

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO (ACM) 2º

BACHILLERATO

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

IES GUÍA 2020/2021

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO



Docentes responsables:

Braulio Herrera Méndez

ÍNDICE

1. PUNTO DE PARTIDA.....	1
1.1. Características del centro y su entorno.....	1
1.2. Número de grupos por nivel en educación física.....	1
1.3. Número de sesiones de E.F. semanal por grupo.....	2
1.4. Tiempo real y efectivo de cada sesión de E.F.....	2
1.5. Instalaciones deportivas del centro.....	2
1.6. Profesorado del departamento de educación física.....	2
1.7 Distribución de espacios.....	2
2. INTRODUCCIÓN.....	4
3. CONTEXTUALIZACIÓN.....	5
4. MEDIDAS DE PREVENCIÓN FRENTE A LA COVID-19 EN LOS CENTROS EDUCATIVOS DE CANARIAS PARA EL CURSO 2020/2021.....	7
4.1. MEDIDAS ESPECÍFICAS EN RELACIÓN AL PLAN DE CONTINGENCIA ADOPTADAS POR EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA.....	8
5. MODELOS METODOLÓGICOS.....	10
5.1. Enseñanza semipresencial y no presencial.....	11
6. AGRUPAMIENTOS.....	11
7. ESPACIOS.....	12
8. RECURSOS.....	12
9. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.....	15
10. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	16
10.1. Alumnado con enfermedades transitorias o lesiones transitorias.....	16
10.2. ACTIVIDADES DE REFUERZO.....	17

10.3. ABANDONO DE LA MATERIA.....	17
11. LA EVALUACIÓN.....	17
11.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE Y COMPETENCIAS.....	18
12. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.....	22
12.1. Plan de Recuperación.....	24
13. CONCRECIÓN DE LOS OBJETIVOS AL CURSO.....	24
14. SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS.....	24
UT1: " MEJORO MI CONDICIÓN FÍSICA".....	24
UT2: "PROYECTO DE FUTURO".....	26
UT3: "ACTIVIDADES DIRIGIDAS Y CREACIÓN DE EVENTOS".....	28

1.PUNTO DE PARTIDA

Como marco de referencia se tendrán en cuenta los objetivos generales de la etapa y las características del centro y su entorno:

1.1 Características del centro y su entorno.

La programación que se presenta a continuación se va a centrar en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en el IES GUÍA.

Tanto el PEC como el Proyecto Curricular de Etapa de la ESO se encuentran en proceso de revisión para su adecuación a los cambios que la legislación educativa ha sufrido en los últimos años. Esta situación hace de las Programaciones Didácticas y de las Unidades que la componen, elementos doblemente importantes, ya que tanto el diseño, como la su aplicación suponen una retroalimentación en los elementos del Proyecto Curricular.

En cuanto al PC de etapa, se encuentra “elaborado” un Documento Base Común donde se recogen, entre otros aspectos y directrices sobre metodología, la evaluación y la atención al alumnado con Necesidades Educativas Especiales.

Es necesario analizar el contexto para poder planificar cualquier actividad. Por ello, previamente se analizarán aspectos internos y externos al centro, que puedan intervenir en el desarrollo de esta programación.

El IES Guía, es el segundo en antigüedad en Gran Canaria, pero en su nueva ubicación, el edificio lleva más de 15 años funcionando. Dispone de aulas suficientes, de manera que cada grupo tiene su aula correspondiente. Físicamente está constituido por tres edificios: aula principal, talleres de tecnología y pabellón deportivo (salón de actos), comunicados con rampas, escaleras y patio, es un centro de atención preferente para personas con discapacidad motórica.

También se dispone de biblioteca, laboratorios, aula medusa y de audiovisuales y cafetería, ésta última situada frente a la cancha.

Las instalaciones deportivas para Educación física son: una cancha de balonmano (multiusos) descubierta y un polideportivo cubierto. El material necesario para Educación Física se va renovando, según las necesidades y la dotación económica al departamento de Educación Física en cada curso escolar.

En cuanto a las condiciones en las que viene el alumnado decir que es muy diverso. La heterogeneidad de los grupos en cuanto a nivel físico, de habilidades y motivación en los primeros cursos es significativa.

1.2 Número de grupos por nivel en educación física:

4 GRUPOS 1º ESO

5 GRUPOS 2º ESO

5 GRUPOS 3º ESO

5 GRUPOS 4º ESO

4 GRUPOS 1º BACHILLERATO

1 GRUPO ACM 2º BACHILLERATO

1.3 Número de sesiones de E.F. semanal por grupo:

2 para la materia de Educación Física y 2 para la materia de Acondicionamiento Físico.

1.4 Tiempo real y efectivo de cada sesión de E.F.:

El tiempo real del que disponemos por cada sesión es de 55 minutos, aunque por distintos motivos (traslado, tiempo necesario para cambiarse, aseo, etc.) este tiempo se ve reducido a 45 minutos aproximadamente.

1.5 Instalaciones deportivas del centro:

- Al aire libre: cancha polideportiva de 20 x 40 metros, con muro y vallado; y espacios del patio.

- Cubiertas: polideportivo de 28 x 15 metros (+ 2 metros perimetrales), dispone en un lateral de 3 escalones de gradas, y en el otro, se encuentran las dependencias: vestuarios y duchas, baños, almacén de material, departamento de E.F. y cuarto de limpieza.

1.6 Profesorado del departamento de educación física:

Francisco Velázquez Bautista

Francisco Casanova Rodríguez

Braulio Herrera Méndez

La reunión semanal del Departamento se realizará los martes de 11:15 a 12:10

1.7 Distribución de espacios: Instalaciones

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
--	-------	--------	-----------	--------	---------

DÍA HORAS					
1ª	1°C	TUT 1°C 4ºe pab 3ºe can	4ºe can 3ºd pab	G 3ºe	1ºa pab ACM 2ºA/B can
2ª	1ºD	1ºb pab GR 2ºa/2ºpm can	1ºd pab 2ºc can	1ºC aula 1ºd can 3ºc pab	1ºA JD
3ª	2ºe can 2ºc pab	1ºa 1ºc pab	4ºb can 3ºa pab	2ºe pab 2ºb can	2ºd can 3ºd pab
RECREO		GR	G	GR	
4ª	4ºd can 2ºb pab	RDEFI	G 3ºc	1ºB	T 4ºb
5ª	1ºc can 3ºb pab	1ºB can 4ºa/4ºae pab CCP	T 4ºa/ae	1ºA can 2ºa/2ºpm pab	1ºb can 4ºc pab
6ª	G 3ºa	G ACM 2ºA/B	2ºd pab 4ºc can	1ºD pab 3ºb can	G 4ºd

Instalaciones: Pabellón (pab) Cancha (can) Aula

Prof: M.ª Carmen Guerra
Prof: Fran Velázquez Bautista
Prof: Braulio Herrera

La **optativa de Acondicionamiento físico en 2º Bachillerato** ha sido seleccionada por 28 alumnos. Es un grupo mezcla entre el alumnado de los diferentes grupos de bachillerato, A, B, C, y D.

