

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

PRIMER CURSO DE BACHILLERATO

I.E.S. MONTERROSO
Estepona (Málaga)

CURSO 2018-2019

Departamento de Educación Física:
María del Carmen Juárez Fernández
Francisco Javier Márquez García
Javier Martínez Juguera
Andrés Moreno Vergara
Cristóbal Carrasco Pérez

ÍNDICE:

- 1.- CONTEXTO DE ACTUACIÓN.**
 - 2.- COMPETENCIAS CLAVE: CONTRIBUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.**
 - 3.- OBJETIVOS GENERALES DEL BACHILLERATO.**
 - 4.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN BACHILLERATO.**
 - 5.- CONTENIDOS CURRICULARES.**
 - 6.- CONCRECIÓN, SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS.**
 - 7.- CONTENIDOS DE CARÁCTER TRANSVERSAL.**
 - 8.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES.**
 - 9.- ORIENTACIONES METODOLÓGICAS.**
 - 10.- PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.**
 - 11.- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.**
 - 12.- MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.**
- ANEXO I: PROPUESTA DE MEJORA DE LA COMPETENCIA MATEMÁTICA DEL ALUMNADO.**
- ANEXO II: DESARROLLO DEL HÁBITO LECTOR Y LA EXPRESIÓN EN PÚBLICO.**
- ANEXO III: ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.**
- ANEXO IV: BILINGÜISMO.**

INTRODUCCIÓN

Si queremos dar una definición de **Programación Didáctica**, podemos decir que *es un tipo de planificación que permite: tomar conciencia de la intencionalidad que preside la intervención didáctica, prever las condiciones más adecuadas para desarrollar los objetivos propuestos, y disponer de criterios para regular todo el proceso.*

Con la programación didáctica, los profesores sistematizan su trabajo diario previendo, de manera flexible, las tareas a realizar durante el proceso educativo. Es, por tanto, una ayuda para poner en práctica una enseñanza de calidad.

El **Bachillerato** tiene como finalidad proporcionar al alumnado formación, madurez intelectual y humana, conocimientos y habilidades que les permitan desarrollar funciones sociales e incorporarse a la vida activa con responsabilidad y competencia. Asimismo, capacitará al alumnado para acceder a la educación superior.

REFERENCIAS NORMATIVAS:

La referencia principal, actualmente, es la **Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa** (L.O.M.C.E.). Esta ley no sustituye, sino que modifica el texto de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (L.O.E.).

El Real Decreto que regula el currículo básico en ESO y en Bachillerato es el **R.D. 1105/2014, de 26 de diciembre**, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato.

A nivel autonómico, en Andalucía tenemos como referentes normativos curriculares el **Decreto 110/2016, de 14 de junio**, por el que se establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía. y, como última referencia, la **Orden de 14 de julio de 2016**, por la que se desarrolla el currículo correspondiente al Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

De estos documentos extraemos el desarrollo de los objetivos, contenidos, orientaciones metodológicas y criterios de evaluación para el **primer curso de Bachillerato**, en el que la materia de **Educación Física** es una asignatura del **bloque de materias específicas**. En cuanto al **segundo curso de Bachillerato**, en nuestro centro se oferta como Materia de Libre Configuración Propia, para lo que desarrollamos en **otra programación** una propuesta curricular coherente con el primer curso de la etapa y con la legislación vigente.

1.- CONTEXTO DE ACTUACIÓN:

El I.E.S. Monterroso ofrece las enseñanzas de Bachillerato, incluyendo la Educación Física en, además del primer curso, en el segundo curso como materia de libre configuración propia. El Departamento de Educación Física está compuesto por 5 profesores, y dispone de los recursos materiales habituales y suficientes para impartir la

Educación Física de esta etapa educativa, así como las **instalaciones** como:

- 2 pistas polideportivas exteriores con medidas reglamentarias aproximadas y porterías de fútbol-sala / balonmano.
- 1 pista polideportiva exterior con medidas reglamentarias aproximadas y porterías de fútbol-sala / balonmano, además de 4 canastas de baloncesto dispuestas en dos canchas transversales a la pista de fútbol-sala.
 - 1 cancha de baloncesto exterior.
 - 1 gimnasio cubierto de 30x18 metros, al que se le instalaron 3 canastas de baloncesto ancladas a las paredes.

Además, el centro está colindante con **otras instalaciones deportivas municipales** que, por acuerdo con la delegación de deportes, podemos utilizar: el campo de fútbol de San Fernando y el polideportivo Santo Tomás de Aquino. También tenemos cerca el recinto ferial deportivo, que es un espacio público de libre acceso con equipamiento deportivo variado.

EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA:

El departamento queda integrado este curso por los siguientes miembros (y cargos):

- D. Francisco Javier Márquez García, Director del Centro.
- D. Andrés Moreno Vergara.
- D. Cristóbal Carrasco Pérez, jefe de departamento.
- D. Javier Martínez Juguera, profesor bilingüe y tutor de 2º de ESO.
- D. María del Carmen Juárez Fernández, profesora bilingüe y tutora de 2º de ESO.

El reparto de grupos para la asignatura de Educación Física queda de la siguiente manera:

Mª CARMEN JUÁREZ	CRISTÓBAL CARRASCO	ANDRÉS MORENO	JAVIER MARTÍNEZ	JAVIER MÁRQUEZ
2º ESO B	1º ESO F	1º ESO A	2º ESO A	2º BACH
2º ESO D	1º ESO G	1º ESO B	2º ESO C	
2º ESO G	1º ESO H	1º ESO C	2º ESO E	
2º ESO H	1º ESO I	1º ESO D	2º ESO F	
4º ESO A	3º ESO A	1º ESO E	4º ESO B	
4º ESO E	3º ESO B	3º ESO C	4º ESO C	
1º BACH D/E (bil)	3º ESO D	3º ESO E	4º ESO D	
2º BACH	1º BACH A/B/D	3º ESO F	1º BACH C	
		1º BACH D/E	1º BACH A/B (bil)	
			2º BACH	

Los **grupos de EF bilingüe** son: los 8 grupos de 2º de ESO, los 5 grupos de 4º y 2 grupos de 1º Bach (repartidos entre el A, B, D y E).

2.- COMPETENCIAS CLAVE: CONTRIBUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.

Se entiende por **competencias clave** a la combinación de habilidades prácticas, conocimientos, motivación, valores éticos, actitudes, emociones, y otros componentes sociales y de comportamiento que se movilizan conjuntamente para lograr una acción eficaz. Por tanto, se conceptualizan como un «*saber hacer*» que se aplica a una diversidad de contextos académicos, sociales y profesionales.

