

# PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

## 2023/2024

<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>1</b>
Contexto normativo general	1
Contexto del centro educativo	2
Organización por departamentos	2
Perfil de salida	3
<b>ORGANIZACIÓN DE LA MATERIA</b>	<b>5</b>
Responsables	5
Contexto normativo específico de la materia	5
Objetivos	5
Contenidos, criterios de evaluación y competencias	5
Temporalización	12
Metodología y recursos didácticos	14
Procedimientos e instrumentos de evaluación	15
Criterios de calificación	16
Medidas de apoyo y/o refuerzo educativo	25
Atención a la diversidad	26
Sistema de recuperación de materias pendientes	26
Criterios para la repetición de exámenes	27
Criterio ortográfico	27
Actividades complementarias y extraescolares	28
Plan lector	28

# INTRODUCCIÓN

## Contexto normativo general

La presente programación didáctica se inscribe dentro del siguiente marco legal tanto a nivel estatal como autonómico:

- 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 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria
- Decreto 65/2022, de 20 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria (BOCM de 26 de julio)
- Resolución del 11 de mayo de 2022, del Director General de Universidades y Enseñanzas Artísticas Superiores, por la que se establecen medidas y adaptaciones para los alumnos con dislexia en las pruebas de evaluación para el acceso a la Universidad
- Decreto 32/2019, de 9 de abril, por el que se establece el marco regulador de las Normas de Convivencia en los Centros Docentes de la Comunidad de Madrid
- Decreto 60/2020, de 29 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se modifica el Decreto 32/2019, de 9 de abril, del Consejo de Gobierno, por el que se establece el Marco Regulador de la Convivencia en los Centros Docentes de la Comunidad de Madrid
- Orden 1712/2023, de 19 de mayo, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en la Educación Secundaria Obligatoria
- Decreto 23/2023, de 22 de marzo, del Consejo de Gobierno, por el que se regula la atención educativa a las diferencias individuales del alumnado en la Comunidad de Madrid
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación
- Orden de 28 de agosto de 1995 por la que se regula el procedimiento para garantizar el derecho de los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria y de Bachillerato a que su rendimiento escolar sea evaluado conforme a criterios objetivos
- Real Decreto 732/1.995 de 5 de mayo, sobre Derechos y Deberes de los alumnos/as
- Ley Orgánica 8/1985, de 3 de julio, Reguladora del Derecho a la Educación

- Derechos y deberes de los funcionarios docentes (Ley 30/1984 de 2 de agosto de medidas para la reforma de la función pública)
- Constitución Española (Artículo 27)

## Contexto del centro educativo

El CEIPSO El Encinar se encuentra ubicado en Torrelodones, municipio de 22 km<sup>2</sup>, situado a unos 30 km al Noroeste de Madrid, al pie de la sierra de Guadarrama y a unos 850m de altitud. Cuenta con buenas vías de comunicación tanto por carretera como por ferrocarril. Dentro del término municipal de Torrelodones está situado en la zona conocida con el topónimo de “Las Chimeneas” o “Los Bomberos”.

Se imparten enseñanzas de tres etapas educativas diferentes: infantil, primaria y secundaria, y se desarrolla el Programa Bilingüe de la Comunidad de Madrid.

El centro consta de seis edificios: Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria, cocina y comedor, gimnasio y biblioteca.

El alumnado procede de todo el ámbito municipal, representando un bajo porcentaje la población escolar de ascendencia extranjera. Un número pequeño de alumnos proceden de municipios colindantes tales como Colmenarejo, Galapagar u Hoyo de Manzanares.

Es un centro de escolarización preferente de alumnado con dificultades motóricas y con Trastorno Generalizado del Desarrollo. El Centro cuenta con un Plan de Atención a la diversidad en el que se recogen todas las medidas, tanto ordinarias como extraordinarias para atender a los alumnos en toda su diversidad, estas medidas abarcan tanto desdobles como refuerzos educativos o apoyos de los alumnos con necesidades transitorias o permanentes.

## Organización por departamentos

Debido a las particularidades del centro y al número de profesores que imparten cada asignatura, las materias se organizan por departamentos. La relación de los mismos con sus responsables es la siguiente:

- Ámbito científico-tecnológico - Ainara Díaz Aldecoa
- Ámbito lingüístico - Sofía García Tena
- Ámbito sociohumanístico - Isaac Bayón Juan
- Ámbito de educación física - Sergio Santos Sampedro
- Orientación - Marta Castaño Blázquez

## Perfil de salida

De conformidad con el artículo 7 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente

los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

Se quiere garantizar que todo alumno o alumna que supere con éxito la enseñanza básica y, por tanto, alcance el Perfil de salida sepa activar los aprendizajes adquiridos para responder a los principales desafíos a los que deberá hacer frente a lo largo de su vida:

- Desarrollar una actitud responsable a partir de la toma de conciencia de la degradación del medio ambiente y del maltrato animal basada en el conocimiento de las causas que los provocan, agravan o mejoran, desde una visión sistémica, tanto local como global.
- Identificar los diferentes aspectos relacionados con el consumo responsable, valorando sus repercusiones sobre el bien individual y el común, juzgando críticamente las necesidades y los excesos y ejerciendo un control social frente a la vulneración de sus derechos.
- Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella, asumiendo la responsabilidad personal y social en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas, así como en la promoción de la salud pública.
- Desarrollar un espíritu crítico, empático y proactivo para detectar situaciones de inequidad y exclusión a partir de la comprensión de las causas complejas que las originan.
- Entender los conflictos como elementos connaturales a la vida en sociedad que deben resolverse de manera pacífica.
- Analizar de manera crítica y aprovechar las oportunidades de todo tipo que ofrece la sociedad actual, en particular las de la cultura en la era digital, evaluando sus beneficios y riesgos y haciendo un uso ético y responsable que contribuya a la mejora de la calidad de vida personal y colectiva.
- Aceptar la incertidumbre como una oportunidad para articular respuestas más creativas, aprendiendo a manejar la ansiedad que puede llevar aparejada.
- Cooperar y convivir en sociedades abiertas y cambiantes, valorando la diversidad personal y cultural como fuente de riqueza e interesándose por otras lenguas y culturas.
- Sentirse parte de un proyecto colectivo, tanto en el ámbito local como en el global, desarrollando empatía y generosidad.