A priori parece un grupo de alumn@s motivado, disciplinado y formado motrizmente.

En el comienzo de cada trimestre, se planificará cada bloque de trabajo para el nuevo período de clases.

El horario semanal, son dos horas a la semana, a última hora del martes y a 1ª hora del viernes.

Los bloques de contenidos a trabajar en cada trimestre están relacionados con diferentes aplicaciones prácticas que se reagruparán en los siguientes apartados de contenidos: Planificación del entrenamiento de la condición física; , Entrenamiento Deportivo a través

de diferentes Modalidades deportivas y planificación de pruebas físicas para los diferentes acceso de ciclos u oposiciones de las diferentes salidas profesionales relacionadas con ésta optativa; y actividades dirigidas en la organización de eventos deportivos.

El sistema de ejecución de las clases prácticas será rotatorio. Cada bloque de trabajo conlleva una exposición teórica con aplicación en la práctica, individual, por parejas o pequeños grupos estables en cada trimestre, impartido al resto del grupo de clase (como usuarios).

Las exposiciones teórico-prácticas serán la dinámica de las sesiones de clase que durarán hasta el mes de marzo.

Durante el curso se pretende, si la nueva normalidad covid-19 lo permite, participar en la organización y puesta en práctica de los diferentes eventos que este centro organice, y se utilizarán como práctica de grupos que se incorporarán a la evaluación del grupo de clase.

2. INTRODUCCIÓN.

El Real Decreto 1105/2014 de 26 de diciembre, aprobado por el Ministerio de Educación y Ciencia (MEC) y que establece las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria como consecuencia de la implantación de la Ley Orgánica de Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE), ha sido desarrollado en la Comunidad Autónoma de Canarias por el Decreto 83/2016 de 4 de julio, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato para esta comunidad. La presente programación hace referencia al nivel de 2º de Bachillerato (optativa "Acondicionamiento Físico), y en ella se concretan los aspectos prescriptivos de la normativa citada anteriormente organizada en 3 grandes bloques (UD) de programación. Para ello se ha tenido en cuenta, asimismo, lo dispuesto en el artículo 44 del Decreto 81/2010 de 8 de julio del Reglamento Orgánico de los centros docentes públicos no universitarios de la Comunidad Autónoma de Canarias, así como lo dispuesto en el Decreto 104/2010 de atención a la diversidad del alumnado en el ámbito de la enseñanza no universitaria de la Comunidad Autónoma de Canarias.

Conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones que intervienen en las múltiples interacciones que los individuos realizan en su medio y con los demás, y que les permiten resolver diferentes problemas motores que requieren de una conducta motriz adecuada y

cuya transferencia a otros contextos contribuye a una mejor calidad de vida y a su desarrollo social como ciudadano. A partir de ella se producen los encuentros con otras competencias y los elementos que contribuyen a su desarrollo en diferentes materias.

En la etapa de Bachillerato, los estudiantes experimentan importantes cambios personales, emocionales y sociales. La optativa de acondicionamiento físico, contribuye a adecuar las referencias personales y profesionales, desde su competencia motriz, para construir una autoimagen positiva y un uso del conocimiento adquirido para desenvolverse en las distintas posibilidades profesionales que se ofertan desde esta área que, entre otras cosas, que no les obligue a sacrificar su salud para adecuarse a un modelo socialmente preestablecido.

Para ello, hay que profundizar en los conocimientos referidos a:

- La Condición Física personal y la relación con diferentes aspectos sociales.
- Control de los riesgos asociados a las diferentes actividades.
- Adquisición de hábitos saludables.
- Salidas profesionales en relación con la materia.

3. CONTEXTUALIZACIÓN.

El IES Guía es el más antiguo de los dos centros que hay en el municipio de Santa María de Guía, enclavado en la zona centro del municipio.

Por lo general, el alumnado del IES Guía no presenta una conflictividad destacable. Mayoritariamente se producen incidentes leves propios de la edad y consustanciales a todo grupo humano. En este sentido, funciona bien el diálogo con los adolescentes y las familias responden también en su mayoría.

Debe reseñarse la coordinación existente entre las etapas representadas en el IES, lo que permite una continuidad en el trabajo con el alumnado hasta el momento crucial en que debe abandonar el centro para emprender nuevas experiencias en la vida.

El proceso de enseñanza-aprendizaje consiste en plantear situaciones en las que el alumno/a, partiendo de sus necesidades, sus posibilidades y sus conocimientos previos, tenga que utilizar sus capacidades motrices, superando estadios iniciales, y niveles de competencia teniendo como objetivo educativo responsabilizarse de su propio cuerpo, y de su competencia motriz.

Este debe adquirir hábitos estables en la práctica del ejercicio físico, conocer los

instrumentos básicos para poder perseguir en su vida posterior una actividad física que le lleve a unas óptimas condiciones de salud, mejorando sus capacidades físicas y motrices.

Es necesario que el alumno/a participe en el proceso a través de autoevaluación y coevaluación, en una etapa en la que se pretende impulsar y desarrollar la autonomía del alumnado. Mediante la evaluación inicial se refleja un diversificado marco de capacidades y características que serán tenidas en cuenta por el profesor como punto de partida para una metodología individualizada facilitando el desarrollo mediante adaptaciones concretas de la programación a cada grupo determinado de alumnos / as, según sus propias necesidades.

Asimismo, el profesor, debe ayudar al alumno/a posibilitando el cambio educativo, facilitando los aprendizajes y proporcionando oportunidades, interrelacionando los contenidos, adaptando materiales, metodologías, y actividades, atendiendo a la diversidad. En la medida de lo posible, se buscará la interconexión con otras áreas, presentando la Educación física (optativa ACM) como un contenido más del conocimiento y no como algo aislado e inconexo. Según los problemas a los que se enfrenta el alumno/a o los centros de interés a satisfacer, se podrá partir de temas con puntos de vista comunes entre varias áreas (Ej. La anatomía o la Educación para la salud) o utilizando el método de descubrimiento, aprovechando la curiosidad innata del alumnado. En otras ocasiones el método científico nos servirá para afrontar el estudio de alguna situación muy concreta, aprovechando los pasos del citado método: Observación de algún tema o problema de interés, analizando datos, estableciendo hipótesis, experimentando, evaluando y sacando y aplicando conclusiones.

Este será un terreno abonado para el tratamiento de los temas transversales en los que nuestra área aporta innumerables posibilidades de actuación.