Según la **Orden de 14 de julio de 2016**, por la que se desarrolla el currículo correspondiente al **Bachillerato** en la Comunidad Autónoma de Andalucía, la materia de Educación Física en esta etapa pretende continuar con la progresión de los aprendizajes adquiridos en la etapa anterior. La asignatura se orienta a **afianzar** en el alumnado el **desarrollo de las competencias** potenciando el desarrollo de actitudes para planificar, organizar y dirigir sus propias actividades físicas, orientadas a satisfacer sus propias necesidades motrices, y a la mejora de la salud como responsabilidad individual y como construcción social.

De acuerdo con lo establecido en el artículo 2.2 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, las competencias del currículo serán las siguientes:

- a) *Comunicación lingüística.*
- b) *Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.*
- c) *Competencia digital.*
- d) *Aprender a aprender.*
- e) *Competencias sociales y cívicas.*
- f) *Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.*
- g) *Conciencia y expresiones culturales.*

La Educación Física contribuirá de manera esencial en el desarrollo de las **competencias clave en ciencia y tecnología** (CMCT) facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos (aspectos relacionados con la biomecánica, la conservación de la naturaleza, etc.), los sistemas biológicos (aspectos relacionados con el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, la higiene, etc.), los sistemas de la tierra y del espacio (aspectos relacionados con las actividades físicas en el medio natural) y los sistemas tecnológicos (uso de instrumentos utilizados en el ámbito de la actividad física y deportiva: GPS, pulsómetros, aplicaciones para dispositivos móviles, etc.), ofreciendo situaciones en las que el alumnado se familiarice con la investigación científica y la comunicación de la ciencia.

Asimismo, contribuye de manera esencial al desarrollo de las **competencias sociales y cívicas** (CSC). La educación Física fomenta el desarrollo de la autonomía, competencia y relación social. Las normas y reglas generales que se establecen para las clases y en concreto en los juegos y deportes, contribuyen a preparar al alumnado para la vida autónoma en sociedad.

Esta materia también contribuye al desarrollo de la **competencia conciencia y expresiones culturales** (CeC) a través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las

actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

Las **competencias sentido de iniciativa y espíritu emprendedor** (SIeP), y **aprender a aprender** (CAA) se desarrollan desde esta materia otorgando funciones y responsabilidades al alumnado, de liderazgo, de trabajo en equipo e iniciativa personal en la regulación, planificación, organización y ejecución de la actividad física.

Asimismo, la asignatura ofrece situaciones especialmente favorables para el desarrollo de la **competencia en comunicación lingüística** (CCL), ofreciendo una amplia variedad de intercambios comunicativos verbales y de vocabulario específico, además de desarrollar otras dimensiones de la comunicación a través del lenguaje corporal, las expresiones artísticas y las interacciones que se producen.

Finalmente, esta materia contribuye a la mejora de la **competencia digital** (Cd) abordando aspectos como el acceso y la gestión de la información relacionados con la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, especialmente importantes en esta etapa.

3.- OBJETIVOS GENERALES DEL BACHILLERATO

El **R.D. 1105/2014** define los **objetivos** como los *“referentes relativos a los logros que el estudiante debe alcanzar al finalizar cada etapa, como resultado de las experiencias de enseñanza-aprendizaje intencionalmente planificadas a tal fin”*.

El Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución española así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.

b) Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.

c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición o circunstancia personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad.

d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.

e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su Comunidad Autónoma.

f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.

g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la

comunicación.

h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.

i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.

j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.

k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.

l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.

m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.

n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.

Además de los objetivos anteriores, según el **Decreto 110/2016, de 14 de junio**, por el que se establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en la comunidad Autónoma de Andalucía, el Bachillerato contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que le permitan:

a) Profundizar en el conocimiento y el aprecio de las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades.

b) Profundizar en el conocimiento y el aprecio de los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, así como su medio físico y natural y otros hechos diferenciadores de nuestra comunidad para que sea valorada y respetada como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.

4.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN BACHILLERATO

Según la **Orden de 14 de Julio de 2016**, la enseñanza de la **Educación Física en Bachillerato** tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes **objetivos**:

- Valorar la actividad física como medio fundamental para la mejora de la salud y de la calidad de vida y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo un medio para la autosuperación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas.

- Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma y sistemática un programa personal de actividad física para la mejora de la condición física y motora, y las habilidades motrices desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo,

considerando el propio nivel y orientado hacia las motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.

- Aplicar, resolver y perfeccionar situaciones motrices en diferentes contextos de práctica física aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, dando prioridad a la toma de decisiones.
- Planificar, interpretar y valorar composiciones corporales individuales y colectivas potenciando la originalidad, expresividad y la creatividad aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición, reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal, integrándolas como prácticas de ocio activo.
- Buscar y utilizar soluciones creativas a situaciones de oposición y colaboración con y sin oponentes en contextos deportivos o recreativos, adaptándose a las condiciones cambiantes que se producen durante la práctica.
- Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.
- Utilizar de forma autónoma y regular, hábitos saludables de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
- Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.
- Respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva.
- Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente la autoría de las informaciones y archivos compartidos.

5.- CONTENIDOS CURRICULARES

Los contenidos se organizan alrededor de **cinco grandes bloques**: *salud y calidad de vida, condición física y motriz, juegos y deportes, expresión corporal y actividades en el medio natural.*

Esta división facilita la organización del amplio abanico de medios de que dispone la materia para conseguir los objetivos que pretende, y debe ser entendida como bloques relacionados entre sí, que no pueden trabajarse aisladamente.

En cada uno de los bloques están presentes, de manera integrada, los contenidos de conceptos, procedimientos y actitudes; se entiende así que los tres tipos de contenidos son importantes y deben formar parte del desarrollo de la programación de esta materia. Además, en todos los bloques existe una progresión en la aplicación de los distintos contenidos a lo largo de la etapa.

Bloque 1. Salud y calidad de vida.

- Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud. Relación entre ingesta y gasto calórico. Análisis de la dieta personal. Dieta equilibrada.
 - Fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.
 - Práctica regular de diferentes técnicas de respiración y relajación.
 - Características de las actividades físicas saludables.
 - Las actividades físicas como recurso de ocio activo y saludable. Formulación de objetivos en un programa de actividad física para la salud.
 - Elaboración de diseños de prácticas de actividad física en función de las características e intereses personales del alumnado.
 - La actividad física programada. Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado. Asociacionismo, práctica programada de actividad física, voluntariado, etc. entidades deportivas y asociaciones andaluzas.
 - Valoración de los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas las actividades físicas y sus posibilidades profesionales futuras.
 - Identificación de los aspectos organizativos de las actividades físicas y los materiales y recursos necesarios.
 - Las profesiones del deporte y oferta educativa en Andalucía.
 - Concienciación de los efectos negativos que tienen algunas prácticas de actividad física para la salud individual o colectiva y fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. el doping, el alcohol, el tabaco, etc.
 - La responsabilidad y la gestión de riesgos asociados a las actividades físicas y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.
 - Identificación y uso de materiales y equipamientos para la actividad física y deportiva atendiendo a las especificaciones técnicas. Conocimiento y aplicación de las normas de uso y seguridad de los mismos.
 - Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. Actividades de sensibilización hacia distintos tipos de discapacidad.
 - Criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. Fuentes de documentación fiable en el ámbito de la actividad física. Tratamiento de información del ámbito de la actividad física con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.
 - Aplicaciones para dispositivos móviles. Datos obtenidos de una ruta de BTT y/o senderismo (GPS, desnivel positivo, negativo, perfil, etc.), aplicaciones de control para el trabajo de las capacidades físicas y motrices, etc.

Bloque 2. Condición física y motriz.

- Los niveles de condición física dentro de los márgenes saludables.
- La responsabilidad de la puesta en práctica de un programa de actividades físicas personalizado.
 - Las capacidades físicas y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas en relación con la salud.
 - Planes y programas de entrenamiento de la condición física y motriz en relación con la salud.
 - El programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y recuperación. Evaluación del nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física. Reorientación de los objetivos y/o las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.
 - Técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.
 - La fatiga y el cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades físicas que requieren altos niveles de atención o esfuerzo.
 - Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas.

Bloque 3. Juegos y deportes.

- Habilidades específicas y/o especializadas de juegos y deportes individuales que respondan a los intereses del alumnado y al entorno del centro.
- Habilidades específicas y/o especializadas apropiadas a los condicionantes generados por los compañeros y compañeras, y los adversarios y adversarias en las situaciones colectivas.
 - Situaciones motrices en un contexto competitivo. Acciones que conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición.
 - Deportes de raqueta y/o de lucha. Actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición.
 - Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. Los sistemas de juego. Los sistemas de juego de los deportes de colaboración-oposición como sistemas inestables.
 - Oportunidad y riesgo de las acciones propias en las actividades físico-deportivas. La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas.
 - Estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptadas a las características de las personas participantes.

Bloque 4. Expresión corporal.

- Realización de composiciones o montajes artísticos-expresivos individuales y colectivos, como por ejemplo: representaciones teatrales, musicales, actividades de circo, acrosport, etc.
 - Realización de composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustados a una intencionalidad estética o expresiva.
 - Acciones motrices orientadas al sentido del proyecto artístico-expresivo.
 - Reconocimiento del valor expresivo y comunicativo de las manifestaciones artístico-expresivas propias de Andalucía.

Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.

- Programación y realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo ruta de BTT, raids de aventura, acampada, vela, kayaks, surf, etc.
- Desarrollo de técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.
- Sensibilización y respeto hacia las normas de cuidado del entorno en el que se realizan las actividades físicas.
- Sensibilización y respeto hacia las normas básicas de uso de los espacios para prácticas de actividades físicas en el medio natural.
- Toma de conciencia y sensibilización del potencial de Andalucía como escenario para la práctica de actividades físicas en el medio natural.

6. CONCRECIÓN, SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS

Atendiendo a la amplia **propuesta de contenidos** que hace la administración (como hemos visto en el punto anterior), los miembros del departamento han decidido, que algunos contenidos tienen que impartirse con carácter obligatorio por el profesor de ese nivel con el fin de alcanzar los objetivos de la materia. **Los contenidos que aparecen en negrita son los obligatorios.**

Asimismo, para 2º de Bachillerato, aunque se encuentre enmarcado dentro de otra programación distinta por tratarse de una materia de libre configuración propia, se proponen contenidos coherentes con lo trabajado en el primer curso, dando continuidad, afianzando y profundizando en ellos de cara a la adquisición de las competencias. Es por este motivo por el que plasmamos a continuación la siguiente **secuenciación por niveles.**

1º BACHILLERATO	2º BACHILLERATO
<p>-El entrenamiento deportivo. Condición física y salud. Pruebas para la valoración de la condición física. Acondicionamiento físico saludable: métodos y medios de entrenamiento. Instrumentos de control de la intensidad. Diseño de entrenamientos.</p> <p>- Deportes convencionales: balonmano, balonmano, voleibol, fútbol sala-7, etc.</p> <p>- Tag Rugby.</p> <p>- “Proyecto solidarízate-ponte en forma ayudando a los demás”.</p> <p>-Bádminton.</p> <p>- Planificación y organización de eventos deportivos: liga durante los recreos, Día del deporte, competiciones deportivas, juegos populares con alumnos de primaria, etc.</p> <p>-Montajes artísticos: coreografías,</p>	<p>- El entrenamiento deportivo. Pruebas para la valoración de la condición física. Acondicionamiento físico saludable: métodos y medios de entrenamiento. Instrumentos de control de la intensidad. Planificación y diseño de entrenamientos. Nutrición y actividad física.</p> <p>- Balonmano.</p> <p>- Baloncesto.</p> <p>- Voleibol.</p> <p>- “Proyecto solidarízate-ponte en forma ayudando a los demás”.</p> <p>- Bádminton.</p> <p>- Rugby.</p> <p>- La competición deportiva. Organización de competiciones deportivas.</p> <p>- El deporte en la sociedad.</p> <p>- El circo. Elementos gimnásticos y acrobáticos, acrosport, dramatizaciones, malabares, danzas...</p>

<p>representaciones, acrosport.</p> <p>-Seguridad en la práctica de actividades físicas.</p> <p>-El deporte en el municipio. Pádel.</p> <p>-Pautas de seguridad en el Entorno natural.</p> <p>Actividades físicas y recreativas en la playa.</p> <p>-Orientación deportiva .</p> <p>- Deportes alternativos.</p>	<p>Seguridad en la práctica de actividades físicas.</p> <p>- Deportes de invierno en Andalucía: esquí en Sierra Nevada.</p> <p>- Entorno natural. Senderismo y BTT en el municipio.</p> <p>- Deportes alternativos: ultimate frisbee.</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

En relación a las **pruebas para la valoración de la condición física** que aparecen en la tabla anterior, el departamento establece la siguiente concreción y secuencia:

Para la flexibilidad:

- Prueba de flexión profunda de tronco. **ESO Y BACH**
- Prueba de flexión de tronco sentado, manteniendo las rodillas extendidas. **ESO Y BACH**

Para la velocidad:

- 50 metros lisos. **ESO Y BACH**

Para la resistencia:

- Test de Cooper *adaptado*. **ESO Y BACH**
- Course Navette o test de Leger-Lambert *adaptado*. **4ºESO Y BACH**

Para la fuerza:

- Salto horizontal desde parado. **ESO Y BACH**
- Salto vertical. **BACH**
- Lanzamiento de balón medicinal. **4ºESO Y BACH**.
- Test de abdominales 30 segundos *adaptado*. Tendido supino, rodillas flexionadas, flexiones de tronco. **ESO Y BACH**.

