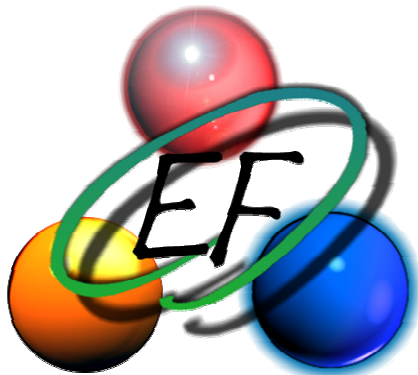


# Programación Didáctica Educación Física



**EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA**



**CURSO 2005-2006**

## ÍNDICE

- 1.- OBJETIVOS, CONTENIDOS (CONCEPTUALES, PROCEDIMENTALES Y ACTITUDINALES) Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA CADA CURSO.
- 2.- LA FORMA EN SE INCORPORAN LOS TEMAS TRANSVERSALES.
- 3.- LA DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE LOS CONTENIDOS EN EL CURSO O CICLO Y SUS CRITERIOS DE EVALUACIÓN POR UNIDADES.
- 4.- LA METODOLOGÍA DIDÁCTICA QUE SE VA A APLICAR.
- 5.- LOS PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE DE LOS ALUMNOS.
- 6.- LOS CRITERIOS DE CALIFICACIÓN QUE SE VAYAN A APLICAR.
- 7.- LAS ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN, PROFUNDIZACIÓN O REFUERZOS PARA LOS CASOS QUE PROCEDA, SEGÚN LAS ETAPAS.
- 8.- LOS MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS, INCLUIDOS LOS LIBROS QUE SE VAYAN A UTILIZAR.
- 9.- LAS ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES QUE SE PRETENDAN REALIZAR.
- 10.- LAS MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Y LAS ADAPTACIONES CURRICULARES PARA LOS ALUMNOS QUE LAS PRECISEN SEGÚN LAS ETAPAS.

- 1.- OBJETIVOS, CONTENIDOS (CONCEPTUALES, PROCEDIMENTALES Y ACTITUDINALES) Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA CADA CURSO.

**1.1.- OBJETIVOS DE ETAPA: EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA**

1. Leer comprensivamente los textos.
2. Distinguir las ideas principales de las secundarias en un escrito.
3. Comprender el vocabulario de uso habitual y conceptos básicos de área.
4. Utilizar un vocabulario variado y adecuado.
5. Buscar, seleccionar e interpretar fuentes de información adecuadas para la solución de un problema.
6. Relacionar o contrastar dos o más fuentes obteniendo una conclusión propia.
7. Respetar normas de funcionamiento del grupo y del aula.
8. Participar activamente en las tareas de grupo.

Desarrollaremos los objetivos generales de etapa con intensidad diversa en el área de Educación Física, señalando las coincidencias en los siguientes puntos:

Objetivos generales de etapa

Objetivos generales de área

Nº 8 .....	Nº 5
7 .....	5
7 .....	4
6 .....	3
5 .....	3

Los objetivos generales de etapa 1, 2, 3, y 4 son desarrollados en las actividades teórico-prácticas que se imparten en los siguientes momentos:

- Información que da el profesor al comienzo de cada sesión.
- Búsqueda bibliográfica para desarrollar aquellos temas o trabajos que se piden al alumno.
- En la dirección de grupos-equipos (vocabulario técnico).
- En la autocorrección.
- En las explicaciones de los temas teóricos que puedan darse durante el curso.

**1.2.- OBJETIVOS GENERALES DE ÁREA.**

La Educación Física en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria tendrá como objetivo contribuir a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades siguientes:

1. Conocer y valorar los efectos que tiene la práctica habitual y sistemática de actividades físicas en su desarrollo personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida y de salud.

2. Planificar y llevar a cabo actividades que le permitan satisfacer sus propias necesidades, previa valoración del estado de sus capacidades físicas y habilidades motrices, tanto básicas como específicas.

3. Aumentar sus posibilidades de rendimiento motor mediante el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas y el perfeccionamiento de sus funciones de ajuste, dominio y control corporal, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación.

4. Ser consecuente con el conocimiento del cuerpo y sus necesidades, adoptando una actitud crítica ante la práctica que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva, respetando el medio ambiente y favoreciendo su conservación.

5. Participar, con independencia del nivel de destreza alcanzado, en actividades físicas y deportivas, desarrollando actitudes de cooperación y respeto, valorando los aspectos de relación que tienen las actividades físicas y reconociendo como valor cultural propio los deportes y juegos autóctonos que le vinculan a nuestra comunidad.

6. Reconocer, valorar y utilizar en diversas actividades y manifestaciones culturales y artísticas la riqueza expresiva del cuerpo y el movimiento como medio de comunicación y expresión creativa.

**1.3.- OBJETIVOS, CONTENIDOS (CONCEPTUALES, PROCEDIMENTALES Y ACTITUDINALES)**

**1.3.1.- PRIMERO DE ESO**

1º  
ESO

**UNIDAD DIDÁCTICA: JUEGOS MOTRICES**

## **OBJETIVOS**

- 1.- Practicar de forma activa los diferentes juegos motrices.
- 2.- Analizar las formas de consecución del éxito en los diferentes juegos.
- 3.- Comprobar el alto grado de actividad física de los juegos.
- 4.- Comprobar la diversión producida por el aspecto lúdico de los juegos.

