el grupo base cuando otro compañero explica su deporte					
Corrige y da feedback a sus compañeros del deporte que es experto					
Muestra una actitud participativa en los partidos de los diferentes deportes					
Respeto a los compañeros y al material					

Anexo 9. Hoja de reflexión de deportes alternativos

Nombre y apellido:	Curso:
<p>Escribe 3-4 líneas sobre los deportes alternativos (que son, que pretenden, aspectos positivos y negativos)</p>	

Escribe otras 6-10 líneas con ideas sobre los deportes alternativos tras haber formado parte del debate sobre ellos.

Anexo 10. Ficha de evaluación de la práctica docente y enseñanza de las UD

UD:	Curso:	Clase:
Los objetivos han sido correctos y se han alcanzado		
La metodología ha sido adecuada		
El clima de la clase ha sido correcto		
Aspectos a mejorar:		

Anexo 11. Ficha de evaluación de la práctica docente por parte del alumnado

Curso:	Clase:
1. Nunca 2. A veces 3. Con regularidad 4. Casi siempre 5. Siempre	
Conceptos a evaluar	Valoración
El docente se expresa con claridad	
El profesor muestra entusiasmo durante las clases	
El trato del docente con los alumnos ha sido el adecuado	
El profesor a estado disponible para la resolución de dudas	
El profesor ha sabido adaptarse a las características del grupo	
Los contenidos trabajados y la forma de explicarlos son los adecuados para el nivel del grupo	
El profesor evalúa de forma correcta	
Se han aprendido contenidos fácilmente aplicables a la vida diaria	
<u>Otros aspectos que quieras destacar de la asignatura:</u>	