- Desarrollar las habilidades que le permitan seguir aprendiendo a lo largo de la vida, desde la confianza en el conocimiento como motor del desarrollo y la valoración crítica de los riesgos y beneficios de este último.

## ORGANIZACIÓN DE LA MATERIA

### Responsables

Relación de profesores y asignaturas:

- Sergio Santos Sampedro
  - Educación Física 3º ESO
  - Educación Física 4º ESO
  - Deporte 1º ESO
  - Deporte 3º ESO
  - Deporte 4º ESO
- Natalia Díez Martínez
  - Educación Física 1º ESO
  - Educación Física 2º ESO
  - Educación Física 4º ESO
  - Deporte 2º ESO
  - Deporte 4º ESO

### Contexto normativo específico de la materia

La legislación que regula el currículo de la asignatura de Educación Física para la Comunidad de Madrid es:

- Decreto 65/2022, del 20 de julio / [Enlace](#)

### Objetivos

Los objetivos generales de la etapa ya han sido citados previamente en la Introducción de la presente programación, en el apartado “perfil de salida”. De los objetivos citados, el que guarda más relación con nuestra materia, la Educación Física, es indudablemente el objetivo “K”, pues hace mención directa al nombre de la asignatura. Sin embargo, desde el área de Educación Física se debe hacer hincapié en la importancia de todos y cada uno de ellos y por tanto, se debe intentar contribuir en la medida de lo posible a la consecución de todos los Objetivos Generales de Etapa.

### Contenidos, criterios de evaluación y competencias

Las competencias clave definidas por la LOMLOE son las siguientes:

- Comunicación lingüística
- Plurilingüe
- Matemática y en ciencia y tecnología (STEM)
- Digital

- Personal, social y de aprender a aprender
- Ciudadana
- Emprendedora
- Conciencia y expresión culturales

Por otro lado, las **competencias específicas** que se establecen para la asignatura de Educación Física son:

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto entre participantes y las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones
4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.
5. Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable aplicando medidas de seguridad en la práctica físico-deportiva según el entorno, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

## 1ºESO

De acuerdo al decreto 65/2022 los **criterios de evaluación** se establecen en base a las competencias específicas. De esta manera para el curso de 1ºESO se tienen los siguientes:

1. Competencia específica 1.
  - 1.1. Establecer secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.
  - 1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices.
  - 1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la

- práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.
- 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física y deportiva, aplicando medidas rudimentarias de primeros auxilios.
  - 1.5. Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.
  - 1.6. Conocer y explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.
2. Competencia específica 2.
    - 2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.
    - 2.2. Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación
    - 2.3. Demostrar interés por la adquisición de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.
  3. Competencia específica 3.
    - 3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.
    - 3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.
    - 3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.
  4. Competencia específica 4.
    - 4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.
    - 4.2. Diferenciar objetivamente las distintas actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos.
    - 4.3. Participar activamente en la representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.

5. Competencia específica 5.
  - 5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.
  - 5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, identificando las normas de seguridad individuales y colectivas necesarias para disfrutar de una práctica segura.

## **2ºESO**

De la misma forma, los **criterios de evaluación** que se establecen para el curso de 2ºESO son:

1. Competencia específica 1.
  - 1.1. Fijar y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, partiendo de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.
  - 1.2. Incorporar progresivamente y con autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.
  - 1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.
  - 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física y deportiva, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.
  - 1.5. Analizar y valorar de manera crítica la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos
  - 1.6. Emplear recursos y aplicaciones digitales variados, reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.
  
2. Competencia específica 2.
  - 2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.
  - 2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación de los compañeros y de la persona oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.
  - 2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa,

haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

3. Competencia específica 3.

3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

3.3. Emplear con autonomía habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.

4. Competencia específica 4.

4.1. Organizar y gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico- expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

4.2. Clasificar y analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos.

4.3. Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.

5. Competencia específica 5.

5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible.

5.2. Practicar y colaborar en la organización de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

### 3ºESO

De la misma forma, los **criterios de evaluación** que se establecen para el curso de 3ºESO son:

1. Competencia específica 1.

1.1. Planificar la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.

1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad

- física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.
- 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.
  - 1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen cualquier estereotipo, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información basándose en criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.
  - 1.6. Planificar con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales, vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.
2. Competencia específica 2.
- 2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.
  - 2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.
  - 2.3. Evidenciar y movilizar estrategias de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.
3. Competencia específica 3.
- 3.1. Practicar y participar activamente en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.
  - 3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles.
  - 3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.
4. Competencia específica 4.
- 4.1. Comprender diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales.
  - 4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos.
  - 4.3. Participar en la elaboración y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramientas de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.

5. Competencia específica 5.
  - 5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.
  - 5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad, individuales y colectivas.

#### **4ºESO**

De la misma forma, los **criterios de evaluación**, que se establecen para el curso de 4ºESO son:

1. Competencia específica 1
  - 1.1. Estructurar de manera crítica y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.
  - 1.2. Desarrollar y ampliar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, incorporando como hábitos las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.
  - 1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.
  - 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios y de carácter complementario.
  - 1.5. Consolidar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información basándose en a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.
  - 1.6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando y controlando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.
2. Competencia específica 2
  - 2.1. Desarrollar activamente proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y garantizar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.
  - 2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y

aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.

2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.

### 3. Competencia específica 3

3.1. Practicar, participar y colaborar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

3.3. Interactuar de manera comprensiva, relacionándose y entendiéndose, con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices, con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.

### 4. Competencia específica 4

4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo.

4.2. Consolidar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos.

4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramientas de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.

### 5. Competencia específica 5

5.1. Intervenir y planificar actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

5.2. Diseñar, organizar y colaborar en la dirección de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

## Temporalización

Para la elección de las situaciones de aprendizaje a lo largo de todo el curso se han tenido en cuenta los contenidos o saberes básicos que vienen dados por ley (Decreto 65/2022), así como las competencias específicas y criterios de evaluación, para aportar contenidos

que puedan ser complementarios. En cuanto a los criterios de distribución de las situaciones de aprendizaje a lo largo del curso escolar, se ha hecho acorde a los principios de progresión, continuidad o variedad, además de tener en cuenta factores importantes como la climatología o la coordinación con otros profesores de Educación Física tanto de primaria y secundaria, de cara a la disponibilidad de interiores o exteriores en función del día y la hora de la semana.

