

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

## EDUCACIÓN FÍSICA

### BACHILLERATO

2024/2025

---

#### ASPECTOS GENERALES

---

1. Contextualización y relación con el Plan de centro
2. Marco legal
3. Organización del Departamento de coordinación didáctica:
4. Objetivos de la etapa
5. Principios Pedagógicos
6. Evaluación
7. Seguimiento de la Programación Didáctica

#### CONCRECIÓN ANUAL

---

1º de Bachillerato (Ciencias y Tecnología) Educación Física

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EDUCACIÓN FÍSICA BACHILLERATO 2024/2025

## ASPECTOS GENERALES

### 1. Contextualización y relación con el Plan de centro (Planes y programas, tipo de alumnado y centro):

En igualdad de consideración con el resto de materias de la ESO, nuestra asignatura aparece como una materia obligatoria en todos los cursos de la ESO, con una dedicación semanal de 3 horas en 1º de ESO y 2 horas en el resto de niveles educativos (desapareciendo, por tanto, la denominación de materias troncales, específicas obligatorias y de libre configuración autonómica definidas en la normativa anterior)

En consonancia con lo que se establece en el Real Decreto 217/2022, la Educación Física en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria da continuidad al trabajo realizado en la etapa anterior y a los retos clave que en ella comenzaron a abordarse, que pasan, entre otros, por conseguir que el alumnado consolide un estilo de vida activo, asiente el conocimiento de la propia corporalidad, disfrute de las manifestaciones culturales de carácter motor, integre actitudes eco-socialmente responsables o afiance el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial e indisoluble del propio aprendizaje.

El Decreto 102/2023 matiza la importancia que la propia UNESCO plantea para implantar una Educación Física de calidad que posibilite la alfabetización física del alumnado, lo cual conllevaría a organizar la asignatura con un carácter más integrador e inclusivo, haciendo uso de metodologías que respondan a los retos de la Educación Física en el siglo XXI. Entre ellos se encuentra la necesidad de educar a un alumnado comprometido con su sociedad, que sea responsable de su salud individual y colectiva, autónomo para la práctica de actividad física, y que aprecie la riqueza de las manifestaciones culturales de carácter motriz, entre las que se incluye el flamenco. Esta circunstancia convierte a la Educación Física en uno de los engranajes esenciales para el desarrollo de los fines educativos, permitiendo el desarrollo integral y competencial del alumnado a través del movimiento, presentándose, así como una solución vital en el desarrollo de hábitos de vida saludables y deportivos en el alumnado, que se mantendrá a lo largo de la vida.

En conclusión y considerando estos presupuestos básicos, podemos decir que nuestra materia estará orientada a la mejora de la motricidad integral del alumnado haciendo uso del diseño de prácticas motrices con diferentes lógicas internas, con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. La resolución de situaciones motrices en diferentes espacios permitirá al alumnado afrontar la práctica motriz con distintas finalidades: lúdica, agonística, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa, catártica o de interacción con el medio urbano y natural.

Orientaremos nuestras situaciones de aprendizaje a la realización de actividades donde sea preciso desarrollar de manera integral capacidades de carácter cognitivo y motor, pero también afectivo-motivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social, todo ello con la intención de que el alumno-a pueda abordar con posibilidades de éxito las numerosas situaciones motrices a las que se verá expuesto el alumnado a lo largo de su vida.

De este modo, el alumnado tendrá que aprender a gestionar sus emociones y sus habilidades sociales en contextos variados de práctica motriz, deberá reconocer y valorar diferentes manifestaciones de la cultura motriz como parte relevante del patrimonio cultural, expresivo y artístico, y se continuará insistiendo en la necesidad de convivir de manera respetuosa con el medio ambiente y con los seres vivos que habitan en él, desarrollando para ello actividades físico-deportivas en contextos variados y participando en su organización desde planteamientos basados en la conservación y la sostenibilidad.

En el año 2015 los estados miembros de la ONU, en conjunto con ONGs y ciudadanos de todo el mundo, generaron una propuesta para desarrollar 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), los cuales buscan alcanzar de manera equilibrada tres dimensiones del desarrollo sostenible: el ámbito económico, social y ambiental.

En consecuencia, se estableció una agenda internacional proyectada hasta el año 2030 que se compone de 17 Objetivos de Desarrollo Sostenibles y 169 metas. De estos 17 objetivos, nuestra programación se implicará de forma directa y prioritaria con los objetivos de desarrollo 3, 4, 5, 7, 10, 12, 13, 15 y 16.

1. Fin de la pobreza.
2. Hambre cero.
3. Salud y bienestar.
4. Educación y calidad.
5. Igualdad de género.
6. Agua limpia y saneamiento.
7. Energía asequible y no contaminante.
8. Trabajo decente y crecimiento económico.
9. Industria, innovación e infraestructura
10. Reducción de las desigualdades
11. Ciudades y comunidades sostenibles
12. Producción y consumo responsable
13. Acción por el clima
14. Vida submarina
15. Vida de ecosistemas terrestres
16. Paz, justicia e instituciones sólidas
17. Alianzas para lograr los objetivos

#### A. CONTEXTUALIZACIÓN DEL CENTRO: HISTORIA Y ENTORNO

El IES Padre Suárez está situado en un área urbana, en el centro de la ciudad de Granada. Se ubica en un edificio centenario que data de comienzos del siglo XX y que es el máximo exponente en la ciudad del estilo modernista de principios de siglo. Con 175 años de historia, constituye un punto de referencia obligado en la cultura y el urbanismo de la ciudad de Granada. Por sus aulas pasaron ilustres granadinos y granadinas que han dejado huella en la historia, Asunción Linares, Elena Martín Vivaldi, Milagros Almenara Pérez, Ángel Ganivet, Federico García Lorca y Francisco Ayala, entre otros.

Su antigüedad y valor arquitectónico es motivo de prestigio. En el edificio del Instituto Padre Suárez se mezclan elementos renacentistas, barrocos y modernistas, de gran belleza; se armoniza funcionalidad y formalismo, ya que, a diferencia de otros institutos Históricos cuyos edificios fueros antiguos palacios, casas señoriales o monasterios, el edificio del IES Padre Suárez fue construido ex profeso para su actividad académica. La fachada principal se organiza en un central, flanqueado por dos galerías alargadas que terminan en torreones salientes de tres pisos. La escalera imperial, el salón de actos, la Biblioteca y el museo son espacios grandiosos que van en consonancia con la calidad arquitectónica.

Por otra parte, esta realidad plantea algunas dificultades de organización docente. Indudablemente, hace un siglo, la enseñanza planteaba necesidades muy distintas a las actuales. Hoy necesitamos más aulas, renovación de la carpintería y los cierres exteriores que aislen del frío y del ruido y especialmente las instalaciones de Educación Física, sobre todo el espacio cubierto (gimnasio) no cumple los requisitos mínimos de espacio, altura, ventilación, etc. necesarios para un adecuado desarrollo de la Educación Física.

#### B. CONTEXTUALIZACIÓN DEL CENTRO: OFERTA EDUCATIVA

La oferta educativa del Centro es la siguiente: En Educación Secundaria Obligatoria contamos con tres grupos en cada curso. Nuestro alumnado sigue el Plan de Fomento del Plurilingüismo, siendo bilingüe en inglés en todas sus líneas. En 1º y 2º de E.S.O., tenemos grupos de apoyo para el alumnado con NEE., atendidos por una profesora de Pedagogía Terapéutica.

En Bachillerato contamos con cuatro grupos en primero y tres en segundo. Se imparten las modalidades de Ciencias, Humanidades y Ciencias Sociales.

En enseñanza de adultos se imparten ESA I, II y Semipresencial. En Bachillerato de adultos se ofertan las mismas modalidades: Ciencias, Humanidades y Ciencias Sociales. Dos grupos en primero y tres en segundo

La oferta formativa se completa con dos grupos del Ciclo formativo de grado medio de la familia profesional de Informática denominado ¿Sistemas Microinformáticos y Redes¿, un grupo en horario diurno y otro grupo en horario nocturno, y un Ciclo Formativo de Grado Superior de la misma familia profesional denominado ¿Desarrollo de Aplicaciones Multiplataforma¿ en horario nocturno

### C. CONTEXTUALIZACIÓN DEL CENTRO: ALUMNADO

El I.E.S. Padre Suárez recibe alumnado de procedencia sociocultural variada, con mayoría de alumnos de un ámbito socio cultural medio-alto, con expectativas de continuar una formación universitaria.