## **CONTENIDOS**

### ✓ **CONCEPTUALES**

- 1.- El juego.
- 2.- El esfuerzo.
- 3.- El éxito.
- 4.- La táctica.
- 5.- Las normas.

### ✓ **PROCEDIMENTALES**

- 1.- Realización de los diferentes juegos propuestos.
- 2.- Análisis de las situaciones producidas mediante comentarios y opiniones.
- 3.- Reemprender de nuevo el juego con las nuevas ideas y sugerencias.

### ✓ **ACTITUDINALES**

- 1.- Valoración del esfuerzo de los demás independientemente el resultado.
- 2.- Valoración de la cooperación en equipo.

## **ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE**

- 1.- Exponer las normas del juego.
- 2.- Iniciar el juego con la libre forma de participar de cada uno.
- 3.- Parar el juego para analizar las conductas del juego.
- 4.- Fomentar la intervención de los alumnos en dicho análisis.
- 5.- Reiniciar el juego.

## **PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- Participación activa en los juegos.
- 2.- Creación de una charla sobre las conductas mostradas en el juego.
- 3.- Participación en el reinicio de los juegos.

### **✚ CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- Participación en el juego.
- 2.- Participación en el análisis
- 3.- Mejora de las conductas después del análisis del juego al reiniciar el juego.

### **✚ RECURSOS MATERIALES**

- Media pista del polideportivo o exterior.
- Tres juegos de petos.
- Conos.
- Pelotas de plástico, de rugby y de espuma.

### **✚ TEMPORALIZACIÓN Y SESIONES**

Número de sesiones: 5 sesiones  
Evaluación: 1ª

Sesión	Actividades
1	Juegos de Pilar y variantes. Juego de los “Triángulos”
2	Juegos de Mato y variantes. “Mato cuadrado”
3	Juego de “Las tres casas”
4	Juego de “Las Calles” y “Pañuelito”
5	Juego de “Robar piedras”

## **OBJETIVOS**

- 1.- Familiarizarse con conceptos básicos sobre la anatomía del movimiento humano.
- 2.- Comprender las razones de movimiento humano.
- 3.- Conocer el funcionamiento de las distintas estructuras básicas del aparato locomotor.
- 4.- Entender la relación entre el sistema respiratorio, el sistema cardiocirculatorio y el aparato locomotor.

## **CONTENIDOS**

### ✓ **CONCEPTUALES**

- 1.- El músculo.
- 2.- Los huesos.
- 3.- Los tendones.
- 4.- Los ligamentos.
- 5.- Los pulmones.
- 6.- El corazón.

### ✓ **PROCEDIMENTALES**

- 1.- Exposición oral de los contenidos conceptuales.
- 2.- Aplicación en las posteriores sesiones prácticas de otras unidades didácticas.

### ✓ **ACTITUDINALES**

- 1.- Respeto hacia el propio cuerpo.
- 2.- Cuidado e higiene del propio cuerpo.

## **ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE**

- 1.- Exponer oralmente los contenidos conceptuales.
- 2.- Relacionar los contenidos teóricos con aspectos prácticos de las sesiones.

## **PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- Preguntas orales.
- 2.- Observación del nivel de implicación en las sesiones.

## **CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- Examen oral de los contenidos explicados.
- 2.- Participación en la sesiones prácticas/teóricas.

## **RECURSOS MATERIALES**



- Aula
- Pizarra y Tiza

### **TEMPORALIZACIÓN Y SESIONES**

Número de sesiones: 2 sesiones

Evaluación: 1ª

Sesión	Actividades
1	Aparato Locomotor
2	Sistema Respiratorio y Cardiocirculatorio

## **UNIDAD DIDÁCTICA: ACTUANDO BAILANDO**

## **OBJETIVOS**

- 1.- Conocer los conceptos básicos de la expresión corporal.
- 2.- Tomar conciencia del propio cuerpo y de su conducta como fuente de continua expresión.
- 3.- Perder el miedo a mostrar el cuerpo y sus manifestaciones ante los demás.
- 4.- Ser capaz de expresar una idea mediante el uso del cuerpo.

## **CONTENIDOS**

### ✓ **CONCEPTUALES**

- 1.- La expresión.
- 2.- El movimiento expresivo.
- 3.- El cuerpo.

### ✓ **PROCEDIMENTALES**

- 1.- Utilizar habilidades expresivas de forma individual y grupal para manifestar los estados emocionales y/o situaciones ficticias.
- 2.- Elaborar y representar composiciones corporales individuales y colectivas.
- 3.- Representar diferentes situaciones de un mismo tema ante los compañeros.

### ✓ **ACTITUDINALES**

- 1.- Valoración de la belleza plástica del movimiento individual y colectivo.
- 2.- Mejora de la sociabilidad.
- 3.- Valoración del trabajo en equipo.
- 3.- Fomento de la capacidad creadora y deshinibidora de la expresión en público con el propio cuerpo.

## **ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE**

- 1.- Visualizar diferentes modelos. Video Elastic. Modelo.
- 2.- Proponer diferentes situaciones sencillas para su representación.
- 3.- Ensayos y rectificaciones.
- 4.- Presentación de la obra.

## **PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- Valoración de la obra representado. Del 0 al 10.
- 2.- La propia participación del alumno en cada uno de los ensayos.
- 3.- El esfuerzo y el interés mostrado durante cada una de las sesiones independientemente del rendimiento obtenido.
- 4.- La nota se ajusta con la participación y el esfuerzo.

#### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- Representar una obra relacionada con los ensayos en las que participen de forma activa todos los integrantes de grupo.

#### **RECURSOS MATERIALES**

- Media pista del polideportivo

#### **TEMPORALIZACIÓN Y SESIONES**

Número de sesiones: 5 sesiones  
Evaluación: 1ª

Sesión	Actividades
1	Visualización del Video Elastic
2	Propuesta de diferentes situaciones sencillas
3	Ensayo 1
4	Ensayo 2
5	Examen

## **UNIDAD DIDÁCTICA: MALABARES**

## **OBJETIVOS**

- 1.- Adquirir la correcta ejecución de las actividades que impliquen el desarrollo de coordinación óculo - manual.
- 2.- Desarrollar la coordinación segmentaria, el equilibrio estático y dinámico y la habilidad para realizar malabares.
- 3.- Práctica recreativa de las mismas

## **CONTENIDOS**

### ✓ **CONCEPTUALES**

- 1.- La coordinación óculo-manual.
- 2.- Los malabares.
- 3.- Las Figuras malabares.
- 4.- Las técnicas malabares.

### ✓ **PROCEDIMENTALES**

- 1.- Exposición práctica,
- 2.- Realización de los ejercicios propuestos en las sesiones de malabares, aros, bancos y coordinaciones rítmicas, como desarrollo de coordinación dinámica general, de equilibrio y de agilidad.

### ✓ **ACTITUDINALES**

- 1.- Concienciación de su nivel de habilidad como punto de partida en el aprendizaje personal.
- 2.- Disposición favorable al aprendizaje de cada uno de los pasos de las progresiones pedagógicas.
- 3.- Superación los miedos e inhibiciones al vencer las dificultades presentadas de forma progresiva.
- 4.- No menospreciar los diferentes niveles de destreza de los participantes.

## **ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE**

- 1.- Exposición práctica.
- 2.- Realización de ejercicios propuestos en las estaciones.
- 3.- Requerimiento de nuevas propuestas a los alumnos en las sesiones.

## **PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN**

1.- Se realiza un circuito práctico en el que se disponen 5 estaciones.

#### **✚ CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

1.- Se informará a los alumnos de la valoración de cada una de las estaciones propuestas.

#### **✚ RECURSOS MATERIALES**

- Bolas de malabares
- Aros
- Bancos

#### **✚ TEMPORALIZACIÓN Y SESIONES**

Número de sesiones: 6 sesiones

Evaluación: 2ª

Sesión	Actividades
1	Exposición sobre la confección de las bolas
2	Proposición de diferentes situaciones sencillas
3	Ensayo Circuito 1
4	Ensayo Circuito 2
5	Ensayo Circuito 3
6	Examen del circuito

## **UNIDAD DIDÁCTICA: TEST FÍSICOS**

## **OBJETIVOS**

- 1.- Evaluar su rendimiento motor mediante pruebas objetivas.
- 2.- Conocer los límites personales de capacidad física y utilizarlos como punto de partida para la actividad cotidiana.
- 3.- Conocer los factores que mejoran y empeoran los resultados de los tests físicos.

## **CONTENIDOS**

### ✓ **CONCEPTUALES**

- 1.- Test de Cooper
- 2.- Test de Velocidad.
- 3.- Test de Flexibilidad

### ✓ **PROCEDIMENTALES**

- 1.- Realización de diferentes pruebas de aptitud física: Resistencia Aeróbica, Flexibilidad y Velocidad.
- 2.- Explicación sobre los factores que pueden mejorar y empeorar las resultados de los tests.

### ✓ **ACTITUDINALES**

- 1.- Disposición favorable a la realización de los test físicos.
- 2.- Concienciación de la propia condición física y responsabilidad en el desarrollo de la misma.
- 3.- Aceptación de las limitaciones personales.

## **ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE**

- 1.- Realización de las pruebas que componen el test, agrupadas en varios días.
- 2.- Exposición de la normativa de los test propuestos.
- 3.- Explicación sobre los factores que influyen en los test.

## **PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- Realización de las pruebas del test de cualidades físicas básicas.

## **CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- Se presentará previamente a la realización de la prueba un baremo en el que se relaciona la marca conseguida con la nota que le corresponde.

## **RECURSOS MATERIALES**

- Media pista del polideportivo o exterior.
- Cronómetro
- Silbato
- Banco

### **TEMPORALIZACIÓN Y SESIONES**

Número de sesiones: 3 sesiones

Evaluación: 2ª

Sesión	Actividades
1	Test de Cooper o Course Navette
2	Test de Velocidad
3	Test de Flexibilidad

## **UNIDAD DIDÁCTICA: ATLETISMO - SALTOS**

## **OBJETIVOS.**

- 1.- Conocer los conceptos básicos relacionados con el atletismo y la interrelación de este deporte con las cualidades físicas y motrices.
- 2.- Conocer las pruebas que en la actualidad componen el programa olímpico en atletismo, así como el vocabulario básico.
- 3.- Características de las distintas especialidades y reglamentación.
- 4.- Aprender progresivamente técnicas de saltos básicas.

## **CONTENIDOS**

### ✓ **CONCEPTUALES**

- 1.- Triple Salto.
- 2.- Salto Longitud.
- 3.- Salto Altura.