La temporalización de las situaciones de aprendizaje es la siguiente:

## **1º ESO**

Primer trimestre:

34-35 sesiones del 7 de septiembre al 11 de diciembre

- Desafíos Físicos Cooperativos
- Condición Física
- Calentamiento
- Combas
- Colpbol
- Hockey

Segundo trimestre:

29-30 sesiones del 18 de diciembre al 14 de marzo

- Condición física y yoga
- Nutrición
- Bottlebol
- Atletismo
- Mimo
- Senderismo
- Malabares

Tercer trimestre:

26-27 sesiones del 2 de abril al 11 de junio

- Condición física
- Bádminton
- Danza
- Pinfuvote
- Primeros Auxilios
- Seguridad Vial y Ciclismo
- Medio natural: senderismo

## **2ºESO**

Primer trimestre:

33-35 sesiones del 7 de septiembre al 11 de diciembre.

- Desafíos Físicos cooperativos
- Condición Física
- Habilidades gimnásticas
- Calentamiento
- Futvoley
- Judo

Segundo trimestre:

28-29 sesiones del 18 de diciembre al 14 de marzo.

- Combas
- Pinfuvote
- Acrosport
- Condición Física
- Ultimate
- Trastornos alimenticios

Tercer trimestre:

26-27 sesiones del 2 de abril al 11 de junio.

- Primeros Auxilios
- Parkour
- Yoga
- Fútbol Galeico
- Condición Física
- Deporte alternativo

### **3ºESO**

Primer trimestre:

33-35 sesiones del 7 de septiembre al 11 de diciembre.

- Fuerza
- Resistencia
- Atletismo: Relevos, salto de longitud y lanzamiento de peso
- Ultimate Frisbee
- Pickleball
- Alimentación

Segundo trimestre:

28-29 sesiones del 18 de diciembre al 14 de marzo.

- Condición Física
- Velocidad
- Baloncesto
- Baile
- Calentamiento
- Actividades en el medio natural
- Suplementación y dopaje

Tercer trimestre:

26-27 sesiones del 2 de abril al 11 de junio.

- Condición Física
- Bádminton
- Kickball
- Calistenia
- Primeros Auxilios
- Deportes alternativos
- Teoría: evolución histórica del deporte

### **4ºESO**

Primer trimestre:

27-28 sesiones del 7 de septiembre al 11 de diciembre.

- Resistencia
- Fuerza
- Rugby-Tag
- Palas
- Alimentación

Segundo trimestre:

20-22 sesiones del 18 de diciembre al 14 de marzo

- Condición física: teoría del entrenamiento
- Voleibol
- Baile
- Escalada
- Teoría: deporte y género. Estereotipos

Tercer trimestre:

19-20 sesiones del 2 de abril al 11 de junio

- Condición física: diseño y planificación del entrenamiento
- Béisbol
- Fútbol
- Primeros auxilios
- Bádminton

## Metodología y recursos didácticos

En la búsqueda constante de una formación integral del alumno, se promueve el aprendizaje funcional que suponga un aprendizaje significativo en el propio alumno, tal y como remarca la actual Ley Educativa en varias ocasiones. Por tanto, el profesor actúa de mediador entre lo que se espera enseñar y lo que el alumno aprende. En esta mediación, el profesor tiene a su disponibilidad diferentes métodos y estilos de enseñanza, de los cuales deberá seleccionar los que considere más idóneos para su propósito.

Desde el departamento de Educación Física haremos especial hincapié en contenidos relacionados con la salud y la condición física, con la principal finalidad de que los alumnos adquieran un nivel de desarrollo físico y motor acorde a su edad. Con esto se pretende fomentar en ellos el gusto por la actividad física, los hábitos saludables y que esto repercuta en su bienestar físico, social y psíquico.

La enseñanza de la Educación Física debe sustentarse en una serie de disposiciones, las cuales se basan en las Teorías Constructivistas, donde se marcan las siguientes pautas:

- Se tendrán siempre presentes las propuestas de situaciones que refuercen las relaciones entre ejercicio físico y salud (entendiendo ésta en un sentido amplio, biológico, físico, psíquico y social).
- Favorecer hábitos saludables y positivos en los alumnos en lo referente a la práctica de actividad física, alimentación, descanso, relaciones sociales y con el entorno, seguridad, etc.
- Optimización del tiempo de clase adecuándose a la tarea y su duración.
- Plantear situaciones de carácter individual y resolución de problemas motrices próximos a la realidad social de la adolescencia.

- Cuando sea necesario se configurarán grupos dentro de la clase para el tratamiento de los diferentes niveles y ritmos de aprendizaje.
- Favorecer la comunicación y la participación.
- Uso variado de materiales y recursos fomentando su cuidado y mantenimiento. Aprender a compartir los espacios comunes con el resto de compañeros así como con el alumnado y profesorado perteneciente a infantil y primaria.
- Valorar el proceso por encima del resultado final. El conocimiento de los resultados será: inmediato (información de los errores), motivador, relacionando causa- efecto (explicando el motivo del error).
- Las estrategias de enseñanza serán globales o analíticas en función de la dificultad de las actividades y del nivel del alumno en las mismas, teniendo muy en cuenta las experiencias previas, las discriminaciones de género, habilidad, etc. Debe primar la reflexión y autonomía del alumno, dejando la instrucción directa para tareas más específicas y puntuales.
- Se pondrá especial énfasis en el uso de las nuevas tecnologías como elemento clave en la realización de actividades interactivas con los alumnos. El **Aula Virtual** será la vía de comunicación alumno-profesor. Además, es imprescindible el uso del ordenador, tabletas y aplicaciones móviles no sólo como herramientas de investigación y búsqueda de información sino como herramientas de trabajo diario. Se enseñará al alumnado a hacer un uso seguro y responsable de internet y de los recursos tecnológicos del centro.

Como recursos espaciales contamos con un gimnasio, dos pistas exteriores polideportivas y una pequeña sala de usos múltiples con espejos en el edificio de primaria. Se pondrá especial atención al uso de espacios y al reparto de los mismos junto con los compañeros de Educación Física en la etapa de primaria. Se ha procurado que cada grupo de secundaria tenga al menos 1 sesión en gimnasio, siendo las otras 2 sesiones en exteriores. Para 4ºESO se realizará una sesión en gimnasio y otra en exterior.