No obstante, nuestro Centro no es ajeno a los cambios sociales y económicos que se están produciendo y afronta con sensibilidad integradora la realidad de un alumnado desfavorecido social y culturalmente al que atiende.

El alumnado que se incorpora al Centro en 1º de ESO procede en su mayoría de los centros adscritos (C.E.I.P. Los Cármenes, Luis Rosales, Inmaculada del Triunfo, José Hurtado y San José de las Tablas) y en ellos se observa la heterogeneidad propia de las diferencias sociales de cada centro.

En Bachillerato hay un centro adscrito (Mercedarias), y existe una mayor diversidad geográfica en cuanto a la procedencia del alumnado, pero se puede observar cierta homogeneidad en cuanto al nivel social y cultural de las familias ¿clase media urbana con expectativas de continuar estudios universitarios

En el alumnado de Formación Profesional también se observa diversidad geográfica y en cuanto al nivel social y cultural de las familias suele ser medio.

En cuanto al alumnado de adultos hay que destacar el elevado índice de absentismo, consecuencia de las carencias formativas que arrastra y de la necesidad de compatibilizar estudio y trabajo.

### D. RELACIÓN DE NUESTRA PROGRAMACIÓN CON EL PLAN DE CENTRO

Conectado con el Proyecto Educativo de nuestro centro, la programación de Educación Física ha considerado como prioritarios los objetivos propios del centro definidos en este documento número 5, 6, 8 y 13 que recogemos a continuación:

Objetivo 5: Favorecer la madurez personal en aspectos específicos como la confianza en las propias capacidades, el sentido de la responsabilidad, el aprendizaje como aptitud vital y el aprecio por el trabajo en colaboración

Objetivo 6: Estimular al alumnado en la asunción de responsabilidades, así como el compromiso con el estudio y el esfuerzo personal en la actividad del aprendizaje. Para ello se tenderá a evidenciar que el éxito personal, en la institución educativa y en el mundo social, está vinculado al orden y la disciplina en el trabajo

Objetivo 8: Educar y formar al alumnado en el conocimiento de las Nuevas Tecnologías de Información y Comunicación, como herramienta clave y fundamental para poder desarrollar su posterior formación y afrontar su trabajo con garantías de éxito suficientes en base a lo exigido por la sociedad en la que vivirán

Objetivo 13: Garantizar la igualdad de oportunidades y crear para ello las condiciones que garanticen el aprendizaje y la inclusión en el sistema educativo de quienes tengan dificultades de cualquier índole

Y del mismo modo, hemos desarrollado nuestra programación en la materia respetando las siguientes líneas pedagógicas prioritarias de nuestro Plan de Centro:

Línea 1: Para la buena práctica educativa se partirá del análisis de las realidades, para proceder después a la planificación, el diseño y la ejecución de las propuestas programáticas. La supervisión y evaluación de las propuestas cumplirán un papel esencial

Línea 4: Se garantizará en las relaciones de aprendizaje, y como factor de enriquecimiento personal, el respeto a la diversidad de opiniones ¿lo que no impide, sino que refuerza la crítica racionalmente motivada¿, observando como elemento de riqueza las distintas idiosincrasias o culturas, y la diversidad de capacidades e intereses del alumnado. Por ello se estimulará la capacidad interpretativa y crítica, promoviendo la adopción de actitudes que favorezcan la superación de desigualdades.

Línea 5: Como principio que ayuda a definir la vida del Centro, se contemplará la consecución de un adecuado marco de convivencia basado en la cultura de paz, que tendrá como criterio fundamental el desterrar cualquier discriminación o privilegio.

Línea 11: Se promoverán tanto las actividades artísticas y deportivas como la integración de recursos de la TIC, como fórmulas que complementan y refuerzan la formación del alumnado.

Línea 14: Se incluirán en las respectivas programaciones didácticas objetivos y actividades relacionadas con el Patrimonio.

## 2. Marco legal:

- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.
- Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.
- Decreto 103/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.
- Instrucciones de 21 de junio de 2023, de la Viceconsejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, sobre el tratamiento de la lectura para el despliegue de la competencia en comunicación lingüística en Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria.
- Instrucciones de la Viceconsejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, sobre las medidas para el fomento del Razonamiento Matemático a través del planteamiento y la resolución de retos y problemas en Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria.

## 3. Organización del Departamento de coordinación didáctica:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 92.1 del Decreto 327/2010, de 13 de julio por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, «cada departamento de coordinación didáctica estará integrado por todo el profesorado que imparte las enseñanzas que se encomienden al mismo. En el presente curso escolar hay un total de 35 horas lectivas de Educación Física que sumadas a la tutorización de 2 grupos de ESO ha hecho necesaria la solicitud de un tercer profesor de Educación Física para cubrir las demandas del departamento. Teniendo en cuenta estas premisas, los profesores que forman este Departamento de Educación Física en este curso 24/25 son: Dña. Nuria Agüí Guerrero, D. Manuel Siles Ros y D. Luis A. Ramos Mondéjar (Jefe de Departamento)

Los tres profesores de este departamento atienden a un total aproximado de 530 alumnos durante el presente curso escolar 24/25 y las materias asignadas suman un total de 55 horas repartidas del siguiente modo:

- 1º ESO ED. FÍSICA 3 Horas/Semana 3 GRUPOS (Nuria Agüí)
- 2º ESO ED. FÍSICA 2 Horas/Semana 3 GRUPOS (Manuel Siles)
- 3º ESO ED. FÍSICA 2 Horas/Semana 3 GRUPOS (Nuria Agüí)
- 4º ESO ED. FÍSICA 2 Horas/Semana 2 GRUPOS (Luis Ramos)
- 4º ESO ED. FÍSICA 2 Horas/Semana 1 GRUPOS (Manuel Siles)
- 1º BACH. ED. FÍSICA 2 Horas/Semana 4 GRUPOS (Luis Ramos)
- 1º ESO DIBUJO 1 Horas/Semana 3 GRUPOS (Manuel Siles)
- 3º ESO DIBUJO 2 Horas/Semana 3 GRUPOS (Manuel Siles)
- 3º ESO B TUTORÍA 2 Horas/Semana 1 GRUPO (Nuria Agüí)
- 4º ESO B TUTORÍA 2 Horas/Semana 1 GRUPO (Manuel Siles)

## 4. Objetivos de la etapa:

Conforme a lo dispuesto en el artículo 5 del Decreto 103/2023, de 9 de mayo, el Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y 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, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.
- c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en la historia e impulsar la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.
- 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, profundizando en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura, conociendo y apreciando la peculiaridad lingüística andaluza en todas sus

variedades.

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, valorando y reconociendo los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, tales como el flamenco 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.

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, conociendo y apreciando el medio físico y natural de Andalucía.

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. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social.

n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.

ñ) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.

## 5. Principios Pedagógicos:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 6 del Decreto 103/2023, de 9 de mayo las recomendaciones de metodología didáctica para el Bachillerato son las siguientes:

Sin perjuicio de lo establecido en el artículo 6 del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, el currículo de la etapa de Bachillerato responderá a los siguientes principios:

a) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten al alumnado una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de segundo curso de la etapa.

b) Desde las distintas materias de la etapa se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.

c) Se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión que sobre el mismo tienen las actividades humanas, el agotamiento de los recursos naturales, la superpoblación, la contaminación o el calentamiento de la Tierra, todo ello con objeto de fomentar la contribución activa en la defensa, conservación y mejora de nuestro entorno medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida, y como elemento central e integrado en el aprendizaje de las distintas disciplinas.

d) Las programaciones didácticas de todas las materias incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística, incluyendo actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, la prácticas de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público.

e) En la organización de los estudios de la etapa se prestará especial atención al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo. A estos efectos se establecerán las alternativas organizativas y metodológicas de este alumnado. Para ello, se potenciará el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA) para garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado, presente o no necesidades específicas de apoyo educativo.

f) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folklore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas como el flamenco, la música, la literatura o la pintura, entre ellas; tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de sus mujeres y hombres a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte, del desarrollo del currículo.

g) Atendiendo a lo recogido en el Capítulo I del Título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y

hombres.

h) Con objeto de fomentar la integración de las competencias, se promoverá el aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, en los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, la capacidad para aprender por sí mismo, para trabajar en equipo, la capacidad para aplicar los métodos de investigación apropiados y la responsabilidad, así como el emprendimiento. i) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información y para aplicar procesos de análisis, observación y experimentación, adecuados a las distintas materias, fomentando el enfoque interdisciplinar del aprendizaje por competencias con la realización por parte del alumnado de trabajos de investigación y de actividades integradas.