### ✓ **PROCEDIMENTALES**

- 1.- Explicaciones teóricas sobre pruebas, vocabulario específico y reglamentación básica.
- 2.- Práctica de las pruebas.
- 3.- Aprendizaje progresivo de la técnica de saltos en cada una de las pruebas.
- 4.- Competición a nivel de clase, independientemente del nivel de competencia que se tenga.

### ✓ **ACTITUDINALES**

- 1.- Participación en las distintas pruebas y aceptación de la competencia sin desarrollar actitudes de rivalidad.
- 2.- Respetar normas de juego, a los compañeros y a los adversarios.
- 3.- Potenciación del espíritu de superación y autoexigencia ante las dificultades.

## **ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE**

- 1.- Práctica en la competición y en los entrenos.
- 2.- Exposición de la técnica de los diferentes tipos de saltos.

## **PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN**



- 1.- Participación activa en las sesiones prácticas.
- 2.- Buena actitud en torno a las actividades y a los compañeros.

#### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- La participación activa y correcta en las sesiones es suficiente para aprobar.
- 2.- Se valorarán las marcas obtenidas para mejorar la nota.

#### **RECURSOS MATERIALES**

- Pistas exteriores
- Cinta métrica
- Media pista del polideportivo

#### **TEMPORALIZACIÓN Y SESIONES**

Número de sesiones: 2 sesiones  
Evaluación: 2ª

Sesión	Actividades
1	Salto de Longitud
2	Triple Salto

## **UNIDAD DIDÁCTICA: ATLETISMO - CARRERAS**

### **✚ OBJETIVOS.**

- 1.- Conocer los conceptos básicos relacionados con el atletismo y la interrelación de este deporte con las cualidades físicas y motrices.
- 2.- Conocer las pruebas que en la actualidad componen el programa olímpico en atletismo, así como el vocabulario básico.
- 3.- Características de las distintas especialidades y reglamentación.
- 4.- Aprender progresivamente técnicas de carrera básicas.

### **✚ CONTENIDOS**

#### **✓ CONCEPTUALES**

- 1.- La prueba de 100 metros.
- 2.- La prueba de 1500 metros.
- 3.- Prueba de relevos.

#### **✓ PROCEDIMENTALES**

- 1.- Explicaciones teóricas sobre pruebas, vocabulario específico y reglamentación básica.
- 2.- Práctica de las pruebas.
- 3.- Aprendizaje progresivo de la técnica de carrera en cada una de las pruebas.
- 4.- Competición a nivel de clase, independientemente del nivel de competencia que se tenga.

#### **✓ ACTITUDINALES**

- 1.- Participación en las distintas pruebas y aceptación de la competencia sin desarrollar actitudes de rivalidad.
- 2.- Respetar normas de juego, a los compañeros y a los adversarios.
- 3.- Potenciación del espíritu de superación y autoexigencia ante las dificultades.

### **✚ ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE**

- 1.- Práctica en la competición y en los entrenos.
- 2.- Exposición de las normas de cada una de las pruebas de carrera.

## **✚ PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- Participación activa en las sesiones prácticas.
- 2.- Buena actitud en torno a las actividades y a los compañeros.

## **✚ CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- La participación activa y correcta en las sesiones es suficiente para aprobar.
- 2.- Se valorarán las marcas obtenidas para mejorar la nota.

## **✚ RECURSOS MATERIALES**

- Pistas exteriores
- Cronómetro

## **✚ TEMPORALIZACIÓN Y SESIONES**

Número de sesiones: 3 sesiones  
Evaluación: 3ª

Sesión	Actividades
1	100 metros lisos
2	1500 metros
3	Relevos 4x4

## **UNIDAD DIDÁCTICA: BALONMANO**

### **✚ OBJETIVOS**

- 1.- Conocer los conceptos básicos de lo que es un deporte conocido: El Balonmano.
- 2.- Conocer la diversidad de actividades de modalidades deportivas minoritarias.
- 3.- Conocer el valor del juego y el deporte como manifestación social y cultural de cada sociedad.

### **✚ CONTENIDOS**

#### **✓ CONCEPTUALES**

- 1.- El Reglamento.
- 2.- La técnica.
- 3.- La competición

#### **✓ PROCEDIMENTALES**

- 1.- Formación de equipos.
- 2.- Explicación del Reglamento adaptado y básico.
- 3.- Realización de ejercicios de posiciones básicas, remates, pases y tiros.
- 4.- Tácticas básicas: Defensa y ataque. Posiciones en la pista.
- 5.- Mini-competición.

#### **✓ ACTITUDINALES**

- 1.- Cooperación en el trabajo de equipo.
- 2.- Esforzarse para conseguir la superación.

### **✚ ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE**

- 1.- Explicaciones teóricas y puesta en práctica con repetición de ejercicios.
- 2.- Ejercicios en forma de competición y sistema de eliminatoria.

### **✚ PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- La participación correcta ya activa en cada una de las prácticas.