Se plantea en nuestra propuesta metodológica el uso de técnicas de enseñanza basadas básicamente en la participación del alumnado encaminados sobre todo al desarrollo de la autonomía, y a la adquisición de recursos y hábitos personales y de práctica asidua. Favoreciendo ejecuciones motrices abiertas a variadas realizaciones, donde lo importante sea el propio desarrollo de la tarea y no el rendimiento obtenido. Favoreciendo la relación del grupo y la toma de responsabilidades individuales, la ayuda mutua y la cooperación; y partiendo de la base, de que en esta etapa, el alumnado ya ha trabajado y conseguido mejorar, el trabajo en equipo, experimentando las formas de organización y de integración en los grupos de trabajo, creando climas adecuados y distribuyendo roles dentro de los mismos. Se intentará que las tareas presentadas surjan de la iniciativa propia, más que de

las propuestas del profesorado, si bien, en algunas ocasiones, no quedará más remedio que sugerir pautas de actuación. El profesor actuará más como un elemento conductor o coordinador de los diferentes proyectos, procurando facilitar los recursos materiales para que la investigación y la resolución de los problemas y los retos planteados en las tareas y actividades tengan la calidad necesaria.

La motivación, entendida como el grado de interés que despierta la participación en una actividad determinada, será clave en este enfoque metodológico. Por ello, consideramos de vital importancia, la relación que podamos establecer, mediante esta propuesta, y su vida real, contextualizando los contenidos y mostrándoles la utilidad que estos puedan tener para su vida cotidiana.

Partimos pues, de una concepción de enseñanza mediante la búsqueda, donde la información inicial y el conocimiento de los resultados toma la forma del planteamiento de una situación o problema a resolver, en la que el alumno/a tendrá que participar de manera activa y autónoma, con responsabilidad, al tiempo que busca y desarrolla la acción en grupo y de la ayuda mutua en las tareas, aceptando el esfuerzo y el aprecio del trabajo bien hecho y reforzando la satisfacción por los progresos individuales y colectivos alcanzados.

4. MEDIDAS DE PREVENCIÓN FRENTE A LA COVID-19 EN LOS CENTROS EDUCATIVOS DE CANARIAS PARA EL CURSO 2020/2021.

En esta línea, y basándose en la *Orden EFP/561/2020, de 20 de junio, por la que se publican los Acuerdos de la Conferencia Sectorial de Educación, para el inicio y el desarrollo del curso 2020-2021*, así como en el Documento del Ministerio de Educación y Formación Profesional, de 22 de junio de 2020, sobre *Medidas de Prevención, Higiene y Promoción de la Salud frente a COVID-19 para Centros Educativos en el curso 2020-2021* y el posterior *Acuerdo del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud, adoptado en Coordinación con la Conferencia Sectorial de Educación, sobre la Declaración de Actuaciones Coordinadas en Salud Pública frente al COVID-19 para Centros Educativos (en adelante, CEUCD) del Gobierno de Canarias ha elaborado el PROTOCOLO DE PREVENCIÓN Y ORGANIZACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD EDUCATIVA PRESENCIAL EN LOS CENTROS EDUCATIVOS NO UNIVERSITARIOS DE CANARIAS. CURSO ACADÉMICO 2020-2021.*

Las medidas incluidas en el presente documento están en continua revisión en función de la evolución y nueva información que se disponga de la infección por el nuevo coronavirus

(SARS-COV-2).

Cada centro debe tener un **Plan de Contingencia** que contemple tanto la gestión de los procedimientos y actuaciones como las medidas preventivas suficientes y adecuadas para que el trabajo se desarrolle con las garantías de seguridad y salud necesarias frente al coronavirus.

En dichos Planes de Contingencia de los centros educativos deben estudiar y clasificar o catalogar las situaciones que pueden darse en dicho centro.

En este sentido el IES Guía tiene su plan de contingencia que debemos tener en cuenta todos los departamentos, para hacer de él una contextualización en los espacios, instalaciones y diferentes dependencias, así como todas las medidas de protección y seguridad de cara al alumnado durante nuestra práctica docente.

En referencia a este plan se adjunta un archivo a esta programación, donde se señalan las medidas que contempla este departamento, y que deben cumplirse en la organización de los diferentes elementos curriculares de cara a la dinámica de las clases de educación física, y las no curriculares pero que deben contemplarse para que la práctica docente sea segura y preventiva.

4.1 MEDIDAS ESPECÍFICAS EN RELACIÓN AL PLAN DE CONTINGENCIA ADOPTADAS POR EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA.

- El uso de la mascarilla es obligatorio en todo momento. Sólo se podrá retirar la mascarilla cuando el profesor/a lo indique.
- A la entrada y salida hay hidrogel que deberás utilizar (obligatoriamente) para higienizar tus manos, antes de entrar, antes de salir, y si es necesario durante la sesión, con permiso del profesor/a.
- A la entrada del pabellón tienes que limpiarte el calzado deportivo en el felpudo con desinfectante.

Es indispensable que vengas a las clases de educación con el equipamiento deportivo puesto, para evitar ir al vestuario al inicio de la sesión.

- Traer una pequeña toalla y una camisa de recambio, por si quieres cambiarte y asearte. Otra opción es utilizar toallitas higiénicas.
- Al finalizar la sesión y cuando el profesor lo indique podremos ir a los vestuarios y baños de forma escalonada. En los baños y vestuarios no pueden haber más de tres alumnos/as de forma consecutiva. El resto del alumnado permanecerá en su zona de trabajo hasta que el profesor te de permiso. Antes de salir de los

vestuarios tienes que dejar en buen estado de limpieza todo el mobiliario que hayas utilizado. Al terminar deberás volver a tu zona de trabajo, hasta que el profesor/a de permiso para salir de la instalación.

- En las instalaciones deportivas (pabellón y cancha exterior), respeta las indicaciones, carteles informativos demarcaciones de espacios, y señalizaciones que te ayudarán a transitar y actuar de forma segura, contigo mismo, y con el resto de compañeros.
- La circulación dentro de las instalaciones deportivas se hará sólo en un sentido, entrada por la puerta principal y salida por la puerta secundaria, de manera escalonada atendiendo a las instrucciones de tu profesor/a y respetando la distancia de seguridad.
- Cuando llegamos al pabellón o cancha, iremos a ocupar el lugar que nos corresponda:

- Puntos verdes señalan el lugar donde puedo dejar mi mochila o enseres personales.
- Los números en la pared señalan la zona de trabajo que me corresponde (1,2,3,4,5,...).
- Las zonas de trabajo están delimitadas con líneas pegadas en el suelo, elásticos o conos, que no debes traspasar.
- Al inicio de cada trimestre se formarán grupos de 4-6 alumnos/as y se les asignará una zona de trabajo determinada con un número y durante todo ese trimestre deberás permanecer en ese espacio con tú grupo de trabajo, manteniendo la distancia de seguridad con el resto de los componentes, y haciendo uso de la mascarilla.
- Sólo en los casos en que estemos en lugares abiertos (cancha), con suficiente espacio y ventilación, se verá la posibilidad, si el profesor así lo considera, de poder retirarse la mascarilla, con la distancia pertinente, y evitando en todo momento el contacto físico directo entre los miembros del grupo. Caso por ejemplo de utilizar materiales que puedan permitir un contacto indirecto entre los jugadores, durante actividades de equipo, como voleibol, futbol y otras a considerar, pero siempre adaptadas a la nueva normativa vigente, que puede ir cambiando conforme avance el curso escolar.