El centro dispone de un aula de informática con ordenadores para alumnos y uno para el profesor, conectados en red, escáner, impresora láser, impresora de chorro de tinta, una webcam. Se realizará, en función de la disponibilidad del aula, alguna práctica al trimestre en el aula de informática utilizando herramientas web específicas del ámbito deportivo. Así mismo, existe conexión WiFi en el Centro, lo que permite el uso Internet como recurso informático de primer nivel y nueva herramienta para los alumnos de cara a la búsqueda de información. También se dispone de dispositivos móviles compartidos tipo iPad, los cuales se utilizarán no solo para la búsqueda y presentación de información, sino como parte del trabajo práctico diario a través de diferentes aplicaciones específicas.

A su vez, se utilizará el **Aula Virtual** de la Comunidad de Madrid para proporcionar al alumnado un soporte didáctico teórico de los contenidos explicados en las clases presenciales en diversos formatos, así como medio de entrega de tareas. Cabe recordar que todos los profesores están obligados al uso del Aula Virtual para cada una de las materias, siendo por tanto, la vía de comunicación digital entre alumno y profesor. Así pues, cualquier entrega de trabajos de forma digital, será realizada obligatoriamente a través de este recurso.

## Procedimientos e instrumentos de evaluación

Con el objetivo de garantizar la objetividad de la evaluación, se seleccionarán procedimientos, técnicas e instrumentos de acuerdo a los siguientes requisitos:

- Variedad, de modo que permitan contrastar datos de evaluación obtenidos a través de distintos instrumentos
- Concreción sobre lo que se pretende, sin introducir variables que distorsionen los datos que se obtengan con su aplicación.
- Flexibilidad y versatilidad, serán aplicables en distintos contextos y situaciones.
- Participación, el consenso en todos estos aspectos básicos marcará la estrategia evaluadora del equipo docente.

Si clasificamos los criterios de evaluación podemos distinguir 3 tipos: conceptual, procedimental y actitudinal. En la materia de Educación Física al ser eminentemente práctica, priman los de tipo procedimental y por tanto tendrán un mayor peso en nuestra evaluación. Aún así no podemos descuidar los conocimientos teóricos (reglamentos, sistema muscular, nutrición, primeros auxilios, etc.) así como la actitud (entendida esta como el respeto a las reglas, compañeros y rivales, ética deportiva, cuidado del material, saber ganar y perder, interés por participar y mejorar, etc.). Los instrumentos utilizados a lo largo del curso serán:

- Procedimental: Test para valorar la condición física, pruebas de habilidades técnicas físico-deportivas desarrolladas en circuitos, presentación de montajes artístico-expresivos grupales, fichas de ejercicios y actividades, valoración subjetiva en situaciones de juego real o modificado mediante observación directa, rúbricas, cuaderno del alumno, etc.
- Conceptual: para valorar los contenidos de tipo teórico se realizarán exámenes así como la realización de trabajos teóricos que se subirán al Aula Virtual. Estos trabajos pueden requerir a su vez una presentación oral o una demostración práctica del mismo. Realización de reflexiones, debates y críticas personales.
- Actitudinal: Cuaderno del profesor. Observación directa sobre participación activa, actitud y el comportamiento del alumno en el aula, recogido en listas de control y registros anecdóticos. También se tendrán en cuenta aspectos como el respeto a los compañeros, al profesor, al material y a las reglas, llevar vestimenta y calzado adecuado y la asistencia regular a clase.

Si bien la nueva legislación incide sobremanera en que la actitud en clase no se evalúa, si no que se corrige, no podemos obviar que hay criterios de evaluación que hacen mención específica al interés en la adquisición de habilidades, participación en actividades físico-deportivas, etc. Este tipo de criterios guardan inevitablemente relación con la actitud del alumnado en las clases.

Por último, mencionar que los alumnos harán uso de la autoevaluación y la coevaluación a modo de reflexión personal utilizando el Aula Virtual o valorando su nivel de condición física o de destreza motriz de acuerdo a parámetros objetivos.

## Criterios de calificación

Los criterios de calificación han de ser conocidos por los alumnos, ya que de este modo se mejora el proceso de enseñanza-aprendizaje. El alumno debe saber qué se espera de él y cómo se le va a evaluar; solo así podrá hacer el esfuerzo necesario en la dirección adecuada para alcanzar los objetivos propuestos.

La nueva ley educativa incide en la importancia de las competencias clave acorde a la recomendación del Consejo de la Unión Europea para el aprendizaje permanente, y teniendo en cuenta además los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030. La enseñanza de las competencias claves es fundamental para que los alumnos consigan un pleno desarrollo individual, social y profesional en un mundo marcado por la globalización, la tecnificación y el cambio constante.

Los criterios de calificación están vinculados a las competencias específicas y sus respectivos criterios de evaluación. Así mismo, las competencias específicas están relacionadas con las competencias clave a través de los descriptores operativos. Teniendo en cuenta todo esto, desde el departamento de Educación Física se ha decidido ponderar los criterios de evaluación para que de esta forma, cada alumno pueda obtener una calificación correspondiente a cada una de las 5 competencias específicas de la asignatura. Esto, no solo va acorde a las directrices europeas de evaluar por competencias sino que además resulta de utilidad para saber en qué competencia específica está fallando o destacando un alumno para proponer actividades de refuerzo, recuperación o profundización.

A su vez, basándonos en “las orientaciones para la elaboración de las programaciones didácticas” establecidas para la Comunidad de Madrid, los instrumentos de evaluación llevan un porcentaje asignado. Este porcentaje irá en función del número de criterios de evaluación valorados en dicho instrumento.

En nuestro departamento se ha decidido ponderar cada criterio de evaluación en base a “1”. Hay criterios que son susceptibles de ser trabajados varias veces a lo largo del curso, y en cambio otros solo se trabajan en situaciones de aprendizaje concretas. Esto determinará el valor real de cada criterio a lo largo del curso. El porcentaje en la calificación de un instrumento de evaluación viene determinado por el número de criterios de evaluación que valora dicho instrumento.