### **✚ CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

- 1.- La propia participación del alumno en cada una de las pruebas, independientemente de su resultado.
- 2.- El esfuerzo y el interés mostrado durante cada una de las sesiones independientemente del rendimiento obtenido

### **✚ RECURSOS MATERIALES**

- Media pista del polideportivo o exterior.
- Balones de balonmano
- Petos

### **✚ TEMPORALIZACIÓN Y SESIONES**

Número de sesiones: 6 sesiones  
Evaluación: 3ª

Sesión	Actividades
1	Familiarización
2	Minipartidos
3	Minipartidos
4	Minipartidos
5	Semifinales
6	Finales

## UNIDAD DIDÁCTICA: NATACIÓN

### ✚ OBJETIVOS

- 1.- Practicar de forma activa los diferentes juegos acuáticos.
- 2.- Entender el medio acuático con un medio lúdico y de diversión.
- 3.- Consolidar los principios de propulsión, flotabilidad, respiración y coordinación en el medio acuático.
- 4.- Experimentar los 3 estilos natatorios: crol, braza y espalda.

### ✚ CONTENIDOS

#### ✓ CONCEPTUALES

- 1.- El juego.
- 2.- La respiración en el agua.
- 3.- La coordinación en el agua.
- 4.- La flotabilidad en el agua.
- 5.- La propulsión en el agua.
- 6.- Los estilos.

#### ✓ PROCEDIMENTALES

- 1.- Realización de los diferentes juegos propuestos basados en la propulsión, flotabilidad, respiración y coordinación en el medio acuático.
- 2.- Análisis de las situaciones producidas mediante comentarios y opiniones.
- 3.- Aplicación de las nuevas ideas al juego o a las situaciones propuestas.
- 4.- Experimentación de los estilos de crol, espalda y braza.

#### ✓ ACTITUDINALES

- 1.- Valoración del esfuerzo de los demás independientemente del resultado.
- 2.- Valoración de la cooperación en equipo.

### ✚ ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE

- 1.- Exponer las normas del juego o las actividades.
- 2.- Iniciar el juego o las actividades con la libre forma de participar de cada uno.
- 3.- Parar el juego para analizar las conductas del juego.
- 4.- Fomentar la intervención de los alumnos en dicho análisis.
- 5.- Reiniciar las situaciones propuestas.

## PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

- 1.- Participación activa en las actividades y juegos.
- 2.- Creación de una charla sobre las conductas mostradas en el juego y actividades propuestas.
- 3.- Participación en el reinicio de los juegos y actividades.

En aquellos casos en los que el alumno justifique debidamente su imposibilidad de participar práctica y activamente en las sesiones prácticas, el profesor facilitará al alumno una manera para poder recuperar esa clase (un trabajo por cada una de las sesiones, un trabajo amplio de un tema acuático, una exposición, un examen,...).

## CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1.- Participación en las actividades y juegos.
- 2.- Participación en el análisis
- 3.- Mejora de las conductas después del análisis del juego al reiniciar el juego.
- 4.- Evaluación de los trabajos, exposiciones y/o exámenes propuestos en el caso que el profesor estime oportuno.

## RECURSOS MATERIALES

- Piscina.
- Material acuático.

## TEMPORALIZACIÓN Y SESIONES

Número de sesiones: 16 sesiones  
Evaluación: 1ª - 2ª - 3ª - 4ª

Sesión	Actividades
1	Juegos de Propulsión: Relevos...
2	Juegos de Respiración: Apnea,...
3	Juegos de Coordinación
4	Juegos de Flotabilidad
5	Juegos Globales
6	Competición por relevos
7	Ginkana acuática
8	Natación libre
9	Juegos con pelota
10	Juegos con pelota II
11	Juegos con pelota III
12	Competición por relevos
13	Ginkana acuática
14	Buceo
15	Buceo
16	Natación libre

**2.- LA FORMA EN LA QUE SE INCORPORAN LOS TEMAS TRANSVERSALES.**



Los elementos educativos básicos que se trabajan en todas las áreas tendrán, en nuestro colegio, las siguientes incidencias en EDUCACIÓN FÍSICA:

**Educación para la salud:** El tratamiento de la salud desde el conocimiento del propio cuerpo, información biológica, los efectos de la adquisición de hábitos saludables y los beneficios que de la actividad física sistemática se desprenden.

Orientación y educación para tomar conciencia de los cambios físico-sexuales que a esta edad se experimentan y aceptar, con naturalidad, los aspectos sociales y psicológicos masculinos y femeninos.

**Educación para el conocimiento mutuo entre los sexos y la igualdad de oportunidades de ambos:** Nos llevará a respetar las características de cada uno y se puede favorecer con estas estrategias:

- \*Plantear actividades considerando aspectos cualitativos y no tanto cuantitativos en juegos y deportes.

- \*Evaluar no sólo el producto del aprendizaje sino también el proceso formativo.

- \*Favorecer situaciones de integración y no de segregación.

- \*Conseguir que chicos y chicas tengan ocasión de experimentar el mismo repertorio motor, sin discriminación de género (gimnasia, fútbol,...)

- \*Cuidar el lenguaje, las actitudes y representaciones que lleven cargas de discriminación sexista.

**Educación del consumidor:** Adoptar una actitud crítica y responsable al actual sentido comercial y consumista de productos y marcas que tratan de aprovecharse de esta atracción social.

Interesar a los alumnos sobre el bien cultural que ejerce la actividad física en toda la comunidad y evitar que se transforme en un mero “bien” de consumo, buenas instalaciones y marcas de moda y caras.

**Educación ambiental:** Nuestras actividades, que se desarrollan en un medio natural y abierto, en constante roce del cuerpo con el entorno, facilitarán la reflexión crítica para que lo cuide y lo proteja, relacionando esta conciencia con la educación para la salud.