Al igual que en la ESO, pero tomando como referencia la Orden de 30 de mayo de 2023 para el bachillerato, la metodología utilizada en nuestra materia debe seguirá enfocada a la adquisición efectiva de las competencias específicas de la materia con el mismo carácter activo, motivador y participativo e integrador.

Aunque no con la misma insistencia que en la ESO, pero seguiremos incluyendo actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, así como la práctica de la expresión escrita, pero potenciaremos de forma especial la capacidad de expresarse correctamente en público. Se estimulará la reflexión y el pensamiento crítico en el alumnado, así como los procesos de construcción individual y colectiva del conocimiento, y se favorecerá el descubrimiento, la investigación, el espíritu emprendedor y la iniciativa personal, todo ello a través de Trabajos de Aplicación en la materia (en este nivel ya no haremos uso de los exámenes teóricos más tradicionales) donde la búsqueda de información y la aplicación de lo explicado en clase a nuestro propio programa de entrenamiento o nuestra propia elaboración de una dieta saludable, serán las tareas fundamentales a desarrollar.

Desarrollaremos actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información y para aplicar procesos de análisis, observación y experimentación, adecuados a los contenidos de las distintas materias. Y en este mismo sentido potenciaremos el uso y puesta en práctica del método científico como forma de adquirir conocimientos nuevos en Educación Física.

Haremos uso de una metodología activa que presenten de manera relacionada los contenidos y que fomenten el aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, favoreciendo la participación, la experimentación y la motivación de los alumnos y alumnas al dotar de funcionalidad y transferibilidad a los aprendizajes a la vida diaria como ya hemos explicado.

Las tecnologías de la información y de la comunicación para el aprendizaje y el conocimiento y las herramientas digitales eficaces, al igual que hicimos en ESO, se utilizarán de manera habitual como herramientas integradas para el desarrollo del currículo.

Consideramos esencial la aplicación de una gama suficiente de estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje, que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave adaptándose al grupo, a cada alumno y alumna y a los contenidos a trabajar. Se utilizarán tanto técnicas de reproducción de modelos como de indagación, siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, autonomía, confianza, creatividad y participación del alumnado. Se buscará desarrollar distintas habilidades y estilos cognitivos.

Los saberes 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.

En relación a la realización de las tareas se buscará implicar responsablemente al alumnado en su proceso de aprendizaje, promoviendo el establecimiento de sus propias metas y orientándolo hacia la autonomía en la organización y realización del trabajo. Se diseñarán actividades variadas, de interés para el alumnado y que requieran de su implicación, ofreciéndole posibilidades de elección desarrollando así, en mayor grado, la capacidad de responsabilidad y de elección. El alumnado podrá participar en la toma de decisiones sobre las normas de clase, la elección de actividades y la evaluación, entre otros aspectos, además de asumir diferentes roles en la realización de las tareas. En relación a la evaluación, se fomentará la evaluación compartida, promoviendo también la autoevaluación del alumnado.

Se convierte en pieza angular de la metodología de esta etapa el fomento del trabajo autónomo, para ello los

alumnos tendrán que diseñar sus propios programas de entrenamiento acorde con sus propias necesidades y nivel de condición, así como llevar a la práctica sesiones de Educación Física completas diseñadas por ellos mismos.

Se reconocerá y apoyará el progreso del alumnado, partiendo de su nivel inicial y respetando sus características individuales. Somos conscientes de la importancia del conocimiento de resultados para la motivación del alumnado en su progreso y evolución, por lo que se utilizarán diferentes tipos de feedback adaptados a cada persona y a cada situación.

Es sumamente importante en nuestra materia garantizar que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se minimizarán los posibles riesgos y se deberán implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad deberán tenerse en cuenta los riesgos asociados al uso de las tecnologías de la información y la salvaguarda de la privacidad del alumnado. Para ello se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo de esta etapa.

## A. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

Es esencial que en la materia de Educación Física se sigan desarrollando y aplicando una gama suficiente de técnicas, estilos de enseñanza y estrategias en la práctica que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias claves adaptándose al grupo y a cada alumno. En este caso, al tratarse del último curso donde está presente la Educación Física de forma obligatoria, haremos uso de metodología más autónomas donde el alumnado pueda poner de manifiesto el aprendizaje y los conocimientos acumulados durante la etapa de la ESO y siempre con el objetivo final de instaurar en ellos un hábito de práctica física y el conocimiento necesario para planificar sus propias actividades físicas y/o deportivas.

Además de la Instrucción Directa, haremos uso de un estilo de enseñanza de Aprendizaje basado en Proyectos, donde ellos mismos se confeccionarán su propio programa de entrenamiento personal o su propia dieta (ajustada a sus necesidades calóricas y de gasto energético).

Se buscará una variedad y un máximo aprovechamiento de la forma de utilización de los espacios, el tiempo, los materiales, las organizaciones, con la finalidad de conseguir el mayor tiempo de compromiso motor del alumnado durante las sesiones de Educación Física.

Se fomentará un clima de clase orientado a la tarea, promoviendo metas autorreferenciales, centrándonos en el proceso de enseñanza-aprendizaje y diseñando actividades basadas en la variedad, el reto personal y la implicación activa en las mismas. Para ello se utilizarán criterios relativos al progreso personal, al esfuerzo y al dominio de la tarea.

## 6. Evaluación:

### 6.1 Evaluación y calificación del alumnado:

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 12 de la Orden de 30 de mayo de 2023, en cuanto al carácter y los referentes de la evaluación, ¿la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua, competencial, formativa, integradora, diferenciada y objetiva, según las distintas materias del currículo y será un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje. Tomará como referentes los criterios de evaluación de las diferentes materias, a través de los cuales se medirá el grado de consecución de las competencias específicas.

Igualmente, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 13 de la Orden de 30 de mayo de 2023, ¿el profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje, en relación con los criterios de evaluación y el grado de desarrollo de las competencias específicas de cada materia. Para la evaluación del alumnado se utilizarán diferentes instrumentos tales como cuestionarios, formularios, presentaciones, exposiciones orales, edición de documentos, pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, coherentes con los criterios de evaluación y con las características específicas del alumnado garantizando así que la evaluación responde al principio de atención a la diversidad y a las diferencias individuales. Se fomentarán los procesos de coevaluación, evaluación entre iguales, así como la autoevaluación del alumnado, potenciando la capacidad del mismo para juzgar sus logros respecto a una tarea determinada. ¿

La calificación de la materia se calculará haciendo la media de las calificaciones de las Competencias Específicas, las cuales a su vez se obtienen haciendo la media de las calificaciones de los Criterios de Evaluación de cada Competencia Específica.

El RD 243/2022 establece como principales referencias de la evaluación para el Bachillerato los siguientes puntos:

- ¿ La evaluación del aprendizaje del alumnado será continua y diferenciada según las distintas materias.
- ¿ El profesorado de cada materia decidirá, al término del curso, si el alumno o alumna ha logrado los objetivos y ha alcanzado el adecuado grado de adquisición de las competencias correspondientes.
- ¿ El alumnado podrá realizar una prueba extraordinaria de las materias no superadas, en las fechas que determinen las administraciones educativas.
- ¿ El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente.
- ¿ Se promoverá el uso generalizado de instrumentos de evaluación variados, diversos, flexibles y adaptados a las distintas situaciones de aprendizaje que permitan la valoración objetiva de todo el alumnado, y que garanticen, asimismo, que las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adaptan a las necesidades del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.
- ¿ Y, por último, las administraciones educativas fomentarán la equidad e inclusión educativa, la igualdad de oportunidades y la no discriminación del alumnado con discapacidad. Para ello se establecerán las medidas de flexibilización y alternativas metodológicas de accesibilidad y diseño universal que sean necesarias para conseguir que este alumnado pueda acceder a una educación de calidad en igualdad de oportunidades.