Las características de nuestra materia (recursos materiales, instalaciones, exposición a las inclemencias meteorológicas...) hacen imprescindible la coordinación y alternancia en el trabajo de los contenidos entre los cinco miembros de este departamento. Todo esto condiciona enormemente la planificación en cuanto a la selección de contenidos y temporalización.

En cuanto a la temporalización, no se puede establecer una distribución temporal de contenidos común a todos los grupos de un mismo nivel por el propio reparto de grupos entre los profesores, los recursos materiales disponibles, las instalaciones y las coincidencias en el horario. Es por esto por lo que optamos por dos modelos de

organización: uno más flexible para el primer trimestre y otro más “rígido” para el resto del curso.

PRIMER TRIMESTRE: se opta por un modelo de organización de los contenidos flexible, aunque condicionado por el **reparto de instalaciones con rotación semanal**. Esto hace que todos comencemos el curso trabajando contenidos que no están especialmente condicionados por una instalación deportiva concreta: salud y actividad física, juegos predeportivos y para el desarrollo de las cualidades físicas y motrices, métodos y medios de entrenamiento de la condición física, atletismo, etc.

SEGUNDO Y TERCER TRIMESTRE: aquí la temporalización se hace algo más rígida, también condicionada por el **reparto de instalaciones por bloques semanales**, es decir, en tramos que van desde una hasta varias semanas seguidas, según las preferencias de cada uno y las posibilidades del calendario. Esto permite que podamos trabajar un contenido que requiere una instalación concreta (por ejemplo: baloncesto, fútbol 7, bailes latinos, bádminton, etc.) durante el período escogido por cada profesor, según haya diseñado sus unidades didácticas.

7.- CONTENIDOS DE CARÁCTER TRANSVERSAL

La educación Física trabaja los distintos elementos transversales del currículo, especialmente aquellos relacionados con las habilidades sociales, la convivencia, la tolerancia y la igualdad. La **educación para la convivencia y el respeto** se desarrolla especialmente esta materia, pues se interacciona constantemente y se fomentan habilidades básicas de comunicación interpersonal, escucha, respeto, resolución pacífica de conflictos, el establecimiento y respeto de normas, etc.

La **igualdad real y efectiva** se fomentará a través del análisis crítico y superación de estereotipos socioculturales implantados en nuestra sociedad y más en concreto en el ámbito de la actividad física-deportiva.

La **educación vial** se potenciará con actividades tales como el fomento de la práctica de desplazamientos activos (bicicleta) al centro y en la vida cotidiana.

El carácter integrador del currículo requiere una cooperación efectiva de la educación Física con otras materias, destacando por ejemplo su relación con la Biología y Geología, Lengua Castellana y Literatura, Geografía e Historia, Música, Tecnología, etc. esta cooperación se puede realizar potenciando los aprendizajes basados en proyectos donde, desde diferentes materias de forma interdisciplinar, se trabajen núcleos temáticos de interés para el alumnado permitiendo un aprendizaje integral. En este sentido las actividades complementarias y extraescolares tienen un protagonismo especial. La riqueza y diversidad del entorno natural de Andalucía, sierras, montañas, ríos, entornos costeros, parques, etc., ofrecen el escenario ideal para su desarrollo de esta materia. Además es esencial que el alumnado pueda conocer, disfrutar y aprender a conservar nuestros entornos, tanto urbanos como naturales.

La educación Física debe valorar y aprovechar, a su vez, la **riqueza cultural de Andalucía**, como las tradiciones andaluzas, los juegos populares y los bailes propios de Andalucía, así como reconocer las grandes figuras andaluzas a nivel deportivo y

artístico-expresivo.

8.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

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, establece los criterios de evaluación y los **estándares de aprendizaje evaluables** para el primer curso de Bachillerato.

En otro nivel de concreción, la **Orden de 14 de Julio de 2016** desarrolla los **criterios de evaluación para 1º de Bachillerato**, relacionando cada criterio con las competencias clave a las que contribuye hacia su consecución. Léase, para cada caso, la abreviatura de cada competencia clave: *Comunicación lingüística (CCL)*, *Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT)*, *Competencia digital (Cd)*, *Aprender a aprender (CAA)*, *Competencias sociales y cívicas (CSC)*, *Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SieP)*, y *Conciencia y expresiones culturales (CeC)*.

Criterios de evaluación 1º de Bachillerato:

- Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior. CMCT, CAA, CSC, SIeP.
- Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición. CCL, CAA, CSC, SIeP, CeC.
- Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. CMCT, CAA, CSC, SIeP.
- Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones. CMCT, CAA, SIeP.
- Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas. CMCT, CAA, SIeP.
- Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física. CMCT, CSC, SIeP.
- Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. CMCT, CAA, CSC.
- Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.

CSC, SIeP.

- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes. CCL, Cd, CAA.

- Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias. CMCT, CAA, CSC, SIeP.

Estándares de aprendizaje evaluables
<ul style="list-style-type: none">• Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.• Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.• Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.• Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando aspectos organizativos necesarios.
<ul style="list-style-type: none">• Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.• Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.• Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.
<ul style="list-style-type: none">• Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en actividades de oposición.• Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno.• Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.• Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas arrolladas.• Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración- oposición, adaptándolas a las características de los participantes.
<ul style="list-style-type: none">• Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.• Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.• Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.• Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.
<ul style="list-style-type: none">• Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.• Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.• Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.• Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.• Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, orientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.• Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus

<p>pectativas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e ntificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios. • Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos a la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la poralidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.
<ul style="list-style-type: none"> • Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la grupo. • Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mos. • Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de ividades que requieren atención o esfuerzo.
<ul style="list-style-type: none"> • Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físicodeportivas. • Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su ticipación y respetando las diferencias.
<ul style="list-style-type: none"> • Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas gurosas en la materia. • Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su cusión o difusión.