- botella), en la zona designada para tal fin, con las medidas de seguridad pertinentes.
- No puedes compartir agua, comida, ni material personal, con tus compañeros.
- No se puede realizar la clase de educación física con relojes, anillos, colgantes, pirsen y demás objetos que supongan un riesgo de lesión para la salud.
- Al comenzar y al finalizar cada sesión, cada grupo tiene que limpiar y desinfectar el

material que va a utilizar (si lo hubiera), siguiendo las indicaciones del profesor/a.

- Las puertas permanecerán abiertas en todo momento para evitar tocar las manecillas.

Para el resto de medidas que no se recogen en este documento se atenderá a las medidas generales recogidas en los PROTOCOLOS Y MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID-19(<https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/covid-19/protocolos-prevención/>) Y EN EL PLAN DE CONTINGENCIA DE ESTE CENTRO.

5. MODELOS METODOLÓGICOS.

Partimos de la idea de que no existe un método único, válido e ideal para todas las situaciones, sino que hemos de ser flexibles y capaces de elegir y combinar los distintos métodos en función de los condicionantes en los que se desarrolla el proceso de enseñanza-aprendizaje en el que nos encontramos inmersos. No obstante, también defendemos en este proceso que el mejor método suele ser el que mejor se adapte a lo que andamos buscando, por ello buscaremos situaciones que favorezcan el aprendizaje competencial siempre que sea posible.

Para ello los modelos metodológicos deben partir de la perspectiva del docente como orientador, guía, promotor y facilitador del desarrollo competencial en el alumnado; además, deben enfocarse a la realización de tareas o situaciones-problema, planteadas con un objetivo concreto, que el alumnado debe resolver haciendo un uso adecuado de los distintos tipos de conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes y valores teniendo en cuenta la atención a la diversidad y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo.

Para definir la metodología debemos partir de las características y demandas de nuestro alumnado. Sus necesidades de aprendizaje están vinculadas a fortalecer su desarrollo integral, teniendo en cuenta no sólo los aspectos físicos motrices sino también siendo capaces de integrar los aspectos cognitivos, emocionales y sociales a la par que se les guía en la adquisición de herramientas y recursos propios del área. Es por ello que se fomentarán modelos de enseñanzas orientados a que el alumnado sea el verdadero protagonista del proceso educativo tales como:

- Modelo basado en la enseñanza no directiva que fomente la independencia.

- Modelo basado en la simulación de situaciones y problemas.
- Modelo basado en el trabajo grupal e investigación cooperativa.
- Juego de roles en base a un escenario dado y con posibilidad de intercambio de roles.
- Modelo inductivo básico (formación, interpretación y aplicación de conceptos).
- Modelo sinéctico que ponga el énfasis en el alumnado y la generación de sus respuestas propias.

5.1 Enseñanza semipresencial y no presencial: en el caso de que la situación sanitaria obligue a recurrir a la modalidad semipresencial o no presencial, el proceso de enseñanza-aprendizaje se desarrollará a través de la plataforma digitales como EVAGD o similar.

Durante el periodo de enseñanza presencial se enviarán tareas on-line para resolver con el alumno/a los posibles problemas que surjan tanto de disponibilidad de medios tecnológicos como de conectividad o destreza digital. Por tanto, las tareas o trabajos planteados estarán en formato digital, en el aula virtual, para desde allí poder adquirir los contenidos y recursos que se necesiten, además de utilizarlo como vía de comunicación directa con el alumnado, chat, foros, video conferencias. Todo ello con la finalidad de que el alumnado esté preparado para la enseñanza no presencial o semipresencial.

6. AGRUPAMIENTOS.

Se plantean agrupamientos variados, justificando su pertinencia conforme a los aprendizajes que requiera el área/materia/ámbito.

Se seleccionan los agrupamientos que se utilizarán a lo largo de las diferentes Situaciones de Aprendizaje, ajustándose a las distintas actividades que la conforman.

Grupos homogéneos: el grupo se forma en un momento dado a partir de intereses y características comunes de sus miembros para afrontar una situación, problema o demanda.

Grupos heterogéneos: el grupo se forma en un momento dado con personas que tienen perfiles, características e intereses distintos para afrontar una situación, problema o demanda.

Grupos de expertos/as: el grupo se forma con miembros que tienen un grado general de dominio sobre temas o cuestiones concretas para profundizar más.

Gran grupo: el grupo-aula completo.

Grupos Cooperativos: grupos que se mantienen durante un tiempo más dilatado (no más de 6 semanas) para afrontar distintos tipos de problemas o demandas. - Equipos móviles o flexibles: se configuran grupos en los que los miembros van variando para responder a necesidades de individuos concretos.

Trabajo individual: el individuo afronta las situaciones-problema sin ayuda de otro.

Grupos interactivos: intervienen otras personas (familiares, profesionales de otras ramas, no docentes) que con sus experiencias y conocimientos contribuyen a los aprendizajes y mejora del clima escolar. Colaboran con funciones muy concretas con los docentes y organización del centro en torno al Proyecto Educativo.

7. ESPACIOS.

Se proponen y justifican los diversos espacios que se consideren idóneos para el desarrollo de las unidades de programación.

Las instalaciones deportivas para Educación física son: una cancha de balonmano (multiusos) descubierta y un polideportivo cubierto.

También contamos en determinados momentos con la disponibilidad de uso del aula del grupo, el aula medusa y el aula de audiovisuales.

En determinadas situaciones puntuales, se podrán utilizar los espacios descubiertos destinados al recreo, así como los de circulación entre las dependencias exteriores del centro.

El material necesario para Educación Física se va renovando, según las necesidades y la dotación económica al departamento de Educación Física en cada curso escolar.

8. RECURSOS.

Se propone y justifica el empleo de recursos diversos para el desarrollo de las unidades de programación.

Pasamos a describir los recursos materiales y de instalaciones de los que disponemos:

Instalaciones deportivas del centro:

- Al aire libre: cancha polideportiva de 20 x 40 metros, con muro y vallado; y espacios del patio.

- Cubiertas: polideportivo de 28 x 15 metros (+ 2 metros perimetrales), dispone en un lateral de 3 escalones de gradas, y en el otro, se encuentran las dependencias: vestuarios

y duchas, baños, almacén de material, departamento de E.F. y cuarto de limpieza.