La orientación de nuestro proceso evaluador partirá de las orientaciones establecidas en la Orden de 30 de mayo de 2023, en primer curso de Bachillerato, donde aparecen los saberes básicos mínimos, que deben entenderse como los saberes básicos, que como mínimo están vinculados a cada criterio de evaluación y se han de trabajar de manera conjunta

De este modo hemos elaborado esta propuesta evaluadora partiendo de la concreción de las competencias específicas, los criterios de evaluación, la adecuación de los saberes básicos y su vinculación con el resto de elementos del currículo, así como el establecimiento de situaciones de aprendizaje que integren estos elementos de manera que se contribuya a la adquisición de las competencias secuenciadas de forma coherente con el curso de aprendizaje del alumnado, siempre de manera contextualizada. Todo ello con la referencia que nos aportan los descriptores operativos del Perfil Competencial al término de segundo curso relacionados con cada una de las competencias específicas.

Siguiendo con nuestra forma de trabajo en la ESO, haremos uso de un modelo de evaluación criterial (basada en criterios de evaluación), continua, formativa, integradora, diferenciada y objetiva con las expectativas de que sea un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje.

Esta evaluación será continua y global y tendrá en cuenta el progreso del alumnado, con el fin de detectar las dificultades en el momento en que se produzcan, averiguar sus causas y, en consecuencia, adoptar las medidas necesarias dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias, que le permita continuar adecuadamente su proceso de aprendizaje.

Le aportaremos el carácter formativo que debe tener todo proceso evaluativo proporcionando al alumnado la información que permita mejorar su proceso de aprendizaje y, para garantizar el derecho del alumno a ser evaluado con objetividad y transparencia, al comienzo del curso informaremos al alumnado acerca de los criterios de evaluación de la materia, especificando los procedimientos y criterios de calificación.

Al igual que en la ESO, tendremos en cuenta el grado de consecución de las competencias específicas de la materia, a través de la superación de los criterios de evaluación que tiene asociados. Los criterios de evaluación se relacionan de manera directa con las competencias específicas e indicarán el grado de desarrollo de las mismas.

### 10.2.1. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN EN BACHILLERATO

La observación continuada y sistematizada de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna en relación con los criterios de evaluación y el grado de desarrollo de las competencias específicas u objetivos de la materia será el instrumento habitual de trabajo de nuestra evaluación

Utilizaremos diferentes instrumentos de evaluación como:

- ¿ Trabajos de Aplicación
- ¿ Trabajos de Investigación
- ¿ Formularios en línea
- ¿ Presentaciones Digitales
- ¿ Exposiciones orales
- ¿ Rúbricas
- ¿ Listas de Control
- ¿ Test estandarizados
- ¿ Herramientas digitales de uso evaluativo  
Kahoot
- ¿ Tareas para casa y Trabajos entregadas por plataforma digital CLASSROOM
- ¿ Cuestionarios
- ¿ Etc.

#### **6.2 Evaluación de la práctica docente:**

Resultados de la evaluación de la materia.

Métodos didácticos y Pedagógicos.

Adecuación de los materiales y recursos didácticos.

Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.

Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

#### **7. Seguimiento de la Programación Didáctica**

Según el artículo 92.2 en su apartado d, del Decreto 327/2010, de 13 de julio, es competencia de los departamentos de coordinación didáctica, realizar el seguimiento del grado de cumplimiento de la programación didáctica y proponer las medidas de mejora que se deriven del mismo.

## CONCRECIÓN ANUAL

### 1º de Bachillerato (Ciencias y Tecnología) Educación Física

#### 1. Evaluación inicial:

En nuestra materia somos conscientes de la necesidad de una evaluación inicial global del grupo que nos permita ajustar el nivel de partida de nuestra programación didáctica, así como conocer mejor al alumnado de nuevo ingreso para su rápida incorporación y adaptación al resto del grupo, tanto si hablamos de 1º de ESO como de cualquier otro nivel de enseñanza (recordamos aquí que en nuestro centro hay mucho alumnado de nueva incorporación en 1º de Bachillerato).

La evaluación inicial solo se puede hacer al principio del curso, sino que se puede y debe hacer antes del desarrollo de una nueva Situación de Aprendizaje, de hecho, en nuestro departamento se hará una evaluación inicial (teórica y práctica) pero en algunos momentos también la desarrollaremos al comienzo de una nueva SdA.

Nuestra propuesta de evaluación inicial en todos los niveles de enseñanza se fundamenta en:

1. Examen de preguntas variadas (verdadera-falso, de cumplimentación, tipo test, de relación con flechas, etc.) para detectar el nivel de asimilación de contenidos teóricos
2. Pruebas de carácter práctico de diferentes cualidades físicas y motrices para detectar el nivel de aptitud motriz en el alumnado.
3. Ficha Médica para valorar la salud, posibles enfermedades, trastornos o lesiones del alumnado y actuar en consecuencia en el departamento. Para ello haremos uso de un Cuestionario de GOOGLE FORMS que deberá rellenar todo el alumnado, cuyo enlace adjuntamos a continuación: <https://forms.gle/ax1aj62cpAXHAQ8Y7>

#### 2. Principios Pedagógicos:

Para el establecimiento de nuestra metodología, hemos considerado, en primer lugar, los Principios Pedagógicos establecidos en el RD 243/2022 para esta Etapa Educativa y que resumimos a continuación:

- Las actividades educativas en el Bachillerato favorecerán la capacidad del alumnado para aprender por sí mismo, para trabajar en equipo y para aplicar los métodos de investigación apropiados.
- Asimismo, se prestará especial atención a la orientación educativa y profesional del alumnado incorporando la perspectiva de género.
- Las administraciones educativas promoverán las medidas necesarias para que en las distintas materias se desarrollen actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura y la capacidad de expresarse correctamente en público.

¿ En la organización de los estudios de Bachillerato se prestará especial atención a los alumnos y alumnas con necesidad específica de apoyo educativo. A estos efectos se establecerán las alternativas organizativas y metodológicas y las medidas de atención a la diversidad precisas para facilitar el acceso al currículo de este alumnado.

Al igual que en la ESO, pero tomando como referencia la Orden de 30 de mayo de 2023 para el bachillerato, la metodología utilizada en nuestra materia debe seguirá enfocada a la adquisición efectiva de las competencias específicas de la materia con el mismo carácter activo, motivador y participativo e integrador.

#### 3. Aspectos metodológicos para la construcción de situaciones de aprendizaje:

Aunque no con la misma insistencia que en la ESO, pero seguiremos incluyendo actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, así como la práctica de la expresión escrita, pero potenciaremos de forma especial la capacidad de expresarse correctamente en público. Se estimulará la reflexión y el pensamiento crítico en el alumnado, así como los procesos de construcción individual y colectiva del conocimiento, y se favorecerá el descubrimiento, la investigación, el espíritu emprendedor y la iniciativa personal, todo ello a través de Trabajos de Aplicación en la materia (en este nivel ya no haremos uso de los exámenes teóricos más tradicionales) donde la búsqueda de información y la aplicación de lo explicado en clase a nuestro propio programa de entrenamiento o nuestra propia elaboración de una dieta saludable, serán las tareas fundamentales a desarrollar.

Desarrollaremos actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información y para aplicar procesos de análisis, observación y experimentación, adecuados a los contenidos de las distintas materias. Y en este mismo sentido potenciaremos el uso y puesta en práctica del método científico como forma de adquirir conocimientos nuevos en Educación Física.

Haremos uso de una metodología activa que presenten de manera relacionada los contenidos y que fomenten el

aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, favoreciendo la participación, la experimentación y la motivación de los alumnos y alumnas al dotar de funcionalidad y transferibilidad a los aprendizajes a la vida diaria como ya hemos explicado.

Las tecnologías de la información y de la comunicación para el aprendizaje y el conocimiento y las herramientas digitales eficaces, al igual que hicimos en ESO, se utilizarán de manera habitual como herramientas integradas para el desarrollo del currículo.