9.- ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Siguiendo las estrategias metodológicas que establece la **Orden de 14 de julio de 2016**, establecemos las siguientes orientaciones:

La Educación Física en el Bachillerato debe **profundizar y avanzar** en el logro de los objetivos con especial énfasis en el fomento de la **autonomía**, la **responsabilidad**, la **eficiencia**, la **confianza** y **mejora** de las habilidades en las relaciones sociales y la competencia del alumnado.

Se utilizarán preferentemente técnicas de enseñanza-aprendizaje orientadas hacia la **indagación y la búsqueda**, en las que el papel del profesorado podrá ser el de guía y orientador.

Se fomentará que el **alumnado se implique responsablemente** y tome decisiones en su propio proceso de aprendizaje, en la programación personal de la actividad física y el uso de grupos autogestionados, promoviendo una práctica de actividad física recreativa, integradora, saludable, no sexista, colaborativa e inclusiva.

Los **estilos de enseñanza-aprendizaje cognitivos, tecnológicos, colaborativos** y **creativos** facilitan el aprendizaje activo y significativo. Desde la educación Física se establecerán procesos de **reflexión** que desarrollen en el alumnado una conciencia crítica que le permita discernir los aspectos positivos y negativos de la práctica y el consumo asociados a la actividad física.

La educación Física debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución

de una **igualdad real** y efectiva de oportunidades. el género como construcción social todavía conserva estereotipos que determinan que algunas actividades y prácticas físicas sean consideradas más apropiadas para las chicas que para los chicos, o viceversa.

La Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de **igualdad real y efectiva de género**, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado.

Asimismo, se fomentará la **actividad física inclusiva**, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado.

Se propiciarán **ambientes positivos de aprendizaje**, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc.

Un **alto grado de compromiso motor** repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz. Además, se potenciará la comprensión de los procesos asociados a la práctica física.

Asimismo, se desarrollarán capacidades y se facilitarán conocimientos y recursos organizativos para ocupar el **tiempo de ocio** de una manera constructiva y transferible a la vida cotidiana. La práctica de actividad física contribuye a la estabilidad emocional de los alumnos y alumnas.

La educación Física proporcionará al alumnado métodos y técnicas de concentración y relajación que le permita afrontar con equilibrio y salud, los retos propios del periodo madurativo en el que se encuentran y de la sociedad en la que se desenvuelve. es aconsejable ofrecer tareas comunes y otras diversificadas atendiendo a los diferentes niveles, intereses y motivación del alumnado.

Los **contenidos de esta materia se concretarán con la flexibilidad oportuna**, teniendo en cuenta estos factores y otros como por ejemplo, la diversidad del entorno en Andalucía, en lo referente a condiciones climáticas, ambientales, sociales y culturales.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las **condiciones de seguridad necesarias**. Para ello se deben minimizar los posibles riesgos e implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad se deberá tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la salvaguarda de la privacidad del alumnado, por lo que se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo y deportivo.

Para el desarrollo de los contenidos relacionados en esta materia tiene un papel importante la realización de **actividades complementarias y/o extraescolares**, pudiéndose establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno así como la colaboración con las familias del alumnado. La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los entornos naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida.

Finalmente, destacar que para el logro de una educación Física de calidad y, por ende, la mejora de la educación en general, es necesaria la **evaluación** de todos los elementos y factores implicados en el proceso de enseñanza y aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

10.- PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

EVALUACIÓN INICIAL:

Para **conceptos**, en los primeros días de curso pasamos unos cuestionarios de conocimientos previos que elabora cada profesor en el nivel correspondiente, utilizando como referencia la programación del curso anterior. Para **procedimientos**, y también como medida de prevención de riesgos, evaluamos la forma física y las habilidades motrices de los alumnos por medio de algunas pruebas de condición física, juegos y deportes que se van a trabajar durante el curso. Las **actitudes** también se tienen en cuenta en esta evaluación inicial.

También se pasa un cuestionario “médico” para recabar información que debemos tener en cuenta sobre lesiones o problemas de salud y la práctica de actividad físico-deportiva.

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN:

Las técnicas de evaluación que emplearemos serán diversas e incluyen: la observación y registro diario de clase (asistencia y participación activa, vestimenta, actitud y comportamiento...), los intercambios orales en clase, la revisión de determinadas actividades y trabajos, la realización de pruebas prácticas de diversa índole y la realización de pruebas escritas. Con respecto a éstas últimas, el profesor correspondiente podrá utilizar diferentes tipos de preguntas:

Preguntas de desarrollo escrito (preferentemente cortas):

- Se valorará el ajuste de la respuesta ante la cuestión planteada, la concreción de la misma, la veracidad de los datos y la no divagación en torno a temas más o menos relacionados con la pregunta formulada pero sin abordar directamente la respuesta correcta.
- En las preguntas de ejercicios se valorará tanto la explicación escrita, en base a los criterios antes mencionados, como el dibujo o representación gráfica del mismo.
- Se dividirá la nota de la pregunta entre los conceptos que tienen que responder y sumará positivamente cada uno de los conceptos aportados. Ejemplo: Si tiene que detallar cuatro conceptos y la pregunta vale 1pto, sumará 0,25 por cada concepto correcto.

Preguntas tipo test y de verdadero o falso.

En cualquier tipo de prueba escrita empleada para la evaluación quedará

siempre constancia del valor otorgado a cada una de las preguntas de dicha prueba.

Hojas de observación y rúbricas.

Para las **pruebas prácticas** se centrará principalmente en los *aspectos cualitativos* del movimiento o gesto físico-deportivo:

- Parámetros técnicos básicos
- Coordinación
- Fluidez y naturalidad del gesto
- Eficacia táctica
- Expresividad corporal
- Ritmo

Además de estos, también se considerarán determinados *índices cuantitativos* que determinen la eficacia del gesto o habilidad física-deportiva, especialmente en los contenidos relativos a las capacidades físicas básicas (test de condición física) y los deportes, tanto individuales como colectivos.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

Las calificaciones de acuerdo con la Orden de evaluación han de expresarse de forma numérica utilizando la escala de 1 a 10 sin decimales. Esta calificación se obtendrá aplicando los instrumentos de evaluación mencionados anteriormente, que estarán directamente relacionados con los estándares de aprendizaje evaluables y, a su vez, con los criterios de evaluación y las competencias clave.

OBTENCIÓN DE LAS CALIFICACIONES:

1.- Evaluación continua y calificación. Para obtener la nota de cada evaluación se irán acumulando los resultados pruebas teóricas, el trabajo diario del alumnado a lo largo de las sesiones prácticas, pruebas prácticas, ejercicios de clase, la participación en trabajos obligatorios y voluntarios de carácter práctico o teórico-práctico. En el apartado actitudinal: implicación en el trabajo diario, higiene personal, asistencia y puntualidad, tratamiento del material, respeto a sus compañeros y compañeras y al docente, respeto por las normas de convivencia...