Así pues, para **1º de ESO**, en cada uno de los trimestres se calificará de la siguiente forma:

**Primer trimestre:**

Situación de aprendizaje	Instrumentos de evaluación (Criterios de evaluación)	Valor (%) del instrumento de evaluación en la nota trimestral	Valor (%) de la UD en el trimestre.
Condición Física	Test de condición Física (1.1, 1.5, 1.6)	18,75	<b>18,75%</b>
Desafíos Físicos cooperativos	Autoevaluación Lista de control (2.1.)	6,25%	<b>6,25%</b>
Combas	Lista de control combas individual y grupal (2.1,2.3)	12,5%	<b>18,75%</b>
	Rúbrica coreografía (4.3)	6,25%	
Colpbol	Registro anecdótico (3.2.)	6,25%	<b>18,75%</b>
	Rúbrica técnico-táctica (2.2., 2.3.)	12,5%	
Calentamiento	Rúbrica de calentamiento (1.3., 1.2)	12,5%	<b>12,5%</b>
Hockey	Cuestionario aula virtual (Hockey y colpbol ) (4.2.)	6,25%	<b>25%</b>
	Rúbrica técnico-táctica (2.2., 2.3, 3.1)	18,75%	

**Segundo trimestre:**

Situación de aprendizaje	Instrumentos de evaluación (Criterios de evaluación)	Valor (%) del instrumento de evaluación en la nota trimestral	Valor (%) de la UD en el trimestre.
Condición Física y yoga	Test de condición física (1.1.)	6,25%	<b>18,75%</b>
	Trabajo de flexibilidad a través del yoga (1.2., 1.6..)	12,5%	
Nutrición	Trabajo teórico de nutrición (1.2, 1.6)	12,5%	<b>12,5%</b>
Bottlebol	Rúbrica técnico-táctica (5.1, 3.1, 3.2)	18,75%	<b>18,75%</b>
Atletismo	Coevaluación rúbrica atletismo (2.1, 2.2)	12,5%	<b>18,75%</b>
	Cuestionario aula virtual (4.2)	6,25%	
Mimo	Composiciones coreográficas (3.3, 4.1, 4.3)	18,75%	<b>18,75%</b>
Senderismo	Registro anecdótico (5.1)	6,25%	<b>6,25%</b>
Malabares	Autoevaluación lista de control (2.3)	6,25%	<b>6,25%</b>

**Tercer trimestre:**

Situación de aprendizaje	Instrumentos de evaluación (Criterios de evaluación)	Valor (%) del instrumento de evaluación en la nota trimestral	Valor (%) de la UD en el trimestre.
Bádminton	Rúbrica técnico-táctica (2.3, 3.2, 3.3)	18,75%	<b>18,75%</b>
Condición Física	Cuestionario y reflexión sobre CFB (4.2, 1.5, 1.6)	18,75%	<b>25%</b>
	Pruebas finales de condición física (1.2)	6,25%	
Danza	Composición coreográfica (4.1, 4.3, 3.3)	18,75%	<b>18,75%</b>
Pinfuvote	Rúbrica técnico-táctica (2.2, 3.1, 3.2.)	18,75%	<b>18,75%</b>
Primeros Auxilios	Rúbrica role-playing (1.4., 3.3.)	12,5	<b>12,5%</b>
Seguridad Vial y ciclismo	Cuestionario aula virtual (5.2.)	6.25%	<b>6,25%</b>

Para cada trimestre en la evaluación final

Trimestre	nº de criterios de evaluación trabajados	% valor en la calificación final
Primer trimestre	16	<b>32%</b>
Segundo trimestre	16	<b>32%</b>
Tercer trimestre	18	<b>36%</b>

Para **2ºESO** la calificación se realizará de la siguiente manera:

**Primer trimestre:**

Situación de aprendizaje	Instrumentos de evaluación (Criterios de evaluación)	Valor (%) del instrumento de evaluación en la nota trimestral	Valor (%) de la UD en el trimestre.
Condición Física	Test de condición Física (1.1)	7,14%	<b>21,42%</b>
	Rúbrica práctica Condición Física General (3.1, 3.2)	14,28%	
Desafíos Físicos cooperativos	Autoevaluación Lista de control (2.1.)	7,14%	<b>7,14%</b>
Habilidades gimnásticas	Rúbrica habilidades gimnásticas (4.3, 2.3)	14,28%	<b>14,28%</b>
Futvoley	Rúbrica técnico-táctica (2.2., 2.3, 3.3.)	21,42%	<b>21,42%</b>
Calentamiento	Rúbrica de calentamiento (1.3., 1.2)	14,28%	<b>14,28%</b>

Judo	Cuestionario aula virtual (4.2.)	7,14%	<b>21,46%</b>
	Rúbrica técnica (2.1., 2.3)	14,32%	

### Segundo trimestre:

Situación de aprendizaje	Instrumentos de evaluación (Criterios de evaluación)	Valor (%) del instrumento de evaluación en la nota trimestral	Valor (%) de la UD en el trimestre.
Condición Física	Test de condición física (1.1, 1.3)	12,5%	<b>25%</b>
	Trabajo de Resistencia (1.5 1.6)	12,5%	
Ultimate	Rúbrica coevaluación (2.1, 2.2)	12,5%	<b>12,5%</b>
Combas	Lista de control combas individual y grupal (2.1,2.3)	12,5%	<b>18,75%</b>
	Rúbrica coreografía (4.3)	6,25%	
Pinfuvote	Rúbrica técnico-táctica (2.2, 3.1. 3.2)	18,75%	<b>18,75%</b>
Acrosport	Rúbrica composición (4.1, 4.3, 3.3)	18,75%	<b>18,75%</b>
Trastornos alimenticios	Trabajo teórico (1.2)	6,25%	<b>6,25%</b>

### Tercer trimestre:

Situación de aprendizaje	Instrumentos de evaluación (Criterios de evaluación)	Valor (%) del instrumento de evaluación en la nota trimestral	Valor (%) de la UD en el trimestre.
Primeros Auxilios	Rúbrica role-playing (1.4., 3.3.)	12,5%	<b>12,5%</b>
Parkour	Rúbrica circuito de parkour (5.1, 2.1, 2.3)	18,75%	<b>18,75%</b>
Yoga	Rúbrica vídeo yoga (1.6, 2.1)	12,5%	<b>12,5%</b>
Fútbol Galeico	Coevaluación (2.2, 3.1, 3.2.)	18,75%	<b>25%</b>
	Cuestionario aula virtual (4.2.)	6,25%	
Deporte alternativo	Registro anecdótico (5.2, 2.3, 3.3)	18,75%	<b>18,75%</b>
Condición Física	Test final pruebas físicas (1.2)	6,25%	<b>12,5%</b>
	Cuestionario aula virtual (4.2)	6,25%	