Consideramos esencial la aplicación de una gama suficiente de estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje, que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave adaptándose al grupo, a cada alumno y alumna y a los contenidos a trabajar. Se utilizarán tanto técnicas de reproducción de modelos como de indagación, siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, autonomía, confianza, creatividad y participación del alumnado. Se buscará desarrollar distintas habilidades y estilos cognitivos.

Los saberes 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.

En relación a la realización de las tareas se buscará implicar responsablemente al alumnado en su proceso de aprendizaje, promoviendo el establecimiento de sus propias metas y orientándolo hacia la autonomía en la organización y realización del trabajo. Se diseñarán actividades variadas, de interés para el alumnado y que requieran de su implicación, ofreciéndole posibilidades de elección desarrollando así, en mayor grado, la capacidad de responsabilidad y de elección. El alumnado podrá participar en la toma de decisiones sobre las normas de clase, la elección de actividades y la evaluación, entre otros aspectos, además de asumir diferentes roles en la realización de las tareas. En relación a la evaluación, se fomentará la evaluación compartida, promoviendo también la autoevaluación del alumnado.

Se convierte en pieza angular de la metodología de esta etapa el fomento del trabajo autónomo, para ello los alumnos tendrán que diseñar sus propios programas de entrenamiento acorde con sus propias necesidades y nivel de condición, así como llevar a la práctica sesiones de Educación Física completas diseñadas por ellos mismos.

Se reconocerá y apoyará el progreso del alumnado, partiendo de su nivel inicial y respetando sus características individuales. Somos conscientes de la importancia del conocimiento de resultados para la motivación del alumnado en su progreso y evolución, por lo que se utilizarán diferentes tipos de feedback adaptados a cada persona y a cada situación.

Es sumamente importante en nuestra materia garantizar que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se minimizarán los posibles riesgos y se deberán implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad deberán tenerse en cuenta los riesgos asociados al uso de las tecnologías de la información y la salvaguarda de la privacidad del alumnado. Para ello se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo de esta etapa.

#### a. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

Es esencial que en la materia de Educación Física se sigan desarrollando y aplicando una gama suficiente de técnicas, estilos de enseñanza y estrategias en la práctica que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias claves adaptándose al grupo y a cada alumno. En este caso, al tratarse del último curso donde está presente la Educación Física de forma obligatoria, haremos uso de metodología más autónomas donde el alumnado pueda poner de manifiesto el aprendizaje y los conocimientos acumulados durante la etapa de la ESO y siempre con el objetivo final de instaurar en ellos un hábito de práctica física y el conocimiento necesario para planificar sus propias actividades físicas y/o deportivas.

Además de la Instrucción Directa, haremos uso de un estilo de enseñanza de Aprendizaje basado en Proyectos, donde ellos mismos se confeccionarán su propio programa de entrenamiento personal o su propia dieta (ajustada a sus necesidades calóricas y de gasto energético).

Se buscará una variedad y un máximo aprovechamiento de la forma de utilización de los espacios, el tiempo, los materiales, las organizaciones, con la finalidad de conseguir el mayor tiempo de compromiso motor del alumnado durante las sesiones de Educación Física.

Se fomentará un clima de clase orientado a la tarea, promoviendo metas autorreferenciales, centrándonos en el proceso de enseñanza-aprendizaje y diseñando actividades basadas en la variedad, el reto personal y la implicación activa en las mismas. Para ello se utilizarán criterios relativos al progreso personal, al esfuerzo y al dominio de la tarea.

#### 4. Materiales y recursos:

Se utilizarán los materiales propios de la asignatura, además de los recursos didácticos de los que dispone el centro. Detallamos por categorías estos materiales y recursos en los siguientes apartados: instalaciones, material deportivo, material didáctico (apuntes) elaborado por el departamento y recursos digitales

##### 1) INSTALACIONES

El centro dispone de las siguientes instalaciones:

Una pista polideportiva de baloncesto completa y a lo ancho de la misma se disponen 4 canastas más de baloncesto y dos porterías de fútbol, lo cual no hace posible el uso natural de la pista para la práctica de deportes como el balonmano o el fútbol-sala.

Pequeño gimnasio con techo bajo y de cristal

Pequeño almacén de material específico

Departamento de Educación Física

##### 2) MATERIAL DEPORTIVO

En este apartado recogemos todos los materiales específicos para poder desarrollar los diferentes contenidos prácticos de la programación, entre ellos:

Balones y pelotas de distintos deportes y disciplinas

Palas de madera

Sticks de hockey

Cuerdas (combas)

Petos

Aros

Colchonetas de gimnasia y colchonetas de fitness

Espalderas

Picas

Conos

Altavoz de conexión inalámbrica

Etc.

##### 3) MATERIAL DIDÁCTICO (apuntes y libros de lectura)

El departamento tiene elaborados temas y recursos (vídeos, web, etc.) que se alojan en un "site" al que pueden acceder los alumnos para descargar los temas a estudiar, consultar dudas, etc. así como en la plataforma CLASSROOM

Entre los libros y artículos de lectura recomendados al alumnado de ESO ofrecemos los siguientes:

Gómez Mancha, F. (2009). Misión Infofible. Sevilla: Wanceulen. Editorial deportiva

Gómez Mancha, F. (2011). Infofible Mission. Sevilla: Wanceulen. Editorial deportiva

Lisotto, P. (2015) Hazañas y leyendas de los Juegos Olímpicos. México: Atlántida

Carlin, J. (2009). El factor humano. Nelson Mandela y el partido que salvó a una nación. Barcelona: Seix Barral

Entre los libros y artículos de lectura recomendados al alumnado de BACHILLERTO ofrecemos los siguientes:

Lauren, M. (2019). Musculación sin aparatos. Tú eres tu propio gimnasio. Barcelona: Paidotribo

De Luis, N. (2023). Dietas y alimentos para mi salud. Valladolid: Universidad de Valladolid

Salinas, F. y cols. (2006). La planificación de la sesión de Educación Física. EF Deportes. Revista Digital, Año 11, N.º 97. Buenos Aires

##### 4) RECURSOS DIGITALES

Además de los recursos generales (pizarras digitales, ordenadores de aula, cañón de proyección para presentaciones, etc.) este departamento hará uso de:

Plataforma para trabajo en línea con el alumnado CLASSROOM

IPASEN para comunicación con familias

KAHOOT como aplicación para repaso y aprendizaje de conocimientos teóricos

Apps para gestión y control de la actividad física (Wikilock)

Plickers para la resolución de exámenes tipo test

Google MyMaps para uso de mapas en orientación urbana

## 5. Evaluación: criterios de calificación y herramientas:

El RD 243/2022 establece como principales referencias de la evaluación para el Bachillerato los siguientes puntos:

La evaluación del aprendizaje del alumnado será continua y diferenciada según las distintas materias.

El profesorado de cada materia decidirá, al término del curso, si el alumno o alumna ha logrado los objetivos y ha alcanzado el adecuado grado de adquisición de las competencias correspondientes.

El alumnado podrá realizar una prueba extraordinaria de las materias no superadas, en las fechas que determinen las administraciones educativas.

El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente.

Se promoverá el uso generalizado de instrumentos de evaluación variados, diversos, flexibles y adaptados a las distintas situaciones de aprendizaje que permitan la valoración objetiva de todo el alumnado, y que garanticen, asimismo, que las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adaptan a las necesidades del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.

Y, por último, las administraciones educativas fomentarán la equidad e inclusión educativa, la igualdad de oportunidades y la no discriminación del alumnado con discapacidad. Para ello se establecerán las medidas de flexibilización y alternativas metodológicas de accesibilidad y diseño universal que sean necesarias para conseguir que este alumnado pueda acceder a una educación de calidad en igualdad de oportunidades.

La orientación de nuestro proceso evaluador partirá de las orientaciones establecidas en la Orden de 30 de mayo de 2023, en primer curso de Bachillerato, donde aparecen los saberes básicos mínimos, que deben entenderse como los saberes básicos, que como mínimo están vinculados a cada criterio de evaluación y se han de trabajar de manera conjunta

De este modo hemos elaborado esta propuesta evaluadora partiendo de la concreción de las competencias específicas, los criterios de evaluación, la adecuación de los saberes básicos y su vinculación con el resto de elementos del currículo, así como el establecimiento de situaciones de aprendizaje que integren estos elementos de manera que se contribuya a la adquisición de las competencias secuenciadas de forma coherente con el curso de aprendizaje del alumnado, siempre de manera contextualizada. Todo ello con la referencia que nos aportan los descriptores operativos del Perfil Competencial al término de segundo curso relacionados con cada una de las competencias específicas.