A esta edad no basta con que respete el medio en que vive, debe participar activamente en la reconstrucción y mejora del mismo.

**Educación para la tolerancia:** La participación bajo normas de respeto y cooperación contribuye a fomentar el sentido de comprensión con los compañeros y compañeras menos dotados, atendiendo a **su diversidad**, y a sus peculiares características.

La deportividad, el juego limpio (fair play) deben asumir un papel determinante frente al “ganar a toda costa” o “teatralizar situaciones con ánimo de una ventaja desleal”.

**Educación para la paz:** Valorar la cooperación en todos los componentes del grupo, tomando al adversario en juegos y deportes como un opositor y no como un enemigo. Resolver situaciones de enfrentamiento con el diálogo.

**“Junts Podem”:** Tomar conciencia de que hay otros chicos y chicas en el mundo que necesitan colaboración y ayuda nuestra, de tal forma que también obtengan los beneficios que la actividad física proporciona.

**Educación para la iniciativa, imaginación, experimentación:** que exigen de chicos y chicas inteligencia, ingenio, originalidad, espíritu de empresa.

### **3.- LA DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE LOS CONTENIDOS EN EL CURSO O CICLO Y SUS CRITERIOS DE EVALUACIÓN POR UNIDADES.**

Tanto los **CRITERIOS DE EVALUACIÓN** como los **PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN** por unidades didácticas se encuentran especificados en las correspondientes **UNIDADES DIDÁCTICAS** desarrolladas en esta programación.

Así pues en el apartado 1.3.1. podemos encontrar las que hacen referencia a primero de la ESO, y en el apartado 1.3.2. podemos encontrar las que hacen referencia a segundo de la ESO.

Como norma general cabe destacar que la evaluación global se realizará según la siguiente distribución;

- 30% **ACTITUD MOSTRADA POR EL ALUMNO**. La actitud deberá ser siempre respetuosa y educada hacia la materia, de la misma manera que se espera una implicación activa y de esfuerzo en la misma.

- 30% **CAPACIDADES PRÁCTICAS**. Las destrezas, habilidades, condiciones, aptitudes de los alumnos en el desarrollo de las actividades físicas y de los deportes realizados durante las sesiones representarán el 30% de la nota.

- 30% **CONCEPTOS TEÓRICOS ADQUIRIDOS**. Los conceptos teóricos que el alumno demuestra dominar, ya sea en los exámenes, trabajos, exposiciones o cualquier otro procedimiento utilizado para la evaluación se verán representados por el 30% de la nota.

- 10% **IMPLICACIÓN VOLUNTARIA**. Aquellos alumnos que deseen ver su nota incrementada hasta un 10% podrán presentar opciones de trabajos, actividades u otras iniciativas que una vez consensuadas y aceptadas con el profesor podrán obtener un incremento máximo de este apartado del 10%.

En aquellas ocasiones en el que no por la naturaleza de las unidades didácticas no haya una parte teórica propuesta, el 30% de la parte de conceptos teóricos adquiridos pasará a engrosar las capacidades prácticas, quedando la distribución para esas ocasiones de la siguiente manera;

- 30% **ACTITUD MOSTRADA POR EL ALUMNO**. La actitud deberá ser siempre respetuosa y educada hacia la materia, de la misma manera que se espera una implicación activa y de esfuerzo en la misma.

- 60% **CAPACIDADES PRÁCTICAS**. Las destrezas, habilidades, condiciones, aptitudes de los alumnos en el desarrollo de las actividades físicas y de los deportes realizados durante las sesiones representarán el 30% de la nota.

- 10% **IMPLICACIÓN VOLUNTARIA**. Aquellos alumnos que deseen ver su nota incrementada hasta un 10% podrán presentar opciones de trabajos, actividades u otras iniciativas que una vez consensuadas y aceptadas con el profesor podrán obtener un incremento máximo de este apartado del 10%.

**Hay que destacar que la Unidad Didáctica de Natación se realiza durante todas las evaluaciones y que por disponibilidad de la piscina cada curso de primero y segundo realizará una clase de natación cada dos semanas.**

Así pues y con el fin de facilitar el cuadro que a continuación se detalla la Natación no aparece en él aunque quede claro que se da de forma continua y constante durante todo el curso.