Peso de cada trimestre en la evaluación final

Trimestre	nº de criterios de evaluación trabajados	% valor en la calificación final
-----------	------------------------------------------	----------------------------------

Primer trimestre	14	<b>30,44%</b>
Segundo trimestre	16	<b>34,78%</b>
Tercer trimestre	16	<b>34,78%</b>

Ahora, en **3ºESO**, la calificación queda reflejada de la siguiente manera:

**Primer trimestre:**

Situación de aprendizaje	Instrumentos de evaluación (Criterios de evaluación)	Valor (%) del instrumento de evaluación en la nota trimestral	Valor (%) de la UD en el trimestre.
Condición Física	Evaluación inicial CFB (1.1.)	6,25%	<b>31,25%</b>
	Rúbrica trabajo Fuerza (1.2.)	6,25%	
	Entrenamientos Fuerza y Resistencia (1.1., 5.1.)	12,5%	
	Teoría del entrenamiento (4.1.)	6.25%	
Carrera vuelta al cole	Participación (4.1.)	6,25%	<b>6,25%</b>
Atletismo	Coevaluación Rúbrica salto longitud (2.3.)	6,25%	<b>12,5%</b>
	Rúbrica de peso, longitud y relevos (4.1)	6,25%	
Pickleball	Registro anecdótico (3.2.)	6,25%	<b>18,75%</b>
	Rúbrica técnico-táctica (2.2., 2.3.)	12,5%	
Nutrición	Rúbrica de trabajo (1.2., 1.6.)	12,5%	<b>12,5%</b>
Ultimate Frisbee	Registro anecdótico (3.1.)	6,25%	<b>18,75%</b>
	Rúbrica técnico-táctica (2.2., 3.2.)	12,5%	

**Segundo trimestre:**

Situación de aprendizaje	Instrumentos de evaluación (Criterios de evaluación)	Valor (%) del instrumento de evaluación en la nota trimestral	Valor (%) de la UD en el trimestre.
Calentamiento	Rúbrica organización y dirección del calentamiento (1.2., 1.3.)	12,5%	<b>12,5%</b>
Condición Física	Entrenamientos velocidad y flexibilidad (1.1.)	6,25%	<b>18,75%</b>
	Rúbrica apps CFB (1.2., 1.6..)	12,5%	
Baile	Rúbrica coreografía (1.6., 2.1., 4.3.)	18,75%	<b>18,75%</b>
Baloncesto	Rúbrica técnico-táctica (2.1., 2.2., 3.1.)	18,75%	<b>25%</b>

	Registro anecdótico (3.2.)	6,25%	
Evolución histórica del deporte	Rúbrica teórica (1.5., 4.2.)	12,5%	<b>12,5%</b>
Orientación en el Medio natural	Registro anecdótico (5.1., 5.2.)	12,5%	<b>12,5%</b>

### Tercer trimestre:

Situación de aprendizaje	Instrumentos de evaluación (Criterios de evaluación)	Valor (%) del instrumento de evaluación en la nota trimestral	Valor (%) de la UD en el trimestre.
Kickball	Rúbrica técnico-táctica (2.2., 3.3.)	11,11%	<b>16,66%</b>
	Registro anecdótico (5.1.)	5,55%	
Condición Física	Registro anecdótico (1.1., 1.6.)	11,11%	<b>16,66%</b>
	Pruebas finales de condición física (1.2)	5,55%	
Bádminton	Rúbrica técnico-táctica (2.2., 2.3.)	11,11%	<b>22,22%</b>
	Registro anecdótico (3.2., 3.3.)	11,11%	
Calistenia	Registro anecdótico (1.1., 5.1.)	11,11%	<b>22,22%</b>
	Rúbrica trabajo y exposición (2.1., 5.2.)	11,11%	
Primeros Auxilios	Rúbrica role-playing (1.3., 1.4.)	11,12%	<b>11,12%</b>
Deporte alternativo	Registro anecdótico (3.1., 3.3.)	11,12%	<b>11,12%</b>

### Peso de cada trimestre en la evaluación final

Trimestre	nº de criterios de evaluación trabajados	% valor en la calificación final
Primer trimestre	16	<b>32%</b>
Segundo trimestre	16	<b>32%</b>
Tercer trimestre	18	<b>36%</b>

Por último, para **4ºESO**, la calificación se llevará de la siguiente forma:

**Primer trimestre:**

Situación de aprendizaje	Instrumentos de evaluación (Criterios de evaluación)	Valor (%) del instrumento de evaluación en la nota trimestral	Valor (%) de la UD en el trimestre.
Condición Física	Evaluación inicial CFB (1.1.)	6,25%	<b>31,25%</b>
	Rúbrica trabajo Fuerza (1.2.)	6,25%	
	Entrenamientos Fuerza y Resistencia (1.1., 5.1.)	12,5%	
	Teoría del entrenamiento (4.1.)	6,25%	
Carrera vuelta al cole	Diseño y organización (5.2.)	6,25%	<b>6,25%</b>
Palas	Registro anecdótico (3.2.)	6,25%	<b>18,75%</b>
	Rúbrica técnico-táctica (2.2., 2.3.)	12,5%	
Nutrición	Rúbrica de trabajo (1.2., 1.5., 1.6.)	18,75%	<b>18,75%</b>
Rugby-Tag	Registro anecdótico (3.1., 3.2.)	12,5%	<b>25%</b>
	Rúbrica técnico-táctica (2.1., 2.2.)	12,5%	

**Segundo trimestre:**

Situación de aprendizaje	Instrumentos de evaluación (Criterios de evaluación)	Valor (%) del instrumento de evaluación en la nota trimestral	Valor (%) de la UD en el trimestre.
Condición Física	Entrenamientos velocidad y flexibilidad (1.1.)	6,25%	<b>25%</b>
	Rúbrica apps CFB (1.6., 4.1..)	12,5%	
	Test Resistencia (1.2.)	6,25%	
Baile	Rúbrica coreografía (1.6., 3.2., 4.3.)	18,75%	<b>18,75%</b>
Voleibol	Rúbrica técnico-táctica (2.1., 2.2., 2.3.)	18,75%	<b>31,25%</b>
	Registro anecdótico (3.1, 3.3..)	12,5%	
Suplementación y dopaje	Rúbrica teórica (1.5., 4.2.)	12,5%	<b>12,5%</b>
Escalada y orientación	Registro anecdótico (5.1., 5.2.)	12,5%	<b>12,5%</b>