Siguiendo con nuestra forma de trabajo en la ESO, haremos uso de un modelo de evaluación criterial (basada en criterios de evaluación), continua, formativa, integradora, diferenciada y objetiva con las expectativas de que sea un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje.

Esta evaluación será continua y global y tendrá en cuenta el progreso del alumnado, con el fin de detectar las dificultades en el momento en que se produzcan, averiguar sus causas y, en consecuencia, adoptar las medidas necesarias dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias, que le permita continuar adecuadamente su proceso de aprendizaje.

Le aportaremos el carácter formativo que debe tener todo proceso evaluativo proporcionando al alumnado la información que permita mejorar su proceso de aprendizaje y, para garantizar el derecho del alumno a ser evaluado con objetividad y transparencia, al comienzo del curso informaremos al alumnado acerca de los criterios de evaluación de la materia, especificando los procedimientos y criterios de calificación.

Al igual que en la ESO, tendremos en cuenta el grado de consecución de las competencias específicas de la materia, a través de la superación de los criterios de evaluación que tiene asociados. Los criterios de evaluación se relacionan de manera directa con las competencias específicas e indicarán el grado de desarrollo de las mismas.

## A. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN EN BACHILLERATO

La observación continuada y sistematizada de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna en relación con los criterios de evaluación y el grado de desarrollo de las competencias específicas u objetivos de la materia será el instrumento habitual de trabajo de nuestra evaluación

Utilizaremos diferentes instrumentos de evaluación como:

Trabajos de Aplicación  
Trabajos de Investigación  
Formularios en línea  
Presentaciones Digitales  
Exposiciones orales  
Rúbricas  
Listas de Control  
Test estandarizados  
Herramientas digitales de uso evaluativo  
Kahoot  
Tareas para casa y Trabajos entregadas por plataforma digital CLASSROOM  
Cuestionarios  
Etc.

## B.LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN EN BACHILLERATO

Los criterios de Evaluación para Bachillerato son el auténtico y máximo referente para orientar nuestra evaluación en ambas etapas. Entendemos que la totalidad de los criterios de evaluación contribuyen en la misma medida, al grado de desarrollo de la competencia específica, por lo que tendrán el mismo valor a la hora de determinar el grado de desarrollo de la misma.

Intentaremos establecer mecanismos objetivos de observación de las acciones que se describen en los criterios de evaluación, así como indicadores claros, que permitan conocer el grado de desempeño de cada criterio.

Haremos uso mayoritariamente de la Plataforma Séneca para el diseño de *¿Actividades Evaluables¿*, a las cuales se les asignarán los criterios evaluación relacionados con ese saber a evaluar y se relacionarán con las competencias de forma digitalizada para extraer una nota final en función de la presencia de los criterios de evaluación utilizados en las distintas actividades y a través de distintos instrumentos.

Para ello, estableceremos indicadores de logro de los criterios, en soportes tipo rúbrica que se ajustarán a las graduaciones de insuficiente (del 1 al 4), suficiente (del 5 al 6), bien (entre el 6 y el 7), notable (entre el 7 y el 8) y sobresaliente (entre el 9 y el 10).

Aunque intentaremos evaluar los 17 criterios de evaluación establecidos para cada curso de la ESO y los 15 criterios establecidos para 1º de Bachillerato, si alguno de ellos no fuese utilizado en alguno de los trimestres, entendemos que el porcentaje asignado a ese criterio se repartirá equitativamente entre el resto de criterios utilizados y, en consecuencia se sacará la nota media de cada competencia específica.

## 6. Temporalización:

### 6.1 Unidades de programación:

Las situaciones de aprendizaje que proponemos para este 1º curso de la BACHILLERATO y su temporalización, son las siguientes:

#### SITUACIONES DE APRENDIZAJE:

1. *¿¿CÓMO ESTÁ DISTRIBUIDO EL PESO DE MI CUERPO? ANALIZO MI COMPOSICIÓN CORPORAL¿*  
TRIMESTRE 1º SESIONES: 2
2. *¿¿EL CUERPO HUMANO TIENE DOS PLANOS? EL IMC Y SU CRÍTICA*  
TRIMESTRE 1º SESIONES: 1
3. *¿AUTOVALORACIÓN DE MI ESTADO DE FORMA¿* TRIMESTRE 1º SESIONES: 6
4. *¿CONOZCO LOS MÉTODOS Y SISTEMAS PARA INCLUIR EN MI PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO¿*

TRIMESTRE 1º SESIONES: 8

5.¿¿CUÁNTO TENGO QUE ENTRENAR? LA CARGA DE ENTRENAMIENTO: EL VOLUMEN Y LA INTENSIDAD¿ TRIMESTRE 1º SESIONES: 2

6.¿¿CÓMO PLANIFICAR MI PROPIO PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO SEGÚN MI CONDICIÓN?¿ TRIMESTRE 1º SESIONES: 3

7.¿PERFECCIONO MI COMPETENCIA EN BÁDMINTON¿ TRIMESTRE 2º SESIONES: 6

8.¿PERFECCIONO MI COMPETENCIA EN VOLEIBOL¿ TRIMESTRE 2º SESIONES: 6

9.¿PERFECCIONO MI COMPETENCIA EN BALONCESTO¿ TRIMESTRE 2º SESIONES: 6

10.¿ME DISEÑO MI PROPIA DIETA. NUTRICIÓN AVANZADA¿ TRIMESTRE 2º SESIONES: 3

11.¿LA ALIMENTACIÓN DEL DEPORTISTA.DESTRUYENDO MITOS EN ALIMENTACIÓN¿ TRIMESTRE 2º SESIONES: 1

12.¿DEPORTES ALTERNATIVOS¿ TRIMESTRE 3º SESIONES: 4

13.¿DISEÑAMOS Y PONEMOS EN PRÁCTICA NUESTRAS PROPIAS SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA¿ TRIMESTRE 3º SESIONES: 12

14.¿ME RELACIONO CON LA NATURALEZA¿ TRIMESTRE 3º SESIONES:2

### 6.2 Situaciones de aprendizaje:

- DEPORTES ALTERNATIVOS: PINFUVOTE"
- ME CONVIERTO EN MI PROPIO ENTRENADOR PERSONAL
- ME CONVIERTO EN MI PROPIO NUTRICIONISTA PERSONAL

### 7. Actividades complementarias y extraescolares:

Respetando las normas establecidas en nuestro centro para la propuesta, organización y desarrollo de actividades complementarias y extraescolares y habiendo analizado en el departamento la utilidad de las mismas para el alumnado y su vinculación directa con diferentes situaciones de Aprendizaje a desarrollar con el alumnado de diferentes niveles en el presente curso escolar. Nuestro Departamento ha elaborado e informado en vicedirección de la siguiente propuesta de actividades complementarias y extraescolares para el presente curso 2024-2025:

#### PROPUESTA DE AAEECC 2024-25 -EDUCACIÓN FÍSICA-

##### ACTIVIDADES CURSO 1º ESO

- |  |              |
|--|--------------|
| 1.SENDERISMO EN EL ENTORNO PRÓXIMO: SACROMONTE (1º TRIMESTRE)                                      | GRUPOS A-B-C |
| 2. ACTIVIDAD EN LA NATURALEZA: ACEQUIA REAL (2º TRIMESTRE)   | GRUPOS A-B-C |
| 3. ACTIVIDADES RECREATIVAS EN PANTANO DE BÉZNAR (3º TRIMESTRE)                                     | GRUPOS A-B-C |
| 4.FORMACIÓN SOBRE PRIMEROS AUXILIOS DE ENFERMERIA DEL CENTRO DE SALUD DE REFERENCIA (2º TRIMESTRE) | GRUPOS A-B-C |