Material fijo de las instalaciones deportivas al aire libre:

- 2 porterías de fútbol sala.
- Seis aros de baloncesto; dos de ellos con tableros.

Material fijo de las instalaciones cubiertas:

2 canastas de baloncesto

Material móvil y pequeño material general:

MATERIAL MÓVIL:

- 11 bancos suecos
- 1 caballo de saltos y 1 potro
- 1 reuter y 1 trampolín
- 2 plintos
- 1 quitamiedos

OTRO MATERIAL:

- 1 minicadena de música
- 1 alargador
- 10 colchonetas de 2x1
- 1 Red multiusos
- 1 red de bádminton
- 1 red de voleibol
- 3 saltómetros
- 6 vallas
- mesa de pin-pon
- 2 juegos de postes de voleibol

OTRO MATERIAL:

- 1 minicadena de música

- 1 alargador
- 1 cinta métrica
- 6 redes para transportar balones
- 1 fuelle
- equipajes de fútbol y baloncesto
- 2 bolsas de deportes
- 1 tienda de campaña
- juegos de petos distintos colores

PEQUEÑO MATERIAL:

- 30 picas.
- 10 balones medicinales (5 de 3kg, 4 de 2kg, 1 de 5kg)
- 4 pelotas de rítmica
- 3 pelotas de goma espuma
- 16 balones de balonmano
- 20 balones de voleibol
- 20 balones de fútbol sala
- 25 balones de baloncesto
- 40 conos de distintos tamaños
- 35 cuerdas
- 2 Cuerdas largas
- 17 aros
- 15 indiacas
- 15 platillos voladores
- 20 raquetas de bádminton (algunas estropeadas)
- Plumas de bádminton (5 botes)
- 30 palas de madera

- 20 pelotitas de goma para las palas
- 3 raquetas de pin-pon, 3 pelotas y dos redes
- 30 sticks de hockey iniciación (plástico).
- 5 bolas de hockey
- 1 bola de lanzamiento peso

9. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

El equipo docente responsable de la aplicación de esta programación deberá añadir en este apartado las actividades complementarias y extraescolares recogidas en la PGA. Además, se tendrá que establecer un sistema alternativo de evaluación para el alumnado que no asista a estas actividades.

En este apartado se especificará, de forma general, las actividades complementarias y extraescolares que se estimen necesarias para el aprendizaje del alumnado, las cuales se concretarán en cada unidad de programación.

Todas las actividades que se señalen deberán ser inclusivas, para atender a todo el alumnado. Habrá que justificar su propuesta, conectándolas con el desarrollo del currículo. Las actividades de los días conmemorativos realizadas en el centro (Día de la paz, Día de Canarias, Día del libro, Navidad,...) habrán de estar también conectadas al currículo dentro de la una unidad de programación. Estas últimas, forman parte de los elementos transversales del currículo.

1er Trimestre:

No se programan actividades para este periodo debido a la situación de pandemia en la que nos encontramos.

2º Trimestre:

Dependiendo de la evolución de la situación sanitaria se podrá realizar o no alguna de las siguientes actividades:

Torneos de juegos y deportes en los recreos

Actividad de senderismo:

- Nos movemos por nuestra tierra

3er Trimestre:

Torneos de juegos y deportes en los recreos

Actividad de deportes acuáticos:

- Surf, Kayak y bodyboard.

Visita y práctica de actividades y deportes en las instalaciones deportivas de nuestro municipio:

- Un día de raquetas: Tenis y pádel.
 - Atletismo en pistas de San Isidro.
 - Natación o actividades en piscina.
 - Actividades Dirigidas.

Si a lo largo del curso surgieran más actividades interesantes para nuestro alumnado, estas se incluirán en el acta del departamento, y se pedirá la aprobación del consejo escolar para su realización. Si por motivos ajenos se ven modificadas las actividades previstas se incluirá en el acta del departamento.

10. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

El equipo docente responsable de la aplicación de esta programación deberá incluir, en su caso, las concreciones de las adaptaciones curriculares para el alumnado que la precise. Debe estar acorde al apartado correspondiente de la PGA. Debe especificarse el alumnado del grupo con algún tipo de adaptación curricular (AC/ACUS) y el nivel de referente curricular en el que se encuentra. Igualmente debe incluirse al alumnado que pudiera tener un dictamen con Adaptación de Acceso al Currículo o con ACUS por Exención Parcial. En este último caso se deben especificar los criterios de evaluación de los que está exento.

10.1 Alumnado con enfermedades transitorias o lesiones transitorias.

Durante el curso escolar, se pueden dar situaciones en las que algunos alumnos no puedan realizar las clases de E.F como el resto de compañeros por motivos de enfermedad o de lesión. El profesor valorará estas circunstancias y ofertará otras formas de trabajo, siempre y cuando, el alumno acompañe justificante o certificado médico de su

lesión o enfermedad. Cuando se den estas situaciones, el profesor propondrá otras alternativas como:

- Elaboración de fichas de trabajo sobre los contenidos que se están trabajando (parte inicial de la clase, desarrollo de las actividades con explicaciones de las distintas tareas, parte final de la clase, observaciones y opiniones sobre la misma, etc.).
- Tareas de búsqueda sobre los contenidos tratados.
- Colaboración en clase con el profesor y compañeros (organización del material, ayudas y correcciones en algunas tareas, apoyo a compañeros que lo necesiten, etc.).

10.2 ACTIVIDADES DE REFUERZO.

Para los alumnos que no hayan alcanzado las capacidades enunciadas en los objetivos planteados en las distintas U.D. de la programación, el departamento de E.F establece unos criterios para la recuperación de estos alumnos:

- Diseño y elaboración de tareas en algunas U.D.
- Pruebas prácticas que se tengan pendiente.
- Recuperación de los criterios de evaluación no superados.

10.3 ABANDONO DE LA MATERIA.

Aquellos alumnos, que a lo largo del curso muestren un desinterés por la asignatura y tengan una serie de faltas de asistencia sin justificar superior al porcentaje acordado por el centro a este respecto del total de sesiones del Curso Escolar, se considerarán incursos en ABANDONO DE MATERIA, perdiendo la evaluación continua.

Se considerará abandono de materia: la no asistencia a clase, la falta de equipaje deportivo y el desinterés y/o desmotivación hacia la asignatura.

11. LA EVALUACIÓN.

Para el desarrollo de este apartado, partimos de los aspectos establecidos en el marco normativo recogido en las diferentes leyes y decretos educativos, así como de manera específica de la ORDEN de 3 de septiembre de 2016, por la que se regula la evaluación y la promoción del alumnado que cursa las etapas de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato.

En dicha Orden, se establece que la evaluación en la ESO será Continua, formativa e integradora y en el Bachillerato continua, formativa y diferenciada.