2.- Calificación final de curso. Atendiendo al carácter continuo y formativo de la evaluación, todas las calificaciones que se vayan obteniendo a lo largo del curso irán promediando en función de los valores citados anteriormente en los criterios de calificación. No obstante, y siguiendo lo dictado en el Reglamento de Organización y Funcionamiento del Centro, en caso de que un alumno incurra en un **número de faltas superior al 20% de las horas anuales** de una asignatura, el alumno **perderá el derecho a la evaluación continua** por imposibilidad, por parte del profesor, de valorar adecuadamente el aprendizaje.

3.-Recuperación durante el curso. La recuperación de las partes teóricas suspendas tendrá lugar en el siguiente trimestre. Podrá hacerse un último examen de recuperación en el último trimestre con todos los contenidos conceptuales no superados por el alumno.

4.-Recuperación en la prueba extraordinaria de septiembre. Se hará entrega junto con las notas finales un informe individualizado en el que se indique los objetivos mínimos no conseguidos, los contenidos asociados a ellos y los trabajos o actividades que deberá realizar para superar la asignatura en evaluación extraordinaria.

CALIFICACIÓN DE ALUMNOS/AS QUE PRESENTAN ALGÚN PROBLEMA FÍSICO QUE LES IMPIDEN LA PRÁCTICA DEPORTIVA:

Aquellos alumnos que, por lesión o enfermedad, queden impedidos total o parcialmente de la parte práctica del área/materia de E.F. (previa presentación del INFORME MEDICO PERTINENTE), serán evaluados con los mismos criterios que el resto de alumnos con las siguientes modificaciones:

- El apartado teórico será evaluado teniendo en cuenta los mismos criterios que el resto del alumnado aunque tendrá que aportar un trabajo teórico por cada unidad didáctica que hayamos trabajado. Se le podrá pedir si el profesor lo cree oportuno la realización de varias pruebas teóricas.
- Con respecto al desarrollo de las sesiones prácticas, siempre que sea posible deberá involucrarse en el desarrollo de las mismas: dirigiendo calentamientos, aportando ideas en los trabajos grupales, realizando observaciones de sus compañeros, elaborando y llevando a la práctica sesiones con la dirección del docente, realizando si es posible la ejecución de las ayudas, y si el profesor cree oportuno llevando a cabo una recopilación escrita de las sesiones prácticas donde no haya podido participar activamente (DIARIO DE SESIONES).

11.- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Es perfectamente constatable en el aula que **no todos los alumnos aprenden igual**. Los aprendizajes previos, el nivel de maduración, la situación personal así como factores genéticos de desarrollo son algunos de los aspectos que pueden marcar diferencias en los alumnos a la hora de aprender.

La **tendencia hacia una enseñanza individualizada** se plantea como la clave que garantice una atención a la diversidad acercando los contenidos a las capacidades y posibilidades del alumno; es de este modo como las adaptaciones curriculares están presentes de forma explícita o implícita en la programación.

En la atención a la diversidad no debemos centrarnos solamente en aquellos casos que supongan un retraso en el aprendizaje respecto a la media de los alumnos, sino también en todos aquellos que presenten una mayor facilidad para la asimilación y ejecución de tareas. La tendencia hacia la individualización debe incidir sobre todos los alumnos, favoreciendo el refuerzo de los aprendizajes a los que tienen dificultades y

evitando el estancamiento a los alumnos más favorecidos.

El departamento de Educación Física se atiene a lo dispuesto en la **Orden de 14 de julio de 2016**, por la que se desarrolla el currículo correspondiente al Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado. Teniendo en cuenta esto y las características propias de nuestra materia, exponemos a continuación los recursos metodológicos que utilizamos para este fin:

- El trabajo por grupos de nivel: se proponen tareas de dificultad gradual que los alumnos seleccionan para progresar en su aprendizaje.
- **Diversificación por niveles:** si un grupo de alumnos tiene un nivel alto en una habilidad, en la última parte de la clase se pueden plantear situaciones de juego real para ellos en lugar de juegos adaptados.
 - La enseñanza recíproca: permite trabajar por parejas a ritmos diferentes, marcando el profesor el cambio de unos ejercicios a otros en función de los progresos.
 - **La intensidad de la actividad:** es otra variable con la que profesor y alumno pueden adaptar ésta a su nivel de partida, prestando mayor atención a aquellos alumnos que más la precisen y proponiendo alternativas para aquellos ejercicios que puedan suponer dificultad en algunos alumnos.
 - **Adaptaciones curriculares:** todos los recursos señalados anteriormente podemos clasificarlos dentro del primer nivel de adaptación curricular no significativa. Están basados en la práctica cotidiana de clase y se llevan a cabo principalmente a través de cambios en la metodología y en la organización de los recursos humanos y materiales, pero los objetivos generales no varían. Entre estos casos debemos considerar especialmente los de **alumnos que padezcan alguna patología física que le impida de forma transitoria o permanente la práctica de actividad física**. Para ellos, la forma de evaluar y calificar al alumno viene descrita en el apartado anterior.

12. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

Nuestro departamento dispone de un **variado elenco de recursos materiales** que nos permite cumplir con todos los objetivos marcados en el currículo: balones de fútbol-sala, fútbol 7, baloncesto, balonmano, voleibol, pelotas de goma para usos variados, raquetas y volantes de bádminton, palas y volantes de shuttleball, palas y pelotas de tenis de mesa, palas de playa, pelotas de tenis, balones medicinales de diferentes pesos, postes y red de bádminton, postes y red de voleibol, cintas de señalización, cintas métricas, equipos de sonido (2 portátiles y uno fijo), discos voladores, aros, picas, conos, sticks de hockey (madera) y algunas bolas, sticks de floorball y algunas bolas, equipo de postes y red de voleiplaya, bomba/compresor para inflado de balones, algunos TRX, cuerdas y combas, etc...

Además de los materiales propios de las actividades físicas y deportivas, disponemos de 2 ordenadores en las dependencias del departamento (uno fijo y otro portátil) y otros cuatro mini ordenadores portátiles.

Disponemos también, para uso del alumnado en los recreos, de una mesa de tenis de mesa exterior (antivandálica) instalada en uno de los porches de la parte

exterior del centro, al aire libre pero bajo techo.

En cuanto a material de trabajo del alumno, no dispone de libro de texto en Bachillerato. La parte conceptual de la materia en los dos cursos de esta etapa estará apoyada por apuntes y fotocopias que el alumno podrá adquirir.