##### ACTIVIDADES CURSO 2º ESO

- |  |              |
|--|--------------|
| 1.SENDERISMO EN EL ENTORNO PRÓXIMO: SACROMONTE (1º TRIMESTRE)                                      | GRUPOS A-B-C |
| 2. ACTIVIDAD EN LA NATURALEZA: ACEQUIA REAL (2º TRIMESTRE)   | GRUPOS A-B-C |
| 3.FORMACIÓN SOBRE PRIMEROS AUXILIOS DE ENFERMERIA DEL CENTRO DE SALUD DE REFERENCIA (3º TRIMESTRE) | GRUPOS A-B-C |

##### ACTIVIDADES CURSO 3º ESO

- |  |              |
|--|--------------|
| 1.SENDERISMO: ACEQUIA REAL (1º TRIMESTRE)                              | GRUPOS A-B-C |
| 2. ESQUÍ EN SIERRA NEVADA: 3 DÍAS EN LA NIEVE (2º TRIMESTRE)           | GRUPOS A-B-C |
| 3. ACTIVIDADES RECREATIVAS EN PANTANO DE BÉZNAR (3º TRIMESTRE)         | GRUPOS A-B-C |
| 4. RUTA EN BICI DE GRANADA A PINOS GENIL (2º TRIMESTRE)                | GRUPOS A-B-C |
| 5.FORMACIÓN SOBRE RCP DE ENFERMERIA DEL CENTRO DE SALUD (2º TRIMESTRE) | GRUPOS A-B-C |

##### ACTIVIDADES CURSO 4º ESO

- |  |              |
|--|--------------|
| 1. UN DIA DE FITNESS: GIMNASIO INACUA (1º TRIMESTRE)                   | GRUPOS A-B-C |
| 2.FORMACIÓN SOBRE RCP DE ENFERMERIA DEL CENTRO DE SALUD (1º TRIMESTRE) | GRUPOS A-B-  |

C

**ACTIVIDADES CURSO 1º BACHILLERATO**

- |  |              |
|--|--------------|
| 1.SENDERISMO: ACEQUIA REAL (1º TRIMESTRE)                              | GRUPOS A-B-C |
| 2.ACTIVIDADES RECREATIVAS EN PANTANO DE BÉZNAR (1º TRIMESTRE)          | GRUPOS A-B-C |
| 3.FORMACIÓN SOBRE RCP DE ENFERMERIA DEL CENTRO DE SALUD (1º TRIMESTRE) | GRUPOS A-B-C |

**8. Atención a la diversidad y a las diferencias individuales:**

**8.1. Medidas generales:**

- Agrupamientos flexibles.
- Aprendizaje por proyectos.

**8.2. Medidas específicas:**

- Medidas de flexibilización temporal.
- Programas de profundización.
- Programas de refuerzo del aprendizaje.

**8.3. Observaciones:**

**9. Descriptores operativos:**

**Competencia clave: Competencia ciudadana.**

**Descriptores operativos:**

CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.

CC2. Reconoce, analiza y aplica en diversos contextos, de forma crítica y consecuente, los principios, ideales y valores relativos al proceso de integración europea, la Constitución Española, los derechos humanos, y la historia y el patrimonio cultural propios, a la vez que participa en todo tipo de actividades grupales con una actitud fundamentada en los principios y procedimientos democráticos, el compromiso ético con la igualdad, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad y corresponsabilidad efectiva entre mujeres y hombres.

CC4. Analiza las relaciones de interdependencia y ecodependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.

**Competencia clave: Competencia en conciencia y expresión culturales.**

**Descriptores operativos:**

CCEC1. Reflexiona, promueve y valora críticamente el patrimonio cultural y artístico de cualquier época, contrastando sus singularidades y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.

CCEC2. Investiga las especificidades e intencionalidades de diversas manifestaciones artísticas y culturales del patrimonio, mediante una postura de recepción activa y deleite, diferenciando y analizando los distintos contextos, medios y soportes en que se materializan, así como los lenguajes y elementos técnicos y estéticos que las caracterizan.

CCEC3.1. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones con creatividad y espíritu crítico, realizando con rigor sus propias producciones culturales y artísticas, para participar de forma activa en la promoción de los derechos humanos y los procesos de socialización y de construcción de la identidad personal que se derivan de la práctica artística.

CCEC3.2. Descubre la autoexpresión, a través de la interacción corporal y la experimentación con diferentes herramientas y lenguajes artísticos, enfrentándose a situaciones creativas con una actitud empática y colaborativa, y con autoestima, iniciativa e imaginación.

CCEC4.1. Selecciona e integra con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para diseñar y producir proyectos artísticos y culturales sostenibles, analizando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral que ofrecen sirviéndose de la interpretación, la ejecución, la improvisación o la composición.

CCEC4.2. Planifica, adapta y organiza sus conocimientos, destrezas y actitudes para responder con creatividad y eficacia a los desempeños derivados de una producción cultural o artística, individual o colectiva, utilizando diversos lenguajes, códigos, técnicas, herramientas y recursos plásticos, visuales, audiovisuales, musicales, corporales o escénicos, valorando tanto el proceso como el producto final y comprendiendo las oportunidades personales, sociales, inclusivas y económicas que ofrecen.

#### **Competencia clave: Competencia plurilingüe.**

##### **Descriptorios operativos:**

CP1. Utiliza con fluidez, adecuación y aceptable corrección una o más lenguas, además de la lengua familiar o de las lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas con espontaneidad y autonomía en diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, desarrolla estrategias que le permitan ampliar y enriquecer de forma sistemática su repertorio lingüístico individual con el fin de comunicarse de manera eficaz.

CP3. Conoce y valora críticamente la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal y anteponiendo la comprensión mutua como característica central de la comunicación, para fomentar la cohesión social.

#### **Competencia clave: Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.**

##### **Descriptorios operativos:**

STEM1. Selecciona y utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones propias de la modalidad elegida y emplea estrategias variadas para la resolución de problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando y creando prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma colaborativa, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y evaluando el producto obtenido de acuerdo a los objetivos propuestos, la sostenibilidad y el impacto transformador en la sociedad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de investigaciones de forma clara y precisa, en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos.) y aprovechando la cultura digital con ética y responsabilidad y valorando de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.

**Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.**
**Descriptorios operativos:**

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con fluidez, coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales y académicos, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y argumentar sus opiniones como para establecer y cuidar sus relaciones interpersonales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los distintos ámbitos, con especial énfasis en los textos académicos y de los medios de comunicación, para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera clara y rigurosa adoptando un punto de vista creativo y crítico a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee con autonomía obras relevantes de la literatura poniéndolas en relación con su contexto sociohistórico de producción, con la tradición literaria anterior y posterior y examinando la huella de su legado en la actualidad, para construir y compartir su propia interpretación argumentada de las obras, crear y recrear obras de intención literaria y conformar progresivamente un mapa cultural.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando y rechazando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

**Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.**
**Descriptorios operativos:**

CPSAA1.1. Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.

CPSAA1.2. Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida.

CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.

CPSAA3.1. Muestra sensibilidad hacia las emociones y experiencias de los demás, siendo consciente de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia.

CPSAA3.2. Distribuye en un grupo las tareas, recursos y responsabilidades de manera ecuánime, según sus objetivos, favoreciendo un enfoque sistémico para contribuir a la consecución de objetivos compartidos.

CPSAA4. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.

CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.

**Competencia clave: Competencia digital.**
**Descriptorios operativos:**

CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla posteriormente.

CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales de forma individual o colectiva, aplicando medidas de seguridad y respetando, en todo momento, los derechos de autoría digital para ampliar sus recursos y generar nuevo conocimiento.

CD3. Selecciona, configura y utiliza dispositivos digitales, herramientas, aplicaciones y servicios en línea y los incorpora en su entorno personal de aprendizaje digital para comunicarse, trabajar colaborativamente y compartir información, gestionando de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red y ejerciendo una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla soluciones tecnológicas innovadoras y sostenibles para dar respuesta a necesidades concretas, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

**Competencia clave: Competencia emprendedora.**

**Descriptorios operativos:**

CE1. Evalúa necesidades y oportunidades y afronta retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico con proyección profesional emprendedora.

CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.

CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.

**10. Competencias específicas:**

**Denominación**

EDFI.1.1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

EDFI.1.2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

EDFI.1.3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

EDFI.1.4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.