### Tercer trimestre:

Situación de aprendizaje	Instrumentos de evaluación (Criterios de evaluación)	Valor (%) del instrumento de evaluación en la nota trimestral	Valor (%) de la UD en el trimestre.
Béisbol	Rúbrica técnico-táctica (2.2., 2.3.)	12,5%	25%
	Registro anecdótico (3.2., 3.3..)	12,5%	
Condición Física	Rúbrica diseño plan de entrenamiento (1.6., 5.2..)	12,5%	31,25%
	Pruebas finales de condición física (1.2)	6,25%	
	Registro anecdótico plan entrenamiento (1.1., 1.2.	12,5%	
Bádminton	Rúbrica técnico-táctica (2.2., 2.3.)	12,5%	18,75%
	Registro anecdótico (3.2.)	6,25%	
Fistball	Registro anecdótico (3.1.)	6,25%	12,5%
	Rúbrica técnico-táctica (2.2.)	6,25%	
Primeros Auxilios	Rúbrica role-playing (1.3., 1.4.)	12,5%	12,5%

### Peso de cada trimestre en la evaluación final

Trimestre	nº de criterios de evaluación trabajados	% valor en la calificación final
Primer trimestre	16	33,33%
Segundo trimestre	16	33,33%
Terce trimestre	16	33,33%

Si por alguna circunstancia y debido a las necesidades específicas de la materia en alguna evaluación no se pudiera calificar algún apartado, dichos porcentajes deberán ser recalculados. La evaluación final se calificará con la nota media ponderada de las tres evaluaciones parciales del curso.

En un principio puede parecer un sistema complejo de calificación, pero desde el departamento de Educación Física creemos firmemente que bajo la interpretación de la nueva ley educativa, así como el Decreto 65/2022 (que establece que cada competencia específica debe llevar asociada una nota) y las directrices dadas por la Comunidad de Madrid (donde cada instrumento de evaluación debe llevar asociados unos criterios de evaluación), esta es una de las formas más adecuadas de hacerlo.

Para reducir el grado de incertidumbre, es importante al comienzo de cada trimestre, que el alumno tenga claro qué contenidos se van a trabajar, cómo van a ser evaluados y su

correspondiente valor en la calificación. Para ello, tendrán un documento con los criterios de calificación de cada trimestre subidos al Aula Virtual de la asignatura.

## Medidas de apoyo y/o refuerzo educativo

Para aquellos alumnos que presenten dificultades a lo largo de alguna situación de aprendizaje o evaluación, se presentan las siguientes **medidas de refuerzo**:

- Actividades de refuerzo sobre los contenidos que se estén trabajando en la evaluación o situación de aprendizaje. Dentro o fuera del CEIPSO.
- Realización en la práctica de progresiones más sencillas, que impliquen un mayor número de secuencias auxiliares, para facilitar la asimilación de los nuevos contenidos.
- Modificación o cambio de algún material para favorecer el aprendizaje.
- Utilización de medios audiovisuales para facilitar en el alumno la observación de sus propias ejecuciones y poder reforzar la asimilación de aquellas actividades donde muestren mayores dificultades de aprendizaje.

En cuanto a las **medidas de recuperación entre evaluaciones**, mencionar que la calificación de las dos primeras evaluaciones son meramente informativas. Estas nos darán una idea de la evolución del alumno y de la adquisición o no de las competencias específicas. De entre las medidas de recuperación **si una evaluación es negativa (por debajo del 5)**, se encuentran:

- Se determinará qué debe recuperar y cómo en base a las competencias específicas con calificación negativa y/o los instrumentos de evaluación no superados.
- En caso de no haber sido evaluado de alguno de los instrumentos de evaluación empleados (por ejemplo en caso de ausencia), se le repetirá la aplicación del mismo si es posible (repetir test) o este se modificará según las circunstancias.

En Junio, antes de la evaluación final, y con las mismas premisas que las establecidas para las anteriores evaluaciones: realizar los test, exámenes teóricos, trabajos teóricos, ejercicios prácticos individuales, etc.

Por último, para los alumnos que precisen **actividades de profundización** por intereses concretos o por un ritmo de aprendizaje más rápido que el resto de los compañeros:

- Progresiones más complejas que impliquen un mayor nivel de dificultad.
- Proponer al alumno que en su tiempo libre realice actividades relacionadas con los contenidos trabajados durante el curso, trimestre o situación concreta. Proporcionar información, lecturas, videos, etc.
- Facilitar el acceso al uso del material en deportes o actividades específicas que lo requieran, así como el uso de las instalaciones siempre bajo supervisión de un profesor del departamento

## Atención a la diversidad

Las medidas generales que se llevarán a cabo a lo largo del curso son las siguientes:

- Coordinación con el equipo de orientación educativa y psicopedagógica.
- Ajuste de la programación a las características del grupo.
- Seguimiento de rutinas que ayuden a construir un espacio físico y emocional.
- Uso del lenguaje para favorecer un clima de confianza y respeto.
- Flexibilidad en las formas e instrumentos de trabajo.

Dentro de nuestra materia es importante también tener en cuenta al alumnado que por diversas circunstancias relacionadas con la salud como enfermedad o lesión, no puede realizar actividad física durante un tiempo determinado. En esos casos las medidas son las siguientes:

- Realización de trabajo teórico sobre el contenido que se está trabajando en clase.
- Dirigir partes de la sesión con actividades o propuestas de elaboración propia.
- Permitirle realizar determinadas actividades que su condición y el permiso médico y familiar le permita.

Por último destacar dos perfiles de alumnos:

- Alumno con asma: tener siempre consigo la medicación broncodilatadora y reducir la actividad en casos de catarro, climas secos y fríos, polinización excesiva o contaminación atmosférica.
- Alumno con diabetes: puede realizar ejercicio como el resto de sus compañeros. El centro cuenta con enfermera a la cual acude si sus niveles de insulina no son los adecuados. Se recomienda que tenga a mano alimentos altos en carbohidratos de acción rápida por si la glucemia descendiera mucho tras el ejercicio.