<b><u>PRIMERO ESO</u></b>	<b><u>UNIDADES</u></b>	<b><u>TEMAS</u></b>	<b><u>Actividades</u></b>
<p>1ª EVALUACIÓN</p> <p>15 sesiones aprox.</p> <p>15/09/05 21/11/05</p>	<p>1.- Juegos Motrices 5 sesiones aprox.</p> <p>2.- Nuestro cuerpo 2 sesiones aprox.</p> <p>3.- El Ritmo 6 sesiones aprox.</p>	<p>1.- Juegos de colaboración 2.- Juegos de oposición</p> <p>3.- Aparato locomotor 4.- Aparato Cardiorespiratorio</p> <p>5.- Bailando</p>	<p>1.- Propuesta de juegos</p> <p>2.- Explicación teórica</p> <p>3.- Montaje de una coreografía</p>
<p>2ª EVALUACIÓN</p> <p>16 sesiones aprox.</p> <p>28/11/05 13/02/06</p>	<p>1.- Coordinación 7 sesiones aprox.</p> <p>2.- Test Físicos 7 sesiones aprox.</p>	<p>1.- Los malabares</p> <p>2.- La resistencia y la velocidad</p>	<p>1.- Prácticas sobre la técnica de las bolas de malabares.</p> <p>2.- Tests de Resistencia</p> <p>3.- Tests de Velocidad</p>
<p>3ª EVALUACIÓN</p> <p>20 sesiones</p> <p>22/02/06 15/05/06</p>	<p>1.- Atletismo I 5 sesiones aprox.</p> <p>2.- Atletismo II 5 sesiones aprox.</p> <p>3.- Balonmano 8 sesiones aprox.</p>	<p>1.- Pruebas de Carrera 2.- Pruebas de salto</p> <p>3.- Balonmano</p>	<p>1.- Pruebas de Carrera. (C, M y L distancia)</p> <p>2.- Salto de longitud</p> <p>3.- Triple salto</p> <p>4.- Participación en un concurso de saltos</p> <p>5.- Iniciación al balonmano</p> <p>6.- Participación en un torneo de balonmano.</p>
<p>4ª EVALUACIÓN</p> <p>7 sesiones</p> <p>22/05/2006 19/06/2006</p>	<p>1.- Repasos temario 4 sesiones aprox.</p> <p>2.- Repasos prácticos 4 sesiones aprox.</p>	<p>1.- Temas teóricos.</p> <p>2.- Test y pruebas.</p>	<p>1.- Recuperaciones teóricas</p> <p>2.- Recuperaciones prácticas</p>



#### **4.- LA METODOLOGÍA DIDÁCTICA QUE SE VA A APLICAR.**

### **Principios pedagógicos generales**

El proceso de enseñanza-aprendizaje debe enmarcar la educación como un proceso constructivo en el que la actitud que mantienen profesor y alumno permite el aprendizaje significativo. La asociación entre los aprendizajes ya establecidos y los nuevos debe ser el eje sobre el que gira el proceso de aprendizaje.

El alumno se convierte en motor de su propio proceso de aprendizaje al modificar él mismo sus esquemas de conocimiento. Junto a él, el profesor ejerce el papel de guía al poner en contacto los conocimientos y las experiencias previas del alumno con los nuevos conocimientos.

El profesor ajusta la ayuda pedagógica a las diferentes necesidades del alumnado y facilita recursos y estrategias variadas que permitan dar respuesta a las diversas motivaciones, intereses y capacidades de los alumnos.

Esta concepción permite además garantizar la funcionalidad del aprendizaje, es decir, asegurar que el alumno podrá utilizar lo aprendido en circunstancias reales, bien llevándolo a la práctica, bien utilizándolo como instrumento para lograr nuevos aprendizajes.

Asimismo se plantea la interrelación entre distintos contenidos del área y entre contenidos de distintas áreas y materias (interdisciplinariedad)

### **Principios metodológicos de la materia**

Como señala el currículo oficial de Educación Física, la sociedad actual es consciente de la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación aquellos conocimientos, destrezas y capacidades que, relacionados con el cuerpo y su actividad motriz, contribuyen al desarrollo personal y a una mejor calidad de vida.

Por este motivo, el objetivo fundamental de esta enseñanza es lograr que los alumnos conozcan los distintos tipos y formas de realización de actividades y ejercicios físicos y los incorporen dentro de sus hábitos normales en su vida adulta.

El diseño de actividades constituye uno de los factores de mayor relevancia en la actuación del profesorado en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Es necesario para facilitar el proceso diseñar actividades que puedan cumplir una función de diagnóstico, de refuerzo o ampliación, de resumen, de evaluación y de desarrollo y aprendizaje. Dichas actividades deben cumplir los siguientes criterios básicos:

- Permitir que el alumno/a aprecie su grado inicial de competencia en los contenidos de aprendizaje.
  - Facilitar la autorregulación del ritmo de ejecución y aprendizaje como tratamiento específico a la diversidad de los alumnos.
  - Presentar una coherencia interna capaz de ser apreciada por el alumno.
  - Posibilitar que el alumno pueda construir nuevos aprendizajes sobre la base o superación de sus conocimientos previos.
  - Desarrollar los distintos tipos de contenidos del área de una manera interrelacionada.
- Agrupar a los alumnos de múltiples formas que faciliten el trabajo cooperativo.
- Implicar la posibilidad de disfrutar aprendiendo con aprendizajes funcionales que sean motivantes para los alumnos.

· Familiarizar al alumno con el entorno del área, con los espacios y materiales propios de las actividades físicas, y promover su uso adecuado.

### **Identificación del proceso didáctico con el objetivo fundamental de la materia**

El objetivo primordial es lograr que los alumnos y alumnas descubran la importancia de la Educación Física en la sociedad actual, sean capaces de incorporar a su vida habitual algún tipo de actividad física y comprendan que la educación a través del cuerpo y del movimiento no puede reducirse a los aspectos perceptivos o motores, sino que implica además aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognoscitivos. Además y como máxima pretensión del área de educación física se pretenderá que los alumnos entren en contacto constantemente con los valores educativos del deporte y de la actividad física.

Para ello se utilizarán variados procesos de enseñanza-aprendizaje como el modelo, el mando directo, la enseñanza recíproca, el autoaprendizaje, el descubrimiento guiado,... y cualquiera que justifique y facilite el objetivo de la materia en su versión educativa.



## **5.- LOS PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE DE LOS ALUMNOS.**

Tanto los **CRITERIOS DE EVALUACIÓN** como los **PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN** por unidades didácticas se encuentran especificados en las correspondientes **UNIDADES DIDÁCTICAS** desarrolladas en esta programación.

Así pues en el apartado 1.3.1. podemos encontrar de forma genérica los que hacen referencia a primero de la ESO, y en el apartado 1.3.2. podemos encontrar de forma genérica los que hacen referencia a segundo de la ESO.

## **7.- LAS ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN, PROFUNDIZACIÓN O REFUERZOS PARA LOS CASOS QUE PROCEDA, SEGÚN LAS ETAPAS.**

## **CRITERIOS DE REFUERZO**

Si los resultados obtenidos en nuestra evaluación continua nos indican que las necesidades previstas se han alcanzado, concluiremos diciendo que el proceso seguido y las actividades propuestas han sido un éxito, si por el contrario las necesidades no se han logrado en su totalidad, estableceremos unas actividades de refuerzo que permitan corregir estos errores o deficiencias.

Estas actividades de refuerzo se propondrán a los alumnos durante los periodos vacacionales: navidades, Semana Santa y verano. Además y en el caso que durante el curso se estime oportuno que algún alumno necesite actividades de refuerzo por presentar graves dificultades, se estudiará la posibilidad de proponer estas actividades de acuerdo con las posibilidades del centro, del profesor y del propio alumno el fin de poder mejorar el rendimiento y las posibilidades del alumno.

Los criterios establecidos para determinar que un alumno necesita actividades de refuerzo pueden venir determinados por un rendimiento muy por debajo de las posibilidades del alumno, o bien por una deficiencia, enfermedad, lesión que justificada médica y oficialmente y que a juicio del departamento de Educación Física se crea oportuna la proposición de actividades de refuerzo.

## **CRITERIOS DE RECUPERACIÓN**

### **Recuperación de una prueba o ejercicio prevista dentro de una evaluación**

La no realización de una prueba o ejercicio puede conllevar a su suspensión o a la no evaluación del alumno en esa prueba, y a veces en según que casos a la suspensión de la asignatura o a la no evaluación de la misma. El fin en un caso u otro dependerá de la decisión del profesor. El profesor intentará facilitar en la medida de lo posible la recuperación de la prueba o ejercicio siempre que las posibilidades del centro, del profesor y del alumno así lo indiquen.

En cualquier caso para que se de esa recuperación se deberá contar con el interés del alumno por recuperar esa prueba o ejercicio, además de tener una razón que a juicio del departamento de Educación Física justifique la no realización de la prueba en su momento.

Dicha recuperación se realizará dentro de la misma evaluación siempre y cuando;

- el calendario previsto así lo permita.
- el profesor lo estime oportuno atendiendo a la justificación de la falta el día de la prueba y al interés y actitud del alumno.
- el alumno esté en condiciones de realizarla.

En el caso de no poderse realizar la recuperación de la prueba dentro de la misma evaluación se podrá utilizar una fecha posterior para que el alumno pueda recuperar, siempre que se atienda a las condiciones anteriormente citadas (interés del alumno y una razón que a juicio del departamento de Educación Física sea justifique la no realización de la prueba en su día).

### **Recuperación de una evaluación suspendida o no evaluada**

En ambos casos el alumno deberá remitirse a las pruebas de carácter recuperatorio estimadas para estos casos.

En ningún caso el aprobado de una evaluación posterior implica la recuperación de evaluaciones anteriores, salvo en casos excepcionales en el que a juicio del profesor así se estime oportuno.

### **Recuperación de la asignatura en septiembre**

En este caso será el profesor quien disponga las pruebas, trabajos o ejercicios a presentar y/o realizar con el fin de que el alumno demuestre que ha asumido los objetivos básicos que a juicio del profesor son indispensables para superar la asignatura.

Las condiciones de las tareas a realizar o preparar por parte del alumno serán expuestas por el profesor después del conocimiento del alumno que ha suspendido la asignatura.

Cabe recordar que la prueba extraordinaria de septiembre es una convocatoria de carácter global, por lo que el temario de todo el curso podrá ser objeto de examen en dicha prueba. El alumno debería preparar el temario, ejercicios, actividades vistas durante todo el curso para poder responder a aquellas pruebas que el profesor estime oportuno en dicha convocatoria extraordinaria.

### **Recuperación de la asignatura en un curso superior**

Al igual que sucediera en el caso anterior será el profesor quien disponga las pruebas, trabajos o ejercicios a presentar y/o realizar con el fin de que el alumno demuestre que ha asumido los objetivos básicos que a juicio del profesor son indispensables para superar la asignatura.

Las condiciones de las tareas a realizar o preparar por parte del alumno serán expuestas por el profesor al inicio del curso superior o durante el mismo.

Al igual que sucediera en la convocatoria extraordinaria de septiembre cabe recordar que la prueba extraordinaria de septiembre es una convocatoria de carácter global, por lo que el temario de todo el curso podrá ser objeto de examen en dicha prueba. El alumno debería preparar el temario, ejercicios, actividades vistas durante todo el curso para poder responder a aquellas pruebas que el profesor estime oportuno en dicha convocatoria extraordinaria.

En ningún caso el aprobado de un curso superior implica la recuperación de cursos inferiores, salvo en casos excepcionales en el que a juicio del profesor así se estime oportuno.