Entendemos la evaluación como un medio pedagógico a través del cual podemos obtener una útil y valiosísima información, indispensable para que el alumnado pueda progresar en su aprendizaje, pero también es un mecanismo de enriquecimiento que nos hace conscientes de los resultados de nuestra acción pedagógica y del momento educativo en el que se encuentran nuestros discentes.

La entendemos como un proceso continuo de obtención de información que nos permite tomar decisiones durante el mismo, está será compartida, existiendo una participación activa del alumnado y del profesor, incluyendo la autoevaluación, coevaluación, y heteroevaluación, que nos van a permitir reorientar la enseñanza y el aprendizaje en todo momento.

Los criterios de evaluación encabezan cada uno de los bloques de aprendizaje en los que se organiza el currículo, estableciéndose la relación de estos criterios con las competencias a las que contribuyen, así como con los contenidos que desarrollan. Estos criterios de evaluación constan de dos partes indisolublemente relacionadas, que integran los elementos prescriptivos establecidos en el currículo básico: el enunciado y la explicación del enunciado.

Los estándares de aprendizaje evaluables son las concreciones de cada criterio y especifican lo que el alumnado debe saber, saber hacer y saber ser. Tienen que ser observables, medibles y evaluables. Estos estándares se han integrado de manera globalizada en la descripción de cada criterio. De tal manera que en la explicación se alude de forma concreta al grado de desempeño que el alumnado va a demostrar que ha adquirido como resultado de un proceso de enseñanza y aprendizaje transversal, global e integrado.

11.1. Criterio de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias.

CRIT 1. Evaluar el nivel inicial, la evolución y el nivel final de la condición física dentro del proyecto de trabajo personal, mediante test y pruebas de campo teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y las mejoras obtenidas. Todo ello con la finalidad de valorar la confianza en las propias posibilidades que proporciona la realización del entrenamiento adecuado.

Este criterio busca constatar que el alumnado es capaz de evaluar su propio proyecto de

trabajo personal o el de otro compañero o compañera, teniendo en cuenta el objetivo final de este. Para ello se comprobará que el alumnado es capaz de determinar el nivel de condición física inicial, utilizando los protocolos necesarios de los test y de las pruebas de campo elegidos, de manera que ajuste el diseño de su proyecto de trabajo a esta condición física inicial. Además, se verificará si analiza el grado de desarrollo que va alcanzando durante la aplicación del proyecto, de manera que sea capaz de ajustarlo en las diferentes fases de su puesta en práctica a partir del análisis de sus potencialidades y limitaciones. Finalmente, se comprobará si es capaz de valorar el proyecto en función del logro del objetivo fijado al principio y de hacer propuestas concretas de mejora al proyecto diseñado inicialmente en aras de un desarrollo personal óptimo.

COMPETENCIAS: AA, CSC, SIEE BLOQUE DE APRENDIZAJE I: EL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y LOS HÁBITOS SALUDABLES

Contenidos

1. Aplicación de los test y las pruebas de campo como instrumento de evaluación para el seguimiento del proyecto de trabajo personal orientado a la mejora de la salud.

CRIT 2. Aplicar los conocimientos sobre la actividad física y la salud en el diseño de un proyecto personal de trabajo orientado a la salud con la finalidad de mantener o mejorar la condición física, utilizando los recursos disponibles en el centro, en sus inmediaciones o en el medio natural de Canarias, valorando la seguridad en la práctica de la actividad física.

Con este criterio se pretende evaluar si el alumnado es capaz de aplicar, de manera autónoma, sus conocimientos sobre la actividad física y la salud (hábitos de vida saludables, nutrición, higiene, entrenamiento invisible...), en el diseño de su propio proyecto de trabajo personal, utilizando los recursos disponibles en el centro, en sus inmediaciones o en el medio natural de Canarias, integrando además actividades relacionadas con los juegos y los deportes tradicionales de Canarias, de manera que mantenga o mejore sus capacidades físicas con un enfoque basado en la salud individual. Se constatará que, para ello, el alumnado puede realizar, individual, grupal o colaborativamente, una evaluación de su nivel de condición física inicial, obteniendo así la información necesaria para diseñar este proyecto de trabajo personal, de manera que adecue el proyecto diseñado a sus propias posibilidades. Se valorará asimismo que el alumno o la alumna tenga en cuenta las condiciones para una práctica segura. Se

evaluará también que sea capaz de justificar suficientemente su diseño, identificando los principios del entrenamiento, las leyes de la adaptación que cumplir, las capacidades físicas básicas y conductas motrices para la mejora de la salud y calidad de vida, los métodos y medios de entrenamiento que mejor se ajustan a sus necesidades y a su entorno, así como todas las variables que afectan de una u otra forma al acondicionamiento físico. Todo ello con la finalidad de mantener y mejorar su propia condición física y su salud.

COMPETENCIAS: CL, CMCT, AA, CSC, SIEE, CEC BLOQUE DE APRENDIZAJE I: EL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y LOS HÁBITOS SALUDABLES

Contenidos

1. Reconocimiento de la higiene y salud para la calidad de vida.
2. Importancia del conocimiento de la nutrición en la salud y su relación con la condición física.
3. El entrenamiento invisible como favorecedor de la mejora de la condición física.
4. Relación de los mitos y falsas creencias con el ejercicio físico y la salud.
5. Conocimiento de las actividades físicas como recurso para la potenciación de la salud.
6. Interpretación de los principios de la teoría del entrenamiento.
7. Conocimiento y ejecución de los sistemas, métodos y medios del entrenamiento
8. Profundización en el reconocimiento de las capacidades físicas capacidades físicas básicas y conductas motrices.

CRIT 3. Ejecutar un proyecto de trabajo personal de la condición física que incida en el mantenimiento o la mejora de la propia salud, valorando la seguridad en la práctica de la actividad física, con la finalidad de adquirir conciencia sobre su propio cuerpo, aplicando las normas básicas de actuación ante posibles lesiones o accidentes menores en la práctica de la actividad física.

Con este criterio se pretende comprobar si el alumnado es capaz de llevar a la práctica el proyecto de trabajo personal que ha diseñado, verificando que los sistemas, métodos y medios de entrenamiento utilizados se ajustan a sus necesidades y a las posibilidades de su entorno, y que contribuyen a mejorar su salud. Se comprobará si el alumnado es capaz

de reconocer posibles lesiones y accidentes que se puedan producir durante la práctica, así como los protocolos de actuación inmediata, que permitan minimizar el alcance de estas. Se valorará en el proceso de evaluación que las tareas y los ejercicios (sean actividades recreativas, deportivas o con soporte musical), estén debidamente justificadas y controladas, y no supongan un riesgo para su salud. El alumnado podrá ejecutar en la práctica el proyecto de trabajo personal de la condición física en colaboración con otros compañeros y compañeras, de forma que puedan cooperar respetando las particularidades de cada una de las personas.