ANEXO I: DESARROLLO DEL HÁBITO LECTOR Y LA EXPRESIÓN EN PÚBLICO.

- Búsqueda de información actual relacionada con la práctica físico-deportiva y la salud en medios de comunicación audiovisual y escritos aprovechando para ello las nuevas tecnología de la información y comunicación. Tratamiento y comunicación de la información por parte del alumno al resto del compañeros.
- Elaboración individual trimestral/anual de un periódico de información deportiva y de la salud, en el que se adjunte a la noticia, un resumen en el cual se extraiga las ideas principales del texto y si procede, una opinión o comentario personal del alumno.
- Lectura de libros o textos previo acuerdo con el profesor correspondiente, elaborando a posteriori un resumen y comunicación oral del mismo. Con este fin, se ha hecho una recopilación de textos dentro del área artística a la que pertenecemos (junto con los departamentos de dibujo y música). Estos textos tienen un carácter interdisciplinar dentro del área siguiendo un criterio cronológico, es decir, teniendo en común la época histórica en la que están circunscritos.
- Crear murales de información a través de imágenes siendo expuesto en el aula como medio de comunicación no verbal en el que se refleje un mensaje claro y conciso sobre aspectos concretos de la actividad física tratados.
- Elaboración de un cuaderno del alumno.

**ANEXO II: ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS
Y EXTRAESCOLARES.**

Curso	Actividad	Temporalización
1º ESO	Senderismo: rutas por Sierra Bermeja	<ul style="list-style-type: none"> • 14 Noviembre • 21 Noviembre • 16 Enero • 20 Febrero • 15 Marzo
2º ESO	<ul style="list-style-type: none"> • Circuito arbóreo en Amazonia Marbella. • Salida en bicicleta. 	<ul style="list-style-type: none"> • 13 Marzo • 24 Abril
3º ESO	Orientación deportiva (club COMA)	<ul style="list-style-type: none"> • 21 Marzo • 25 Abril
4º ESO	Senderismo y Actividades náuticas (Andalucía Activities)	<ul style="list-style-type: none"> • 8 Mayo
1º BACH.	Sierra Nevada	<ul style="list-style-type: none"> • 19-20 Diciembre
2º BACH.	<ul style="list-style-type: none"> • Sierra Nevada • Visita al C.D. Las Mesas 	<ul style="list-style-type: none"> • 19-20 Diciembre • 21 Diciembre

Además de éstas, se considera todos los años la posibilidad de añadir las siguientes conforme vaya surgiendo la posibilidad:

- Charlas sobre socorrismo y primeros auxilios para 4ºESO Y 1ºBACH, a cargo de un instructor de la Escuela de Socorrismo Profesional.
- Charlas sobre Rugby, Béisbol, o algún otro deporte menos extendido en nuestra zona.
- Jornada de Rugby dirigida por el Club de Rugby Guadiaro.
- Jornada de pádel en el Club Deportivo Las Mesas.
- Día Internacional del Deporte y la Actividad Física. Esta actividad consiste en planificar y organizar un evento deportivo por los alumnos de 1ºBACH, dirigido a los alumnos de la ESO.
 - Charla sobre deporte adaptado.
 - Visita a APRONA de los alumnos de 2º BACH para la organización de actividades deportivas adaptadas.
 - Encuentros multideportivos intercentros.
 - Asistencia a un partido de Unicaja baloncesto.

ANEXO III: BILINGÜISMO

1. INTRODUCCIÓN: LA IMPORTANCIA DEL BILINGÜISMO

El Plan de Fomento del plurilingüismo subraya la riqueza que aportan el plurilingüismo y el propio proceso de enseñanza/aprendizaje de una lengua. Además de que el aprendizaje de un idioma suponga el desarrollo de **competencias lingüísticas**, textual, discursiva y cultural, este proceso de adquisición lingüística, permite lo que se ha llamado el *diálogo de culturas*, pues la clase de lenguas extranjeras es el primer espacio de encuentro y donde el profesorado pasa a ser un “mediador” entre la cultura materna y la extranjera, situándose entre el universo conocido y lo exterior.

El *Marco de Referencia Europeo para las Lenguas (2001)* subraya las 3 ideas claves que recogen los documentos que sobre las lenguas ha publicado el Consejo de Europa y que hacen referencia al peligro de exclusión de la ciudadanía que no sea capaz de moverse por el mundo, que no tenga acceso a la información a través de internet y que no propicie el entendimiento y la tolerancia entre la ciudadanía europea. Por ello la Escuela ha de propiciar el conocimiento de otras lenguas distintas a la materna, lo que constituirá un valioso instrumento contra el racismo y la xenofobia.

Por tanto, la finalidad de esta política lingüística (CURRÍCULO INTEGRADO DE LAS LENGUAS) pretende promover:

-La formación plurilingüe, esto es, el desarrollo del plurilingüismo como **competencia**, que se puede definir como la capacidad intrínseca de todo hablante para emplear y aprender más de una lengua.

-La educación para el plurilingüismo, es decir, las enseñanzas, no necesariamente lingüísticas, destinadas a educar en la tolerancia lingüística. En este sentido, el plurilingüismo se define también como valor (Educación intercultural)

En nuestro departamento, hay dos profesores con plaza bilingüe. En el presente curso escolar, la sección bilingüe continúa en los 4 niveles de la la ESO y además se incluyen dos grupos de 1º de bachillerato.

Este año disponemos de un *Assitant Teacher* proveniente de EE.UU. Son tres las funciones que desempeña:

- Ayudar al profesorado en la elaboración de materiales curriculares.
- Fomentar entre el alumnado la competencia oral.
- Acercar la cultura de su país de origen al centro, en general y al alumnado, en particular. En este caso la cultura de EEUU.

Hay **reunión semanal** con el coordinador del proyecto bilingüe y los demás profesores/as implicados en el citado proyecto.

2. OBJETIVOS

Como objetivo de **etapa** señalar el siguiente:

- comprender y expresarse con propiedad en la lengua extranjera objeto de estudio.

La EDUCACIÓN BILINGÜE, por su lado, tendrá en cuenta los siguientes objetivos:

-Capacitar al alumno para adquirir un vocabulario básico específico del área de Educación Física.

-Entender normas sencillas de actitud en clase.

-Dirigir el calentamiento por parejas empleando terminología en lengua inglesa.

-Realizar las fichas teóricas de la asignatura con los contenidos en inglés.

-Entender las explicaciones en lengua inglesa de los juegos y ejercicios.