## Sistema de recuperación de materias pendientes

Los alumnos con asignaturas pendientes tendrán dos convocatorias.

- En la primera se convocan dos parciales. En caso de aprobar el primero se realizará el segundo y se aprobará la asignatura si la media de ambos es igual o superior a 5. En caso de suspender el primer parcial, se realizará un global en el mismo día que el segundo parcial
- En la segunda convocatoria se realizará un único examen global.

Además, por la propia naturaleza de la asignatura, la cual muestra una progresión continua a lo largo de toda la secundaria en la adquisición de las competencias específicas de la materia, si la evaluación continua de su aprendizaje durante el presente curso es positiva (mínimo 5 puntos sobre 10) en las dos primeras evaluaciones, el alumno/a recuperará automáticamente la materia pendiente. Es decir, se consideran actividades de recuperación todas las que tiene que realizar en el nivel en el que se ha matriculado en el presente curso, con independencia de las que su profesor de Educación Física del curso por recuperar le pueda planificar.

Por este motivo, el profesor que realizará el seguimiento del alumno con la materia pendiente, será su profesor de Educación Física actual, con independencia del curso que tenga pendiente y quien fuera su profesor. De esta forma el seguimiento será constante a lo

largo del curso, constatando en las dos primeras evaluación si el alumno está alcanzando las competencias específicas hasta ese momento trabajadas o si bien necesita actividades o tareas de refuerzo de cara a la realización de las pruebas teóricas y prácticas de las convocatorias oficiales definidas por el centro.

## Criterios para la repetición de exámenes

Por acuerdo común del centro en secundaria, en caso de ausencia en día de entrega o prueba/examen, la calificación de ella será 0, salvo que el alumno presente un justificante el primer día de su incorporación, en cuyo caso podrá acompañarlo de dicha entrega o realizar la prueba/examen el día siguiente.

## Criterio ortográfico

Se establece en el centro el siguiente criterio ortográfico común a todas las materias impartidas en Secundaria: se restará de la puntuación de las pruebas o trabajos escritos (en papel o formato digital) 0,1 puntos por cada falta de ortografía, y 0,1 puntos por cada tres tildes o puntuaciones ausentes o inadecuadas; esta penalización se realizará hasta un máximo de 0,5 puntos.

Quedan al margen las asignaturas de Lengua y Literatura castellana, Inglés y Francés, que tendrán sus propios criterios.

En el caso de los alumnos con dislexia, no tendrán penalización por las faltas recogidas en las tablas de la Resolución de 11 de mayo de 2022 (en la que se regula el criterio ortográfico de dislexia en la prueba de EVAU de la Comunidad de Madrid). La penalización máxima para el resto de faltas será del 50% del criterio correspondiente a cada asignatura.

## Actividades complementarias y extraescolares

Se consideran actividades complementarias las planificadas por los docentes que utilicen espacios o recursos diferentes al resto de actividades ordinarias del área, aunque precisen tiempo adicional del horario no lectivo para su realización. Las actividades planteadas para el curso 2023/24 para cada uno de los cuatro cursos son las siguientes:

### 1ºESO:

- Ruta de senderismo en colaboración con la asignatura de Biología.
- Carrera solidaria “La vuelta al cole”.
- Cross escolar de la Comunidad de Madrid.
- Cross escolar organizado por la ADS.
- Juegos Escolares de Torrelozón: Polideportivo y Pista de atletismo.
- Programas de Madrid Comunidad Deportiva y Madrid en la nieve.

### 2ºESO:

- Carrera solidaria “La vuelta al cole”.
- Práctica de escalada en rocódromo indoor.
- Cross escolar de la Comunidad de Madrid.

- Cross escolar organizado por la ADS.
- Juegos Escolares de Torrelodones: Polideportivo y Pista de atletismo.
- Programas de Madrid Comunidad Deportiva y Madrid en la nieve.

### **3ºESO:**

- Carrera solidaria “La vuelta al cole”.
- Salida de orientación en un entorno natural de la Comunidad de Madrid.
- Cross escolar de la Comunidad de Madrid.
- Cross escolar organizado por la ADS.
- Juegos Escolares de Torrelodones: Polideportivo y Pista de atletismo.
- Programas de Madrid Comunidad Deportiva y Madrid en la nieve.

### **4ºESO:**

- Carrera solidaria “La vuelta al cole”.
- Práctica de escalada en rocódromo indoor.
- Práctica de patinaje sobre hielo.
- Cross escolar de la Comunidad de Madrid.
- Cross escolar organizado por la ADS.
- Juegos Escolares de Torrelodones: Polideportivo y Pista de atletismo.
- Programas de Madrid Comunidad Deportiva y Madrid en la nieve.

Al formar parte del desarrollo curricular del alumno, las actividades complementarias son susceptibles de llevar asociadas una calificación numérica y por tanto, tener un valor en la nota trimestral del alumno. Esto quiere decir que aquellos alumnos, que por los motivos que sean, no acudan a cualquiera de las actividades planteadas, deberán realizar una tarea o trabajo de carácter teórico/práctico que deberá ser entregado a través del Aula Virtual y/o mediante exposición oral en clase.

## **Plan Lector**

Este plan consistirá en la incorporación de una o dos sesiones en cada asignatura dedicadas a la lectura de un texto periodístico (ó similar) relacionado con la materia, con aspectos trabajados en clase, o relacionados con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). La finalidad de este enfoque es fomentar la lectura crítica, promover la comprensión de los contenidos académicos a través de ejemplos del mundo real y concienciar a los estudiantes sobre la importancia de los ODS en su formación como ciudadanos responsables y comprometidos con el futuro sostenible del planeta.

En cada asignatura, las dos sesiones dedicadas a la lectura de textos periodísticos se complementarán con discusiones en clase o debates, actividades de reflexión y proyectos relacionados con los mismos. Esto permitirá a los estudiantes no solo mejorar sus habilidades de lectura crítica y comprensión, sino también conectarse con temas globales y actuales. Al vincular estos textos con asignaturas específicas, se brinda al alumnado un contexto real para aplicar sus conocimientos teóricos, al mismo tiempo que los prepara para ser ciudadanos informados y críticos que puedan participar de manera significativa en la sociedad.