EDFI.1.5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

**11. Criterios de evaluación:**

**Competencia específica: EDFI.1.1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.**

**Criterios de evaluación:**

EDFI.1.1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física, partiendo de la evaluación del estado inicial, dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud y la calidad de vida, aplicando los diferentes sistemas y métodos de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EDFI.1.1.2. Incorporar de forma autónoma y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices y el descanso adecuado, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales relacionados con los distintos campos de la actividad física, deporte y recreación. Todo ello, teniendo en cuenta la seguridad física y afectiva como aspecto importante.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EDFI.1.1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EDFI.1.1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud. Todo ello, aplicando con autonomía e independencia criterios de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EDFI.1.1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.

**Método de calificación: Media aritmética.**

**Competencia específica: EDFI.1.2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.**

**Criterios de evaluación:**

EDFI.1.2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, previo análisis de lo que le ofrecen tanto su centro escolar como las instituciones o entorno que les rodea, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EDFI.1.2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión, control y éxito, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EDFI.1.2.3. Identificar, analizar de manera crítica y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.

**Método de calificación: Media aritmética.**

**Competencia específica: EDFI.1.3.Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.**

**Criterios de evaluación:**

EDFI.1.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo, empatía y asertividad al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EDFI.1.3.2.Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y representaciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EDFI.1.3.3.Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes, teniendo en cuenta las aficiones, posibilidades y limitaciones, hábitos e intereses de sus compañeros y compañeras durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.

**Método de calificación: Media aritmética.**

**Competencia específica: EDFI.1.4.Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.**

**Criterios de evaluación:**

EDFI.1.4.1.Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su análisis crítico y comparativo entre su evolución actual y la expresada en las diversas culturas a lo largo de los tiempos y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EDFI.1.4.2.Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, utilizando la música como recurso pedagógico, didáctico y transmisor sociocultural, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.

**Método de calificación: Media aritmética.**

**Competencia específica: EDFI.1.5.Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.**

**Criterios de evaluación:**

EDFI.1.5.1.Promover, organizar y participar en actividades físico-deportivas en entornos urbanos, naturales terrestres o acuáticos, interactuando en el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. Todo ello, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en las que se desarrollen, demostrando una actitud activa en la conservación y mejora del medio natural y urbano.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EDFI.1.5.2.Practicar, participar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

**Método de calificación: Media aritmética.**

## 12. Sáberes básicos:

### A. Vida activa y saludable.

1. Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Generar experiencias positivas de la práctica de la actividad física que logren consolidar un estilo de vida saludable. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos en función del tipo y las características de la actividad física. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física y la gestión de la actividad física. Métodos y medidas para la corrección, fortalecimiento y estiramientos de dolores musculares. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).
2. Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Análisis de los hábitos sociales positivos para la salud tales como la alimentación adecuada, descanso, estilo de vida activo, y reflexión crítica sobre los hábitos sociales negativos para la salud, como sedentarismo, drogadicción, tabaquismo o alcoholismo, entre otros. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales de ambos géneros.
3. Salud mental: técnicas de respiración, reajuste postural, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación. Trabajo de la autoestima y el autoconcepto, favoreciendo la autosuperación y potenciando al máximo sus posibilidades motrices, con relación al carácter propedéutico del curso. Estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.

### B. Organización y gestión de la actividad física.

1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte o disciplina, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares.
2. Concreción de medidas y pautas de higiene en función de los contextos de práctica de actividad física y deportiva. Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.
3. Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar. Participación en actividades deportivas de voluntariado.
4. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios preparatorios, preventivos y compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.
5. Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares: maniobra de Heimlich, señales de ictus, limpiar una herida, detener una hemorragia, aplicar frío o calor, y aplicar técnicas básicas de vendaje y masaje. Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).
6. Protocolos ante alertas escolares.

### C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

1. Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas, ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.
3. Planificación, control y evaluación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.

4. Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses. Organización, desarrollo y participación en eventos físico-deportivos relacionados con dichas actividades. Deportes y actividades individuales (a seleccionar entre atletismo, ciclismo urbano, gimnasia, malabares, monopatines, patinaje u otros). Deportes de bate y campo (a seleccionar entre béisbol, Kickball, rounders, softball u otros). Deportes y actividades de blanco y diana (a seleccionar entre boccia, bolos, chito, golf, minigolf, petanca, u otros). Deportes y actividades de combate (a seleccionar entre lucha, judo, karate, kickboxing, artes marciales mixtas, taekwondo, u otros). Deportes de invasión (a seleccionar entre baloncesto, balonkorf, balonmano, colpbol, fútbol, fútbol gaélico, hockey, netball, rugby, rugby tag, touch rugby, ultimate, unihockey, vórtbal, u otros). Deportes de red y muro (a seleccionar entre bádminton, bossaball, faustball, frontenis, futvoley, mini tenis, pádel, palas, paladós, pickleball, voleibol, u otros).

5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

#### **D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

1. Gestión del éxito, análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.

2. Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

3. Análisis crítico del deporte como fenómeno social y cultural y de su repercusión en los medios de comunicación. Deportes adaptados.

4. Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.

5. Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.

6. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas y LGTBIfóbicas).

#### **E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

1. Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.

2. Técnicas específicas de expresión corporal, tanto individuales como colectivas: danzas y bailes tradicionales y urbanos, bailes de salón, técnicas de dramatización, etc.

3. Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.

4. Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito artístico-expresivo: a nivel mundial, nacional y andaluz. Influencia de las redes sociales.

5. Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.

6. Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte en los diferentes ámbitos: docencia, gestión, rendimiento y recreación.

#### **F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

1. Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.

2. Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, espacios, usos y necesidades. Aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad relacionados con el entorno, los materiales, las condiciones atmosféricas, etc.

3. Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad: uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad, conservación y mantenimiento o similares.

4. Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.

5. Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física: acampada, ciclismo urbano, escalada, orientación, parkour, rápel, senderismo, etc. Diseño, organización y desarrollo de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios.

6. Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

**13. Vinculación de las competencias específicas con las competencias clave:**

|          | CC1 | CC2 | CC3 | CC4 | CD1 | CD2 | CD3 | CD4 | CD5 | CE1 | CE2 | CE3 | CCL1 | CCL2 | CCL3 | CCL4 | CCL5 | CCEC1 | CCEC2 | CCEC3.1 | CCEC3.2 | CCEC4.1 | CCEC4.2 | STEM1 | STEM2 | STEM3 | STEM4 | STEM5 | CPSAA1.1 | CPSAA1.2 | CPSAA2 | CPSAA3.1 | CPSAA3.2 | CPSAA4 | CPSAA5 | CP1 | CP2 | CP3 |  |  |  |
|----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|------|------|------|-------|-------|---------|---------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|-------|----------|----------|--------|----------|----------|--------|--------|-----|-----|-----|--|--|--|
| EDFI.1.1 |     |     |     |     | X   |     |     | X   |     |     |     | X   |      |      |      |      |      |       |       |         |         |         |         |       | X     |       |       | X     | X        | X        |        |          |          |        |        | X   |     |     |  |  |  |
| EDFI.1.2 |     |     |     |     |     |     |     |     |     | X   | X   |     |      |      |      |      |      |       |       |         |         |         |         |       |       |       |       |       | X        | X        |        |          |          |        |        |     |     |     |  |  |  |
| EDFI.1.3 |     |     | X   |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |      |      | X    |       |       |         |         |         |         |       |       |       |       | X     | X        | X        |        |          |          |        |        | X   |     |     |  |  |  |
| EDFI.1.4 | X   |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |      |      |      | X     |       |         |         |         |         |       |       |       | X     | X     | X        |          |        |          |          |        |        |     |     |     |  |  |  |
| EDFI.1.5 |     |     |     | X   |     |     |     |     | X   |     |     |     |      |      |      |      |      |       |       |         |         |         |         |       |       |       | X     | X     | X        | X        |        |          |          |        |        |     |     |     |  |  |  |

| <b>Leyenda competencias clave</b> |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Código</b>                     | <b>Descripción</b>  |
| CC                                | Competencia ciudadana.  |
| CD                                | Competencia digital.  |
| CE                                | Competencia emprendedora.   |
| CCL                               | Competencia en comunicación lingüística.                                  |
| CCEC                              | Competencia en conciencia y expresión culturales.                         |
| STEM                              | Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería. |
| CPSAA                             | Competencia personal, social y de aprender a aprender.                    |
| CP                                | Competencia plurilingüe.  |