-Emplear la lengua inglesa para resolver las dudas.

3. EL TRABAJO DE LOS CONTENIDOS

Las Unidades Didácticas no se desarrollarán enteramente en lengua inglesa. El profesorado impartirá las clases en habla inglesa y español en las dos horas semanales. No se dedica una sesión específica para los contenidos en habla inglesa.

He de destacar que, al ser la Educación Física una asignatura eminentemente práctica, la destreza oral y la comprensión oral son las que se trabajan fundamentalmente en clase, desarrollando en menor medida las destrezas de escritura y lectura.

4. CONTENIDOS TRANSVERSALES E INTERDISCIPLINARES

4.1. Contenidos transversales:

En las secciones bilingües, el trabajo por proyectos es fundamental y dentro de éste la comparación entre la cultura sustentada por la **lengua materna** y la que sustenta la **lengua extranjera**, llevará al alumnado a relativizar sus creencias, a reflexionar sobre los tópicos adquiridos y a ampliar sus horizontes culturales.

4.2. Contenidos interdisciplinares:

En los cursos bilingües existirá un especial y lógico vínculo con el **Departamento de Lengua Inglesa**, con cuyos profesores implicados se mantendrá una serie de reuniones semanales en las que ambas disciplinas se enriquecerán mutuamente en relación a la metodología y estrategias comunicativas, así como en el

establecimiento de campos semánticos a trabajar en el aula.

5. METODOLOGÍA

En los **grupos bilingües** se tendrá en cuenta estos dos principios didácticos:

-Favorecer la introducción de temas interculturales, muy favorecido por la educación bilingüe. En este sentido, se pretende que el alumnado asuma el papel de “intermediario cultural” entre su propia cultura y la cultura extranjera.

-Introducir ciertas estrategias metodológicas empleadas por el profesorado de idiomas, de tal manera que sería conveniente observar el desarrollo de una unidad didáctica en un manual de lengua inglesa. Por otro lado, el profesorado de idiomas debe interesarse por la temática general y por las técnicas de trabajo del área de Educación Física, incluso produciéndose un cambio en la secuenciación de contenidos en lengua extranjera, pues los elementos lingüísticos se deducirán, en gran medida, de los temas de áreas no lingüísticas.

En cuanto a la **organización del tiempo**, hay que tener en cuenta que, al disponer de 2 sesiones semanales, habrá que procurar organizar el tiempo disponible para evitar que parte de los contenidos se queden sin impartir. Asimismo, al tratarse de un grupo bilingüe, parte de la materia (un tercio de la misma) se impartirá en inglés. El profesor, en este sentido, tiene libertad para distribuir este tiempo de la manera más conveniente.

6. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

Existe una gran variedad. los más significativos son los siguientes:

- Internet, fundamental en la educación bilingüe.
- Cuaderno de trabajo del alumnado, que será bilingüe.
- Diccionarios bilingües/monolingües.

7. ACTIVIDADES

Específicamente para las clases teóricas en inglés o en las tareas para casa se llevarán a cabo las siguientes actividades:

- Ejercicios de respuestas cortas, ejercicios de relacionar.
- Cuestionario verdadero/falso tras la lectura de un texto.
- Afianzamiento del vocabulario específico del área, a través de sopas de letras; textos con huecos en blanco para rellenar (*cloze activities*); frases erróneas para corregir; relacionar una palabra con su definición; partiendo de una definición dar el término correspondiente.
- Pequeños trabajos de investigación, donde parte de la información podría darse en lengua española y otra en lengua inglesa.

- Respuestas orales a preguntas de ejercicios.
- Trabajos en parejas y/o grupos.
- Conversación libre en inglés, ya que se persigue en el alumnado una competencia de comunicación.
- Contactos por escrito con alumnos de otros países.
- Crear situaciones de comunicación.

Las actividades que se llevarán a cabo con mayor asiduidad en clase serán aquellas en las que los alumnos participen en las explicaciones de los juegos/ejercicios en lengua inglesa, bien traduciendo o explicando ellos mismos a otros compañeros lo explicado previamente por la profesora o lectora.

8. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

En caso necesario, se adaptarán los materiales a las competencias lingüísticas del alumnado, no sólo usando un vocabulario más sencillo sino también, ante un texto que presente determinadas dificultades de comprensión, se pueden prever unas preguntas muy generales:

- Solicitar al alumnado que se pronuncie mediante Verdadero/Falso a una determinada cuestión.
- Formular preguntas sencillas sobre el texto.
- Resumir el texto con sus propias palabras.
- Dar una opinión personal.

Asimismo, se usará el recurso de la *Assistant Teacher* para trabajar de manera más individualizada.

9. EVALUACIÓN

Se tendrán en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Los contenidos del área no lingüística primarán sobre los resultados lingüísticos.
- La competencia lingüística en el idioma es un valor añadido que ha de ser recompensado.
- La falta de fluidez en la lengua extranjera (inglés) no debe penalizarse, siempre que sea posible hay que emplear la **lengua extranjera**, siempre que sea necesario hay que recurrir a la lengua materna.
- El profesorado de áreas no lingüísticas debe informar al profesorado de lengua inglesa de sus anotaciones lingüísticas.

10. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y DE PRÁCTICA DOCENTE

Se evaluarán los siguientes aspectos:

- Analizar si los elementos en lengua inglesa están bien planteados.

- Apreciar cuáles son los objetivos bilingües alcanzados y los no alcanzados.
- Comprobar la correcta organización de los contenidos en lengua inglesa.
- Analizar el grado de motivación que las actividades bilingües han suscitado en el alumnado.
- Evaluar si los resultados finales en la enseñanza bilingüe son positivos o no.

Asimismo, en la **clase bilingüe** es muy recomendable, casi imprescindible, dar explicaciones tanto orales como escritas a los padres sobre el progreso realizado por sus hijos/as tanto en el área de Educación Física como en los contenidos en lengua inglesa.

11. BIBLIOGRAFÍA BILINGÜISMO

- *English for Primary and Secondary teachers.* Oxford University Press.
- *Beyond bilingualism, multilingualism and multilingual education.* Cenoz, J.
- *Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas.* Consejo de Europa.

INTERNET

www.tagteacher.net
www.theteacher.co.uk
www.teachit.co.uk
www.isabelperez.com
www.bbc.co.uk
www.primaryresources.co.uk
www.educationindex.com/history
www.teachingideas.co.uk
www.activescience.qsk.com/games/play/index
www.english-teaching.co.uk www.show.me.uk
www.schoolsliaison.org
www.firstschoolyears.com
www.abcteach.com
www.efbilingue.es