COMPETENCIAS: AA, CSC, SIEE BLOQUE DE APRENDIZAJE I: EL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y LOS HÁBITOS SALUDABLES

Contenidos

1. Interpretación desde una perspectiva crítica de los principios y métodos vinculados a la teoría del entrenamiento que favorezcan el desarrollo de la salud.
2. Conocimiento y ejecución de los sistemas, métodos y medios del entrenamiento, en especial aquellos que promuevan al fomento de la salud.
3. Correcta ejecución de ejercicios y tareas asociados a distintos ámbitos de la motricidad (recreativos, deportivos y con fondo musical) y su aplicación a los programas de mejora del acondicionamiento físico. Valoración de la importancia de su conocimiento como prevención de accidentes y lesiones deportivas.

CRIT 4. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, las herramientas y recursos disponibles en la red, o aplicaciones digitales como medio para obtener información, diseñar, poner en práctica y evaluar su proyecto de trabajo personal.

Con este criterio se propone verificar que el alumnado emplea de manera responsable y personal las tecnologías de la información y la comunicación, incluyendo sus vertientes interactivas y colaborativas, para recopilar, seleccionar, transformar y transmitir información vinculada con el entrenamiento, la condición física y la promoción de hábitos de vida saludables relacionados con la práctica de actividad física el deporte. Se comprobará que, para ello, utiliza distintos dispositivos (ordenadores, móviles, tabletas...) y que es capaz de realizar búsquedas, etiquetar, comentar, compartir, participar en plataformas y entornos educativos en línea, publicar en sitios web, utilizar aplicaciones móviles, o generar presentaciones, pósteres, infografías o cualquier otra producción digital. Además, se potenciará la utilización de estos recursos tecnológicos para el diseño, puesta

en práctica y evaluación de su proyecto de trabajo personal. Todo ello con la finalidad de potenciar un uso responsable y adecuado de las TIC.

COMPETENCIAS: CL, AA, CSC, SIEE, CD BLOQUE DE APRENDIZAJE I: EL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y LOS HÁBITOS SALUDABLES

Contenidos

1. Uso y valoración de los recursos tecnológicos para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia.
2. Empleo de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y desarrollo de los contenidos de la materia. Análisis y valoración de la información.

CRIT 5. Analizar las posibilidades laborales en torno a la actividad física en el mercado profesional actual.

Se trata de evaluar con este criterio si el alumnado es capaz de analizar las posibles salidas profesionales relacionadas con la condición física y, por consiguiente, con la actividad física en sí misma, indagando en la situación del mercado laboral tanto a nivel europeo y nacional, como regional, insular y local, de tal manera que le sirva para averiguar y reconocer sus posibilidades futuras respecto a su formación académica y al campo profesional de su interés.

COMPETENCIAS: AA, CSC, SIEE BLOQUE DE APRENDIZAJE II: OFERTA Y DEMANDA DEL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

Contenidos

1. Análisis y estudio de las ofertas y demandas del acondicionamiento físico en el mercado laboral actual en los niveles europeo, estatal, autonómico, insular y municipal.
2. Conocimiento y valoración de las salidas profesionales en el campo de la actividad física y del acondicionamiento.

12. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

En este apartado se establece la relación entre los instrumentos de evaluación, y los criterios de calificación:

- Test Motor (Aptitud Física). **2ptos.**

- Trabajo/s:
 - Teórico (Individual). **2ptos.**
 - Exposiciones teórico-prácticas de clase. **2ptos.**
- Exposiciones en la práctica:
 - Planillas de Auto-Coevaluación del alumno. **1pto.**
 - Planillas de evaluación del profesor. **1pto.**
- Observaciones Diarias asistencia, participación (Libro de registro del profesor). **2ptos.**

Dado el carácter eminentemente práctico de la materia, a aquellos alumnos/as que no puedan realizar la parte práctica por cualquier motivo (lesión, enfermedad, faltas de asistencia justificadas) se les aplicará una adaptación curricular que dependerá del número de sesiones prácticas que no realicen:

1. Alumnos que temporalmente estén enfermos o lesionados y no puedan realizar clases prácticas (de 1 a 6 sesiones).

Estos alumnos asistirán a las clases y colaborarán en la organización de la sesión. Desde que se recuperen volverán a hacer clases prácticas con normalidad.

2. Alumnos y alumnas que no puedan realizar las clases por motivo justificado durante dos semanas hasta un trimestre. Deberán realizar el mismo trabajo que en el caso anterior añadiendo uno o varios trabajos relativos a la lesión que padezcan o a los contenidos que se estén impartiendo en ese momento.

Alumnos que estén enfermos o lesionados durante más de un trimestre del curso; con ellos se hará una adaptación curricular.

Deberán presentar un certificado médico que diagnostique su enfermedad, y desaconseje el tipo de ejercicio físico perjudicial.

Los criterios de calificación cambiarían en estos casos quedando de la siguiente manera:

- *Pruebas teóricas:*
 - Examen teórico. (5 puntos)
 - Trabajos Específicos (o colaboraciones) sobre los contenidos impartidos u otros relacionados con la materia. (5 puntos).

En los casos que fuera posible, se les pedirá colaboraciones en las sesiones de clase o que traigan ejercicios de rehabilitación (aconsejados por el médico) para que los hagan en clase.

12.1 Plan de Recuperación.

A los alumn@s que no hayan superado una evaluación, como la evaluación es continua, sumativa y están interrelacionadas por criterios y competencias deberán ir progresando y recuperando las tareas, y actividades que les quede pendiente, e ir mejorando su participación en las siguientes evaluaciones. La nota final de la última evaluación sería la calificación que obtiene el alumno/a.

Si al finalizar el curso el alumno/a tuviese una calificación negativa (suspense), el alumno/a tendrá una última oportunidad en la prueba o período extraordinario, para mejorar los criterios (prueba, tareas o trabajos) que no ha superado.

13. CONCRECIÓN DE LOS OBJETIVOS AL CURSO.

1. Aplicar el conocimiento del propio cuerpo, para incrementar las posibilidades de ejecución a través del desarrollo de sus propias capacidades físicas como mejora de su salud.
2. Aplicar y valorar de manera autónoma los sistemas, métodos y medios adecuados para la puesta en práctica de las actividades físico-deportivas que contribuyan a mejorar su condición física y en consecuencia, su calidad de vida.
3. Comprender e interpretar los aspectos más importantes de la teoría del entrenamiento deportivo de forma que le permita elaborar y ejecutar los programas de entrenamiento que haya diseñado para las sesiones individuales.
4. Realizar periódicamente los controles pertinentes (test) según el protocolo establecido para cada uno de ellos.
5. Participar en actividades físico-deportivas de distinta índole, contribuyendo a su organización, incluidas aquellas con soporte musical, reconociéndolas y valorándolas como un medio de acondicionamiento físico.

14. SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

UT1: " MEJORO MI CONDICIÓN FÍSICA".

Descripción:

Las nuevas metodologías y modalidades de entrenamiento como el fitness, basadas en los sistemas de entrenamientos más tradicionales están siendo una buena fórmula para recuperar esos valores de autosuperación, confianza en uno mismo, al mejorar nuestra forma física. Ahora con estas modalidades en compañía de otros amigos, con los que puedes medir tus capacidades y a la vez ayudas o te ayudan a mejorar la calidad de vida. Es por ello, que hemos diseñado la organización de sesiones basadas en los sistemas de

entrenamiento de las diferentes capacidades motrices, utilizando todos los recursos y nuevos contenidos que las nuevas tecnologías de la información ponen a nuestro alcance.

Criterios de evaluación.

BACM02C01

BACM02C02

BACM02C03

BACM02C04

Productos.

Trabajo individual: Planificación personal de la condición física.

Exposiciones de grupo: Sesiones Prácticas.

Pruebas Físicas.

Registros de observación directa del profesor.

Tipos de evaluación según el agente.

.Autoevaluación.

Coevaluación.

Heteroevaluación.

Fundamentación metodológica/concreción.

Modelos de enseñanza.

- Enseñanza no directiva.
- Expositivo.
- Indagación científica.
- Investigación grupal.

Metodologías:

Estrategias interactivas que favorecen la participación activa:

- Aprendizaje basado en problemas.
- Aprendizaje basado en proyectos.
- Aprendizaje cooperativo.

Agrupamientos:

- Grupos heterogéneos.
- Pequeños grupos.
- Trabajo individual.

Espacios:

Pabellón y cancha exterior.

Recursos:

- Material deportivo diverso, del departamento o que aportan los alumnos.

- Planillas de evaluación, registros.
- Plataforma digital EVAGD.

Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores:

Las actividades físicas son un poderoso factor de transformación de la sociedad, que ayuda a nivelar las desigualdades sociales, a contrarrestar el agresivo militarismo y a fomentar la amistad y el mutuo entendimiento entre los pueblos del mundo.

Por eso las actividades físico-recreativas no solo deben ser para emplear el tiempo libre, sino que pueden ser un conjunto de acciones dirigidas para aprovechar y mejorar el comportamiento a partir de la formación de los valores (responsabilidad, igualdad y solidaridad).

Implementación.

Desde 15/09/2020 al 04/12/2020

22 sesiones

Primer trimestre

Desarrollo:

Elaboración de un plan personalizado de entrenamiento de la condición física.

Elaboración y puesta en práctica de sesiones (por grupos) para la condición física de un grupo de referencia, en este caso del propio grupo de clase como usuario estandar.

Propuesta de mejora:

Pruebas físicas, a realizar en cada trimestre, para valorar el nivel de forma física, análisis y mejora del plan de entrenamiento personal.

UT2: “PROYECTO DE FUTURO”.

Descripción:

La planificación de las sesiones juega un papel importante, como el proceso mediante el cual el alumnado busca y determina alternativas y vías de acción que con mayor probabilidad puedan conducir al éxito. Por tanto, los objetivos trazados para que el alumnado planifique serán los siguientes:

- Evitar la improvisación.
- Conseguir una continua progresión y mantenimiento de la forma de los deportistas.

En este bloque se preparan diferentes sesiones de cara a las pruebas de acceso a las diferentes opciones de salidas profesionales relacionadas con la optativa. Por ejemplo,

pruebas físicas a la policía local, bomberos, guarda forestal, licenciado en educación física, y otras.

Criterios de evaluación.

BACM02C01

BACM02C04

BACM02C05

Instrumentos de evaluación / Productos:

Trabajos en grupos:

Elaboración de sesiones prácticas dirigidas a la preparación de pruebas de acceso.

Test Físico.

Tipos de evaluación según el agente.

Autoevaluación.

Coevaluación.

Heteroevaluación.

Modelos de enseñanza.

Enseñanza no directiva.

Expositivo.

Investigación Grupal.

Investigación Guiada.

Metodologías:

Aprendizaje cooperativo.

Agrupamientos:

Trabajo individual

Grupos heterogéneos

Pequeños grupos.

Espacios:

Instalaciones deportivas del centro (pabellón y cancha exterior).

Recursos:

Material deportivo: Balón medicinal, banco sueco, cinta métrica, cronómetro, colchonetas, conos, y otros (pequeño material).

Planilla de registro del alumno. (Formato digital en evagd)

Justificación.

Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores:

La igualdad.

Implementación.

Desde 11/01/2021 al 26/03/2021

21 sesiones

Segundo Trimestre

Valoración del ajuste.

Desarrollo:

Los alumnos prepararán sesiones de trabajo dirigidas a las diferentes pruebas de accesos relacionadas con las distintas salidas profesionales relacionadas con la optativa.

Propuesta de mejora:

Se intentará hacer alguna charla con los agentes relacionados con las distintas opciones de las diferentes salidas profesionales.

Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos:

Matemáticas, por la elaboración de gráficos y cálculos matemáticos.

UT3: "ACTIVIDADES DIRIGIDAS Y CREACIÓN DE EVENTOS".

Descripción:

Esta unidad está relacionada con la puesta en práctica de actividades dirigidas, para la organización de eventos deportivos, o deportivo culturales.

FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR.

Criterios de evaluación.

BACM02C01

BACM02C02

BACM02C04

Instrumentos de evaluación / Productos:

Proyectos:

Trabajo individual y de grupo.

Planillas de registro del alumnado y del profesor.

Tipos de evaluación según el agente.

Autoevaluación.

Coevaluación.

Heteroevaluación.

FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA/CONCRECIÓN.

Modelos de enseñanza.

Enseñanza no directiva

Investigación grupal

Expositivo

Metodologías:

Aprendizaje cooperativo

Aprendizaje basado en problemas

Aprendizaje basado en proyectos

Agrupamientos:

Pequeños grupos

Trabajo individual

Grupos heterogéneos

Espacios:

Instalaciones deportivas: Pabellón y cancha exterior.

Recursos:

Diversidad de material del departamento. Pequeño material: Conos, picas, cuerdas, pelotas, elásticos....varios

Posibilidad de materiales reciclados.

JUSTIFICACIÓN.

Tratamiento de los elementos transversales y Estrategias para desarrollar la educación en valores:

Tradiciones y cultura popular canaria.

IMPLEMENTACIÓN.

Desde 05/04/2021 al 04/06/2021

12 sesiones

Primer Trimestre

VALORACIÓN DEL AJUSTE.

Desarrollo:

Se dedicarán sesiones a la preparación de eventos relacionados con actividades dirigidas y también para el día de Canarias.

Propuesta de mejora:

Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos: