



# Programación

**Materia: EFI3E - Educación Física (LOMCE)**    **Curso: 3º**    **ETAPA: Educación Secundaria Obligatoria**

## Plan General Anual

UNIDAD UF1: CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA		Fecha inicio prev.: 11/01/2022		Fecha fin prev.: 21/12/2021		Sesiones prev.: 3
Bloques	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares	Instrumentos	Valor máx. estándar	Competencias
<b>Condición física orientada a la salud</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas.</li> <li>Pautas básicas de alimentación e hidratación en la actividad física.</li> <li>Relación de los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</li> <li>Adaptaciones del organismo a la práctica de actividad física sistemática. Tipos de adaptación y beneficios relacionados con la salud.</li> <li>Riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</li> <li>Relación de la práctica habitual de actividad física y su efecto en la mejora de la calidad de vida.</li> <li>Control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardiaca dentro de los márgenes de mejora saludables en el desarrollo de la condición física.</li> <li>Dispositivos de medición del pulso y cálculo de las zonas de frecuencia cardiaca.</li> <li>Identificación autónoma de su</li> </ul>	1.Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	1.1.3..Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
		2.Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo y aplicando conocimientos que le ayuden a mejorar su calidad de vida.	1.2.3..Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>

	<p>nivel de condición física desde una valoración fisiológica, anatómica y motriz.</p> <p>Comparación respecto a los valores normales de referencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Acondicionamiento general de las capacidades físicas utilizando métodos básicos para su desarrollo con un enfoque saludable: resistencia aeróbica, fuerza resistencia, flexibilidad y velocidad.</li> <li>• Programas de ejercicios que contribuyen a una adecuada higiene postural y cuidado de la espalda. Aplicación de los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</li> <li>• Elaboración de forma autónoma y puesta en práctica en pequeños grupos de cada una de las fases de la sesión de actividad física.</li> <li>• Técnicas básicas de respiración y relajación.</li> </ul>	<p>3.Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p>	<p>1.3.1..Prepara y realiza calentamientos y fases finales en las sesiones de actividad física de forma autónoma y habitual.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> <li>• CSC</li> </ul>
<b>Elementos comunes y transversales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión y análisis sobre conductas deportivas y antideportivas seleccionadas, tanto de deportistas como de espectadores.</li> <li>• Realización de las actividades físico-deportivas teniendo en cuenta los principios de juego limpio y el respeto a las reglas y normas establecidas.</li> <li>• Colaboración activa y responsable en trabajos grupales, valorando y respetando las diferencias individuales y las aportaciones hacia un objetivo común.</li> <li>• Características y posibilidades del entorno para la práctica de</li> </ul>	<p>3.Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>4.3.1..Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CMCT</li> <li>• CSC</li> </ul>

	<p>actividades físico-deportivas de mayor interés personal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuidado, respeto y valoración del entorno, de las instalaciones y del material deportivo del centro: reflexión y autocrítica.</li> <li>• El tratamiento del cuerpo en la sociedad actual: obesidad, anorexia, bulimia y vigorexia. Análisis y reflexión. Importancia de la actividad física en un estilo de vida saludable.</li> <li>• Riesgos propios de las actividades físico-deportivas practicadas: cumplimiento de normas de seguridad y control de contingencias.</li> <li>• Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la búsqueda, registro, selección y presentación de la información, así como en la propia práctica de actividades físicas.</li> <li>• Exposición y defensa de trabajos elaborados sobre temas relacionados con la actividad física utilizando los recursos tecnológicos.</li> </ul>					
--	---	--	--	--	--	--

<b>UNIDAD UF2: VALORO Y TRABAJO MI CONDICIÓN FÍSICA</b>		<b>Fecha inicio prev.: 17/09/2021</b>	<b>Fecha fin prev.: 21/12/2021</b>	<b>Sesiones prev.: 8</b>
---	--	---------------------------------------	------------------------------------	--------------------------

<b>Bloques</b>	<b>Contenidos</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Estándares</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Valor máx. estándar</b>	<b>Competencias</b>
----------------	-------------------	--------------------------------	-------------------	---------------------	----------------------------	---------------------

<b>Condición física orientada a la salud</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas.</li> <li>• Pautas básicas de alimentación e hidratación en la actividad física.</li> <li>• Relación de los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la</li> </ul>	1.Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	1.1.3..Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> <li>• CSC</li> </ul>
--	--	---	---	---	-------	---

- alimentación y la salud.
- Adaptaciones del organismo a la práctica de actividad física sistemática. Tipos de adaptación y beneficios relacionados con la salud.
- Riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.
- Relación de la práctica habitual de actividad física y su efecto en la mejora de la calidad de vida.
- Control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardiaca dentro de los márgenes de mejora saludables en el desarrollo de la condición física.
- Dispositivos de medición del pulso y cálculo de las zonas de frecuencia cardiaca.
- Identificación autónoma de su nivel de condición física desde una valoración fisiológica, anatómica y motriz. Comparación respecto a los valores normales de referencia.
- Acondicionamiento general de las capacidades físicas utilizando métodos básicos para su desarrollo con un enfoque saludable: resistencia aeróbica, fuerza resistencia, flexibilidad y velocidad.
- Programas de ejercicios que contribuyen a una adecuada higiene postural y cuidado de la espalda. Aplicación de los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- Elaboración de forma autónoma y puesta en práctica en pequeños grupos de cada una de las fases de

1.1.4..Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

**Eval. Ordinaria:**  

- Hoja evaluación:100%

**Eval. Extraordinaria:**  

- Hoja evaluación:100%

0,294

- AA
- CDIG
- CMCT

1.1.5..Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

**Eval. Ordinaria:**  

- Hoja evaluación:100%

**Eval. Extraordinaria:**  

- Hoja evaluación:100%

0,294

- AA
- CSC
- SIEE

2.Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo y aplicando conocimientos que le ayuden a mejorar su calidad de vida.

1.2.2..Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades, mostrando una actitud de auto exigencia y esfuerzo.

**Eval. Ordinaria:**  

- Hoja evaluación:100%

**Eval. Extraordinaria:**  

- Hoja evaluación:100%

0,294

- AA
- CSC
- SIEE

	<p>la sesión de actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas básicas de respiración y relajación.</li> </ul>		<p>1.2.4..Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observación diaria:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> <li>• CSC</li> </ul>
<b>Elementos comunes y transversales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión y análisis sobre conductas deportivas y antideportivas seleccionadas, tanto de deportistas como de espectadores.</li> <li>• Realización de las actividades físico-deportivas teniendo en cuenta los principios de juego limpio y el respeto a las reglas y normas establecidas.</li> <li>• Colaboración activa y responsable en trabajos grupales, valorando y respetando las diferencias individuales y las aportaciones hacia un objetivo común.</li> <li>• Características y posibilidades del entorno para la práctica de actividades físico-deportivas de mayor interés personal.</li> <li>• Cuidado, respeto y valoración del entorno, de las instalaciones y del material deportivo del centro: reflexión y autocrítica.</li> <li>• El tratamiento del cuerpo en la sociedad actual: obesidad, anorexia, bulimia y vigorexia. Análisis y reflexión. Importancia de la actividad física en un estilo de vida saludable.</li> <li>• Riesgos propios de las actividades físico-deportivas practicadas: cumplimiento de normas de seguridad y control de contingencias.</li> <li>• Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en</li> </ul>	<p>4.Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.</p>	<p>4.4.1..Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para usos prácticos propios de la Educación física y para elaborar documentos digitales (texto, presentación, imagen, video, sonido, etc.), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CDIG</li> <li>• CL</li> <li>• SIEE</li> </ul>

la búsqueda, registro, selección y presentación de la información, así como en la propia práctica de actividades físicas.

- Exposición y defensa de trabajos elaborados sobre temas relacionados con la actividad física utilizando los recursos tecnológicos.

UNIDAD UF3: HIGIENE POSTURAL, RELAJACIÓN Y FLEXIBILIDAD		Fecha inicio prev.: 17/09/2021	Fecha fin prev.: 22/03/2021	Sesiones prev.: 5		
Bloques	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares	Instrumentos	Valor máx. estándar	Competencias
<b>Condición física orientada a la salud</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas.</li> <li>• Pautas básicas de alimentación e hidratación en la actividad física.</li> <li>• Relación de los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</li> <li>• Adaptaciones del organismo a la práctica de actividad física sistemática. Tipos de adaptación y beneficios relacionados con la salud.</li> <li>• Riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</li> <li>• Relación de la práctica habitual de actividad física y su efecto en la mejora de la calidad de vida.</li> <li>• Control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardiaca dentro de los márgenes de mejora saludables en el desarrollo de la condición física.</li> <li>• Dispositivos de medición del pulso y cálculo de las zonas de</li> </ul>	1.Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	1.1.5..Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>
		2.Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo y aplicando conocimientos que le ayuden a mejorar su calidad de vida.	1.2.1..Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>
			1.2.2..Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades, mostrando una actitud de auto exigencia y esfuerzo.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>

	<p>frecuencia cardiaca.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificación autónoma de su nivel de condición física desde una valoración fisiológica, anatómica y motriz. Comparación respecto a los valores normales de referencia.</li> <li>Acondicionamiento general de las capacidades físicas utilizando métodos básicos para su desarrollo con un enfoque saludable: resistencia aeróbica, fuerza resistencia, flexibilidad y velocidad.</li> <li>Programas de ejercicios que contribuyen a una adecuada higiene postural y cuidado de la espalda. Aplicación de los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</li> <li>Elaboración de forma autónoma y puesta en práctica en pequeños grupos de cada una de las fases de la sesión de actividad física.</li> <li>Técnicas básicas de respiración y relajación.</li> </ul>	1.2.3..Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
--	---	---	--	-------	---

UNIDAD UF4: PICKEBALL/ DODGEBALL		Fecha inicio prev.: 17/09/2021		Fecha fin prev.: 21/12/2021		Sesiones prev.: 10
Bloques	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares	Instrumentos	Valor máx. estándar	Competencias
<b>Condición física orientada a la salud</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas.</li> <li>Pautas básicas de alimentación e hidratación en la actividad física.</li> <li>Relación de los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la</li> </ul>	1.Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	1.1.1..Analiza la implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el curso.	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
		3.Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con	1.3.2..Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>

alimentación y la salud.

- Adaptaciones del organismo a la práctica de actividad física sistemática. Tipos de adaptación y beneficios relacionados con la salud.
- Riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.
- Relación de la práctica habitual de actividad física y su efecto en la mejora de la calidad de vida.
- Control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardiaca dentro de los márgenes de mejora saludables en el desarrollo de la condición física.
- Dispositivos de medición del pulso y cálculo de las zonas de frecuencia cardiaca.
- Identificación autónoma de su nivel de condición física desde una valoración fisiológica, anatómica y motriz. Comparación respecto a los valores normales de referencia.
- Acondicionamiento general de las capacidades físicas utilizando métodos básicos para su desarrollo con un enfoque saludable: resistencia aeróbica, fuerza resistencia, flexibilidad y velocidad.
- Programas de ejercicios que contribuyen a una adecuada higiene postural y cuidado de la espalda. Aplicación de los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- Elaboración de forma autónoma y puesta en práctica en pequeños grupos de cada una de las fases de

las características de las mismas.

propias dificultades.



	<p>la sesión de actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Técnicas básicas de respiración y relajación.</li> </ul>					
<b>Juegos y actividades deportivas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocimiento y aplicación de los aspectos técnicos y reglamentarios básicos de los juegos y actividades físico-deportivas individuales desarrolladas (diferentes o profundización de las tratadas en cursos anteriores), en condiciones reales o adaptadas.</li> <li>Autoevaluación del nivel técnico de las actividades deportivas trabajadas en el curso a través de algunos indicadores entre los que están los errores más frecuentes a evitar en la práctica.</li> <li>La auto exigencia y el esfuerzo como valores en la mejora de la técnica individual: reflexión y autocrítica.</li> <li>Adquisición y aplicación de nociones básicas del deporte de orientación: manejo de brújula, orientación, lectura e interpretación de mapas del deporte de orientación (escala, curva de nivel, simbología), la baliza y los medios de control.</li> <li>Aplicación de las técnicas propias del deporte de orientación.</li> <li>Realización de recorridos con rumbos y carreras de orientación preferentemente en el medio natural.</li> <li>Experimentación de juegos y actividades para el aprendizaje de los aspectos técnicos y tácticos de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición propuestas en el curso, en</li> </ul>	<p>2.Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, aplicando los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos, así como utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p>	<p>2.2.1..Adapta los fundamentos técnicos y tácticos individuales para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>
			<p>2.2.3..Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>CL</li> <li>CSC</li> </ul>
			<p>2.2.4..Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>

	<p>condiciones reales o adaptadas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Principios estratégicos de ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas.</li> <li>• Análisis de los aspectos tácticos que influyen en la toma de decisiones en la práctica de actividades deportivas propuestas. Resolución de casos prácticos.</li> </ul>		2.2.5..Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>
<b>Elementos comunes y transversales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión y análisis sobre conductas deportivas y antideportivas seleccionadas, tanto de deportistas como de espectadores.</li> <li>• Realización de las actividades físico-deportivas teniendo en cuenta los principios de juego limpio y el respeto a las reglas y normas establecidas.</li> <li>• Colaboración activa y responsable en trabajos grupales, valorando y respetando las diferencias individuales y las aportaciones hacia un objetivo común.</li> <li>• Características y posibilidades del entorno para la práctica de actividades físico-deportivas de mayor interés personal.</li> <li>• Cuidado, respeto y valoración del entorno, de las instalaciones y del material deportivo del centro: reflexión y autocrítica.</li> <li>• El tratamiento del cuerpo en la sociedad actual: obesidad, anorexia, bulimia y vigorexia. Análisis y reflexión. Importancia de la actividad física en un estilo de vida saludable.</li> <li>• Riesgos propios de las actividades físico-deportivas</li> </ul>	1.Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	4.1.1..Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observación diaria:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CSC</li> </ul>

- practicadas:  
cumplimiento de normas de seguridad y control de contingencias.
- Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la búsqueda, registro, selección y presentación de la información, así como en la propia práctica de actividades físicas.
  - Exposición y defensa de trabajos elaborados sobre temas relacionados con la actividad física utilizando los recursos tecnológicos.

UNIDAD UF6: ME PONGO EN FORMA ¡A CORRER!		Fecha inicio prev.: 11/01/2022		Fecha fin prev.: 21/12/2021		Sesiones prev.: 8
Bloques	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares	Instrumentos	Valor máx. estándar	Competencias
<b>Condición física orientada a la salud</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas.</li> <li>• Pautas básicas de alimentación e hidratación en la actividad física.</li> <li>• Relación de los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</li> <li>• Adaptaciones del organismo a la práctica de actividad física sistemática. Tipos de adaptación y beneficios relacionados con la salud.</li> <li>• Riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</li> <li>• Relación de la práctica habitual de actividad física y su efecto en la mejora de la calidad de vida.</li> <li>• Control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardiaca dentro de</li> </ul>	1.Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	1.1.2..Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> <li>• CSC</li> </ul>
			1.1.3..Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> <li>• CSC</li> </ul>
			1.1.4..Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CDIG</li> <li>• CMCT</li> </ul>
			1.1.5..Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>

	<p>los márgenes de mejora saludables en el desarrollo de la condición física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dispositivos de medición del pulso y cálculo de las zonas de frecuencia cardiaca.</li> <li>Identificación autónoma de su nivel de condición física desde una valoración fisiológica, anatómica y motriz. Comparación respecto a los valores normales de referencia.</li> <li>Acondicionamiento general de las capacidades físicas utilizando métodos básicos para su desarrollo con un enfoque saludable: resistencia aeróbica, fuerza resistencia, flexibilidad y velocidad.</li> <li>Programas de ejercicios que contribuyen a una adecuada higiene postural y cuidado de la espalda. Aplicación de los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</li> <li>Elaboración de forma autónoma y puesta en práctica en pequeños grupos de cada una de las fases de la sesión de actividad física.</li> <li>Técnicas básicas de respiración y relajación.</li> </ul>	<p>2.Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo y aplicando conocimientos que le ayuden a mejorar su calidad de vida.</p>	<p>1.2.1..Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul>	<p>0,294</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>
			<p>1.2.2..Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades, mostrando una actitud de auto exigencia y esfuerzo.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul>	<p>0,294</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>
<p><b>Elementos comunes y transversales</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexión y análisis sobre conductas deportivas y antideportivas seleccionadas, tanto de deportistas como de espectadores.</li> <li>Realización de las actividades físico-deportivas teniendo en cuenta los principios de juego limpio y el respeto a las reglas y normas establecidas.</li> <li>Colaboración activa y</li> </ul>	<p>4.Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.</p>	<p>4.4.1..Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para usos prácticos propios de la Educación física y para elaborar documentos digitales (texto, presentación, imagen, video, sonido, etc.), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	<p>0,294</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CDIG</li> <li>CL</li> <li>SIEE</li> </ul>

responsable en trabajos grupales, valorando y respetando las diferencias individuales y las aportaciones hacia un objetivo común.

- Características y posibilidades del entorno para la práctica de actividades físico-deportivas de mayor interés personal.
- Cuidado, respeto y valoración del entorno, de las instalaciones y del material deportivo del centro: reflexión y autocrítica.
- El tratamiento del cuerpo en la sociedad actual: obesidad, anorexia, bulimia y vigorexia. Análisis y reflexión. Importancia de la actividad física en un estilo de vida saludable.
- Riesgos propios de las actividades físico-deportivas practicadas: cumplimiento de normas de seguridad y control de contingencias.
- Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la búsqueda, registro, selección y presentación de la información, así como en la propia práctica de actividades físicas.
- Exposición y defensa de trabajos elaborados sobre temas relacionados con la actividad física utilizando los recursos tecnológicos.

información relevante.

<b>UNIDAD UF7: NOS ORIENTAMOS</b>		<b>Fecha inicio prev.: 11/09/2021</b>		<b>Fecha fin prev.: 21/12/2021</b>		<b>Sesiones prev.: 5</b>
<b>Bloques</b>	<b>Contenidos</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Estándares</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Valor máx. estándar</b>	<b>Competencias</b>

Juegos y actividades deportivas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimiento y aplicación de los aspectos técnicos y reglamentarios básicos de los juegos y actividades físico-deportivas individuales desarrolladas (diferentes o profundización de las tratadas en cursos anteriores), en condiciones reales o adaptadas.</li> <li>• Autoevaluación del nivel técnico de las actividades deportivas trabajadas en el curso a través de algunos indicadores entre los que están los errores más frecuentes a evitar en la práctica.</li> <li>• La auto exigencia y el esfuerzo como valores en la mejora de la técnica individual: reflexión y autocrítica.</li> <li>• Adquisición y aplicación de nociones básicas del deporte de orientación: manejo de brújula, orientación, lectura e interpretación de mapas del deporte de orientación (escala, curva de nivel, simbología), la baliza y los medios de control.</li> <li>• Aplicación de las técnicas propias del deporte de orientación.</li> <li>• Realización de recorridos con rumbos y carreras de orientación preferentemente en el medio natural.</li> <li>• Experimentación de juegos y actividades para el aprendizaje de los aspectos técnicos y tácticos de las</li> </ul>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales en entornos estables y no estables, aplicando los fundamentos técnicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p>	<p>2.1.4.. Interpreta recorridos marcados en un mapa de orientación estableciendo la ruta más adecuada valiéndose de la información que proporcionan las curvas de nivel, la escala y la simbología.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> <li>• SIEE</li> </ul>
			<p>2.1.5..Pone en práctica técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> <li>• SIEE</li> </ul>

	<p>actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición propuestas en el curso, en condiciones reales o adaptadas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Principios estratégicos de ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas.</li> <li>• Análisis de los aspectos tácticos que influyen en la toma de decisiones en la práctica de actividades deportivas propuestas. Resolución de casos prácticos.</li> </ul>					
<b>Elementos comunes y transversales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión y análisis sobre conductas deportivas y antideportivas seleccionadas, tanto de deportistas como de espectadores.</li> <li>• Realización de las actividades físico-deportivas teniendo en cuenta los principios de juego limpio y el respeto a las reglas y normas establecidas.</li> <li>• Colaboración activa y responsable en trabajos grupales, valorando y respetando las diferencias individuales y las aportaciones hacia un objetivo común.</li> <li>• Características y posibilidades del entorno para la práctica de actividades físico-deportivas de mayor interés personal.</li> <li>• Cuidado, respeto y valoración del entorno, de las instalaciones y del material deportivo del</li> </ul>	<p>2.Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p>	<p>4.2.1..Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas como formas de ocio activo.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CMCT</li> <li>• CSC</li> </ul>
			<p>4.2.2..Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observación diaria:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CMCT</li> <li>• CSC</li> </ul>

	<p>centro: reflexión y autocrítica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>El tratamiento del cuerpo en la sociedad actual: obesidad, anorexia, bulimia y vigorexia. Análisis y reflexión. Importancia de la actividad física en un estilo de vida saludable.</li> <li>Riesgos propios de las actividades físico-deportivas practicadas: cumplimiento de normas de seguridad y control de contingencias.</li> <li>Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la búsqueda, registro, selección y presentación de la información, así como en la propia práctica de actividades físicas.</li> <li>Exposición y defensa de trabajos elaborados sobre temas relacionados con la actividad física utilizando los recursos tecnológicos.</li> </ul>	<p>3. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>4.3.2..Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el curso, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
--	--	---	---	---	-------	---

<b>UNIDAD UF8: BALONMANO / BÁDMINTON</b>		<b>Fecha inicio prev.: 17/09/2021</b>		<b>Fecha fin prev.: 22/03/2021</b>		<b>Sesiones prev.: 13</b>
<b>Bloques</b>	<b>Contenidos</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Estándares</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Valor máx. estándar</b>	<b>Competencias</b>
<b>Juegos y actividades deportivas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocimiento y aplicación de los aspectos técnicos y reglamentarios básicos de los juegos y actividades físico-deportivas individuales desarrolladas (diferentes o profundización de las tratadas en cursos anteriores), en condiciones reales o adaptadas.</li> <li>Autoevaluación del nivel técnico de las actividades</li> </ul>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales en entornos estables y no estables, aplicando los fundamentos técnicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p>	<p>2.1.1..Aplica los aspectos técnicos básicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas individuales propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>



deportivas trabajadas en el curso a través de algunos indicadores entre los que están los errores más frecuentes a evitar en la práctica.

- La auto exigencia y el esfuerzo como valores en la mejora de la técnica individual: reflexión y autocrítica.
- Adquisición y aplicación de nociones básicas del deporte de orientación: manejo de brújula, orientación, lectura e interpretación de mapas del deporte de orientación (escala, curva de nivel, simbología), la baliza y los medios de control.
- Aplicación de las técnicas propias del deporte de orientación.
- Realización de recorridos con rumbos y carreras de orientación preferentemente en el medio natural.
- Experimentación de juegos y actividades para el aprendizaje de los aspectos técnicos y tácticos de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición propuestas en el curso, en condiciones reales o adaptadas.
- Principios estratégicos de ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas.
- Análisis de los aspectos tácticos que influyen en

	2.1.3..Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas individuales respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> <li>• SIEE</li> </ul>
2.Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, aplicando los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos, así como utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	2.2.1..Adapta los fundamentos técnicos y tácticos individuales para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>
	2.2.2..Adapta los fundamentos técnicos y tácticos individuales para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>
	2.2.3..Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CL</li> <li>• CSC</li> </ul>

	la toma de decisiones en la práctica de actividades deportivas propuestas. Resolución de casos prácticos.		2.2.4..Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>
			2.2.5..Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>
<b>Elementos comunes y transversales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexión y análisis sobre conductas deportivas y antideportivas seleccionadas, tanto de deportistas como de espectadores.</li> <li>• Realización de las actividades físico-deportivas teniendo en cuenta los principios de juego limpio y el respeto a las reglas y normas establecidas.</li> <li>• Colaboración activa y responsable en trabajos grupales, valorando y respetando las diferencias individuales y las aportaciones hacia un objetivo común.</li> <li>• Características y posibilidades del entorno para la práctica de actividades físico-deportivas de mayor interés personal.</li> <li>• Cuidado, respeto y valoración del entorno, de las instalaciones y del material deportivo del centro: reflexión y autocrítica.</li> <li>• El tratamiento del cuerpo en la sociedad actual:</li> </ul>	1.Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	4.1.1..Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observación diaria:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CSC</li> </ul>

- obesidad, anorexia, bulimia y vigorexia. Análisis y reflexión. Importancia de la actividad física en un estilo de vida saludable.
- Riesgos propios de las actividades físico-deportivas practicadas: cumplimiento de normas de seguridad y control de contingencias.
- Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la búsqueda, registro, selección y presentación de la información, así como en la propia práctica de actividades físicas.
- Exposición y defensa de trabajos elaborados sobre temas relacionados con la actividad física utilizando los recursos tecnológicos.

UNIDAD UF10: ME PONGO FUERTE		Fecha inicio prev.: 12/04/2022		Fecha fin prev.: 18/06/2022		Sesiones prev.: 4
Bloques	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares	Instrumentos	Valor máx. estándar	Competencias
<b>Condición física orientada a la salud</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas.</li> <li>Pautas básicas de alimentación e hidratación en la actividad física.</li> <li>Relación de los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</li> <li>Adaptaciones del organismo a la práctica de actividad física sistemática. Tipos de adaptación y beneficios</li> </ul>	1.Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	1.1.1..Analiza la implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el curso.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
			1.1.5..Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>
		2.Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y	1.2.1..Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>

	<p>relacionados con la salud.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</li> <li>• Relación de la práctica habitual de actividad física y su efecto en la mejora de la calidad de vida.</li> <li>• Control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardíaca dentro de los márgenes de mejora saludables en el desarrollo de la condición física.</li> <li>• Dispositivos de medición del pulso y cálculo de las zonas de frecuencia cardíaca.</li> <li>• Identificación autónoma de su nivel de condición física desde una valoración fisiológica, anatómica y motriz. Comparación respecto a los valores normales de referencia.</li> <li>• Acondicionamiento general de las capacidades físicas utilizando métodos básicos para su desarrollo con un enfoque saludable: resistencia aeróbica, fuerza resistencia, flexibilidad y velocidad.</li> <li>• Programas de ejercicios que contribuyen a una adecuada higiene postural y cuidado de la espalda. Aplicación de los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</li> <li>• Elaboración de forma autónoma y puesta en práctica en pequeños grupos de cada una de las fases de la sesión de actividad física.</li> <li>• Técnicas básicas de respiración y relajación.</li> </ul>	<p>dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo y aplicando conocimientos que le ayuden a mejorar su calidad de vida.</p>	<p>enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul>		
--	---	---	--	--	--	--

Juegos y actividades deportivas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimiento y aplicación de los aspectos técnicos y reglamentarios básicos de los juegos y actividades físico-deportivas individuales desarrolladas (diferentes o profundización de las tratadas en cursos anteriores), en condiciones reales o adaptadas.</li> <li>• Autoevaluación del nivel técnico de las actividades deportivas trabajadas en el curso a través de algunos indicadores entre los que están los errores más frecuentes a evitar en la práctica.</li> <li>• La auto exigencia y el esfuerzo como valores en la mejora de la técnica individual: reflexión y autocrítica.</li> <li>• Adquisición y aplicación de nociones básicas del deporte de orientación: manejo de brújula, orientación, lectura e interpretación de mapas del deporte de orientación (escala, curva de nivel, simbología), la baliza y los medios de control.</li> <li>• Aplicación de las técnicas propias del deporte de orientación.</li> <li>• Realización de recorridos con rumbos y carreras de orientación preferentemente en el medio natural.</li> <li>• Experimentación de juegos y actividades para el aprendizaje de los aspectos técnicos y tácticos de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición propuestas en el curso, en condiciones reales o adaptadas.</li> <li>• Principios estratégicos de ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de</li> </ul>	1. Resolver situaciones motrices individuales en entornos estables y no estables, aplicando los fundamentos técnicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	2.1.2..Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> </ul>
		2.1.3..Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas individuales respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> <li>• SIEE</li> </ul>	

	oposición y de colaboración-oposición seleccionadas. <ul style="list-style-type: none"> <li>Análisis de los aspectos tácticos que influyen en la toma de decisiones en la práctica de actividades deportivas propuestas. Resolución de casos prácticos.</li> </ul>				
--	--	--	--	--	--

UNIDAD UF11: KIN-BALL/TRIPELA/COLPBOL		Fecha inicio prev.: 12/04/2022	Fecha fin prev.: 18/06/2022	Sesiones prev.: 8		
Bloques	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares	Instrumentos	Valor máx. estándar	Competencias
Juegos y actividades deportivas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocimiento y aplicación de los aspectos técnicos y reglamentarios básicos de los juegos y actividades físico-deportivas individuales desarrolladas (diferentes o profundización de las tratadas en cursos anteriores), en condiciones reales o adaptadas.</li> <li>Autoevaluación del nivel técnico de las actividades deportivas trabajadas en el curso a través de algunos indicadores entre los que están los errores más frecuentes a evitar en la práctica.</li> <li>La auto exigencia y el esfuerzo como valores en la mejora de la técnica individual: reflexión y autocrítica.</li> <li>Adquisición y aplicación de nociones básicas del deporte de orientación: manejo de brújula, orientación, lectura e interpretación de mapas del deporte de orientación (escala, curva de nivel,</li> </ul>	1.Resolver situaciones motrices individuales en entornos estables y no estables, aplicando los fundamentos técnicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	2.1.1..Aplica los aspectos técnicos básicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas individuales propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>
		2.Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, aplicando los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos, así como utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	2.2.2..Adapta los fundamentos técnicos y tácticos individuales para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>
			2.2.3..Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>CL</li> <li>CSC</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>simbología), la baliza y los medios de control.</li> <li>Aplicación de las técnicas propias del deporte de orientación.</li> <li>Realización de recorridos con rumbos y carreras de orientación preferentemente en el medio natural.</li> <li>Experimentación de juegos y actividades para el aprendizaje de los aspectos técnicos y tácticos de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición propuestas en el curso, en condiciones reales o adaptadas.</li> <li>Principios estratégicos de ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas.</li> <li>Análisis de los aspectos tácticos que influyen en la toma de decisiones en la práctica de actividades deportivas propuestas. Resolución de casos prácticos.</li> </ul>	2.2.4..Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>
		2.2.5..Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>

<b>UNIDAD UF12: ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA</b>		<b>Fecha inicio prev.: 12/04/2022</b>		<b>Fecha fin prev.: 18/06/2022</b>		<b>Sesiones prev.: 2</b>
<b>Bloques</b>	<b>Contenidos</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Estándares</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Valor máx. estándar</b>	<b>Competencias</b>
<b>Elementos comunes y transversales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexión y análisis sobre conductas deportivas y antideportivas seleccionadas, tanto de deportistas como de espectadores.</li> <li>Realización de las actividades físico-deportivas teniendo en cuenta los principios de</li> </ul>	2.Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	4.2.3..Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo en el contexto social actual.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>

- juego limpio y el respeto a las reglas y normas establecidas.
- Colaboración activa y responsable en trabajos grupales, valorando y respetando las diferencias individuales y las aportaciones hacia un objetivo común.
  - Características y posibilidades del entorno para la práctica de actividades físico-deportivas de mayor interés personal.
  - Cuidado, respeto y valoración del entorno, de las instalaciones y del material deportivo del centro: reflexión y autocrítica.
  - El tratamiento del cuerpo en la sociedad actual: obesidad, anorexia, bulimia y vigorexia. Análisis y reflexión. Importancia de la actividad física en un estilo de vida saludable.
  - Riesgos propios de las actividades físico-deportivas practicadas: cumplimiento de normas de seguridad y control de contingencias.
  - Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la búsqueda, registro, selección y presentación de la información,

4.Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

4.4.1..Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para usos prácticos propios de la Educación física y para elaborar documentos digitales (texto, presentación, imagen, video, sonido, etc.), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

**Eval. Ordinaria:**

- Prueba escrita, orales y trabajos:100%

**Eval. Extraordinaria:**

0,294

- CDIG
- CL
- SIEE



así como en la propia práctica de actividades físicas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exposición y defensa de trabajos elaborados sobre temas relacionados con la actividad física utilizando los recursos tecnológicos.</li> </ul>	4.4.2..Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>CDIG</li> <li>CL</li> <li>SIEE</li> </ul>
--	--	--	---	-------	--

<b>UNIDAD UF13: EXPRESIÓN CORPORAL</b>	<b>Fecha inicio prev.: 12/04/2022</b>	<b>Fecha fin prev.: 18/06/2022</b>	<b>Sesiones prev.: 4</b>
--	---------------------------------------	------------------------------------	--------------------------

Bloques	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares	Instrumentos	Valor máx. estándar	Competencias
---------	------------	-------------------------	------------	--------------	---------------------	--------------

<b>Condición física orientada a la salud</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas.</li> <li>Pautas básicas de alimentación e hidratación en la actividad física.</li> <li>Relación de los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</li> <li>Adaptaciones del organismo a la práctica de actividad física sistemática. Tipos de adaptación y beneficios relacionados con la salud.</li> <li>Riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</li> <li>Relación de la práctica habitual de actividad física y su efecto en la mejora de la calidad de vida.</li> <li>Control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardiaca dentro de los márgenes de mejora saludables en el desarrollo de la condición física.</li> <li>Dispositivos de medición del pulso y cálculo de las zonas de frecuencia cardiaca.</li> </ul>	1.Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	1.1.1..Analiza la implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el curso.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
--	--	---	---	---	-------	---

			1.1.2..Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita, orales y trabajos:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
--	--	--	--	---	-------	---

		2.Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo y aplicando conocimientos que le ayuden a mejorar su calidad de vida.	1.2.4..Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Observación diaria:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
--	--	--	--	--	-------	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificación autónoma de su nivel de condición física desde una valoración fisiológica, anatómica y motriz. Comparación respecto a los valores normales de referencia.</li> <li>• Acondicionamiento general de las capacidades físicas utilizando métodos básicos para su desarrollo con un enfoque saludable: resistencia aeróbica, fuerza resistencia, flexibilidad y velocidad.</li> <li>• Programas de ejercicios que contribuyen a una adecuada higiene postural y cuidado de la espalda. Aplicación de los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</li> <li>• Elaboración de forma autónoma y puesta en práctica en pequeños grupos de cada una de las fases de la sesión de actividad física.</li> <li>• Técnicas básicas de respiración y relajación.</li> </ul>					
<b>Actividades físicas artístico-expresivas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilización creativa de la combinación de intensidad, espacio y tiempo con las calidades del movimiento, realizando las acciones básicas resultantes con distintas partes del cuerpo y aplicándolas en diferentes movimientos cotidianos.</li> <li>• Práctica y elaboración de bailes de forma individual, por parejas o colectiva.</li> <li>• Práctica de danzas.</li> <li>• Realización de improvisaciones basadas en la interacción con los demás y con diversos objetos, con o sin</li> </ul>	<p>1. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.</p>	<p>3.1.1..Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>3.1.2..Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	<p>0,294</p> <p>0,294</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CEC</li> <li>• CSC</li> <li>• CEC</li> <li>• CSC</li> </ul>

	<p>acompañamiento musical.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Práctica de actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional y habilidades sociales a través de la expresión corporal.</li> </ul>		3.1.3..Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hoja evaluación:100%</li> </ul>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>CEC</li> <li>CSC</li> </ul>
<b>Elementos comunes y transversales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexión y análisis sobre conductas deportivas y antideportivas seleccionadas, tanto de deportistas como de espectadores.</li> <li>Realización de las actividades físico-deportivas teniendo en cuenta los principios de juego limpio y el respeto a las reglas y normas establecidas.</li> <li>Colaboración activa y responsable en trabajos grupales, valorando y respetando las diferencias individuales y las aportaciones hacia un objetivo común.</li> <li>Características y posibilidades del entorno para la práctica de actividades físico-deportivas de mayor interés personal.</li> <li>Cuidado, respeto y valoración del entorno, de las instalaciones y del material deportivo del centro: reflexión y autocrítica.</li> <li>El tratamiento del cuerpo en la sociedad actual: obesidad, anorexia, bulimia y vigorexia. Análisis y reflexión. Importancia de la actividad física en un estilo de vida saludable.</li> <li>Riesgos propios de las actividades físico-deportivas practicadas: cumplimiento de normas de seguridad y control de contingencias.</li> <li>Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la búsqueda,</li> </ul>	1.Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	4.1.2..Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Observación diaria:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSC</li> </ul>

	registro, selección y presentación de la información, así como en la propia práctica de actividades físicas. <ul style="list-style-type: none"> <li>Exposición y defensa de trabajos elaborados sobre temas relacionados con la actividad física utilizando los recursos tecnológicos.</li> </ul>	4.1.3..Respeto a los demás dentro de la labor de equipo con independencia del nivel de destreza.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Observación diaria:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,294	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSC</li> </ul>
--	---	--	--	-------	---

## Revisión de la Programación

## Otros elementos de la programación

## Metodología

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
<p>Una metodología eminentemente LÚDICA, el juego será a la vez que un recurso una metodología en sí mismo, siendo además: ACTIVA, FLEXIBLE, PARTICIPATIVA, INTEGRADORA, NATURAL. TÉCNICAS DE ENSEÑANZA. Utilizaremos las siguientes. Reproducción de modelos: en aquellas sesiones en las que se requiera un aprendizaje técnico o más centrado y localizado. Búsqueda o Indagación: en aquellas sesiones en las que se requiera que el alumno desarrolle procesos cognitivos, y solucione problemas mediante la experimentación motriz.</p>	<p>Tanto las tareas prácticas como la teoría estarán en el Classroom del grupo o plataforma indicada. Los alumnos fotografiarán sus ejercicios y los subirán a su correspondiente tarea de Classroom u plataforma indicada para su corrección. En el caso de vernos ante un escenario telemático, se realizarán MEET para explicar las tareas y resolver dudas. En Classroom se subirá toda la teoría, igual que en el escenario semipresencial y presencial. Los alumnos realizan la tarea en casa y la subirán .</p>			
<p>ESTILOS DE ENSEÑANZA. Modificación del mando directo. Asignación de tareas. Grupos de nivel. Grupos reducidos. Trabajo en grupo. Juego de roles y simulación social. Descubrimiento guiado. Resolución de problemas. ESTRATEGIAS DE LA PRÁCTICA. De forma general, y dependiendo del objetivo que queramos conseguir, utilizaremos estrategias analítica y global.</p>				

## Medidas de atención a la diversidad

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

<p>Los nuevos planteamientos curriculares se plantean con un sentido abierto y flexible que debe adecuarse a las características, necesidades y diferencias de los alumnos. Un currículo que será concretado y definido por cada centro escolar para cada etapa, ciclo y aula y, en caso de ser necesario, a cada uno de los alumnos de manera específica en función de la atención especial que requiera cada uno de ellos; es decir podemos encontrar: - Alumnos que presentan dificultades de aprendizaje superiores a las del resto del grupo. - Alumnos que muestran deficiencias de tipo motor, sensorial, intelectual y/o social, capaces de aprender los mismos contenidos que el resto de compañeros del grupo, aunque deben facilitárseles recursos materiales y adaptaciones curriculares de diferente índole: adaptación en los objetivos del área de Educación física, adecuación de los contenidos (priorización, secuenciación y/o temporalización), ajustes en la evaluación.</p>				
<p>Para dar respuesta a estas necesidades se intervendrá a varios niveles: 1. Nivel materia/aula Pretendemos introducir contenidos de ampliación/enriquecimiento y/o conectados con otras áreas, pero dentro de la dinámica del aula ordinaria. Se pretende el enriquecimiento general del alumnado y, particularmente, la mejora de la atención de aquellos alumnos que presenten alto rendimiento-altas capacidades. Dentro de cada unidad el profesor/a presentará actividades variadas para trabajar los mismos contenidos: mínimos, estándar y ampliación/profundización. Se intentará buscar la conexión de los contenidos con otras áreas del currículo, sin caer en el error de dar contenidos de materias de cursos superiores. Se propondrán actividades que permitan diferentes posibilidades de ejecución o expresión.</p>				
<p>Se combinarán actividades de gran grupo, pequeño grupo, por parejas e individuales. Se utilizará, como recurso didáctico, la enseñanza tutorizada entre iguales. Se planificarán actividades de libre elección por parte del alumnado para que elijan aquella que se ajuste más a sus intereses. Se programarán actividades extraescolares que se adecuen a los intereses de los alumnos/as: visitas a museos, exposiciones, centros de investigación etc. Para alumnos muy capaces se diseñarán actividades individuales más específicas que se ajusten mejor a sus capacidades para realizar en determinados momentos. Se plantearán actividades que faciliten la adquisición de estrategias de búsqueda de información y de cuestionamiento de ideas, priorizando una metodología basada en el aprendizaje por descubrimiento. Se propiciará una metodología de favorezca las interacciones en el aula y el trabajo cooperativo.</p>				
<p>Se propiciará el desarrollo de la creatividad animando al alumno a buscar distintos procedimientos, enfoques o soluciones a los problemas, animándole a que desarrolle la imaginación planteando distintas situaciones poco probables o imposibles, pidiendo que relacione conceptos diferentes, que analice ideas insólitas, que encuentre nuevas aplicaciones a objetos conocidos, etc. Se propiciará el uso de las TIC como fuente de información, como herramienta de trabajo y como medio de transmisión/exposición/difusión de resultados. Se fomentará el uso de las lenguas extranjeras como vehículos de comunicación.</p>				
<p>En Educación física existe una circunstancia peculiar que requiere de adaptaciones temporales más o menos largas o puntuales, pero no por ello menos significativas: - Alumnos lesionados o que padecen enfermedades (asma, diabetes, etc.) que ocasionan una desventaja a nivel orgánico que no les permite una participación igualitaria con respecto a compañeros y que en ocasiones se aconseja la no participación motriz en dicha actividad, durante tiempos más o menos prolongados. Las circunstancias que causan esta imposibilidad son: - Enfermedad común. - Lesión ósea, tendinosa, muscular o ligamentosa. - Diabéticos. Cuando cursa un cuadro de hipoglucemia o hiperglucemia, con valores por encima de 250 mg/dl por diferentes causas.</p>				
<p>Enfermedad común. - Lesión ósea, tendinosa, muscular o ligamentosa. - Diabéticos. Cuando cursa un cuadro de hipoglucemia o hiperglucemia, con valores por encima de 250 mg/dl por diferentes causas. - Asmáticos. Cuando se produce una situación de ansiedad, intensidad de la actividad por encima de sus posibilidades, realización de la actividad en un lugar de riesgo para ellos o cuando la climatología aconseja la práctica programada. - Alérgicos.</p>				
<p>Medidas ordinarias. Objetivos/Indicadores Tratar de unificar la diferencia de niveles que existen entre los alumnos de un mismo curso, mediante pruebas prácticas y teóricas de los temas tratados en las sesiones. Aspecto/Metodología Niveles de profundización de contenidos: se tratará de profundizar y desarrollar un seguimiento más directo con los alumnos que tengan problemas en su aprendizaje. Selección de recursos y estrategias metodológicas: mismos recursos que las sesiones ordinarias Adaptación de materiales curriculares: se adaptaran los materiales o las tareas aumentando los ejercicios de progresión del aprendizaje cuando las carencias sean muy significativas Diversificación de estrategias, actividades e instrumentos de evaluación de los aprendizajes: mediante ejercicios prácticos, desarrollando una progresión más sencilla en aquellos alumnos que presenten problemas de aprendizaje.</p>				

Actividades previas con alumnos que destacan: solicitar un mayor dominio de los deportes practicados, aumentando la dificultad por medio de combinaciones de diferentes ejercicios que para el resto del grupo sería de manera individual, motivando a los alumnos a superar dificultades de coordinación y ejecución. Actividades de recuperación: se repasarán a lo largo del curso ejercicios que se han trabajado en anteriores sesiones como forma de refuerzo del aprendizaje.				
Actuaciones para el alumnado con necesidades educativas especiales. Orientaciones para la atención educativa del alumnado que presenta dificultades de aprendizaje, por lo que nuestro departamento dará atención a los alumnos que tienen alguna o varias de las siguientes dificultades de aprendizaje: - Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). - Inteligencia límite. - Dificultades específicas en el aprendizaje de la lectura (Dislexia). - Dificultades específicas en el aprendizaje del lenguaje oral.				
Las medidas ordinarias que se consideran prioritarias son: - La adecuación de los elementos del currículo a las características y necesidades del alumnado. - La graduación de las actividades. - El refuerzo y apoyo curricular de contenidos trabajados en clase, especialmente en las materias de carácter instrumental. - El apoyo en el grupo ordinario. - La inclusión de las tecnologías de la información para superar o compensar las dificultades de aprendizaje. - El aprendizaje por tareas y por proyectos. - La tutoría entre iguales. - El aprendizaje cooperativo.				
Actuaciones para el alumnado con altas capacidades intelectuales. Nuestro centro se ha incorporado progresivamente a los programas de atención a la diversidad que la administración educativa regional ha ido programando y ofreciendo a los centros educativos. Respecto a la atención específica a los alumnos con altas capacidades, las medidas desarrolladas quedan explicitadas en el Plan de Atención a la Diversidad del centro, partiendo de las propuestas que cada departamento didáctico realiza y que se llevan a cabo en el aula, en el contexto de la programación docente, o bien fuera de ella, relacionadas, en este caso, con actividades complementarias del currículo o con valores y contenidos curriculares que, a partir del trabajo interdisciplinar entre áreas, se han planificado en el centro.				

## Evaluación

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Entendemos por evaluación aquel proceso complejo que comprende la obtención de información útil, por medio de los más variados procedimientos, acerca de cualesquiera temas, que nos permita emitir unos juicios y, en consecuencia, tomar decisiones al respecto. La evaluación adquiere sentido en la medida en que comprueba que los objetivos formulados resultan apropiados y realizables por cada uno de los alumnos/as, tanto si la enseñanza es individualizada como en grupos y, además, posibilita el perfeccionamiento de la acción docente. Los criterios de evaluación han de ser asumidos por los alumnos y las alumnas; de esta forma, la evaluación aporta una información y un compromiso fundamental para que el alumnado se responsabilice de su enseñanza.				
Evaluación inicial que nos permita obtener información sobre el punto de partida, de alumnos y alumnas, sobre lo que saben, opinan y creen respecto a los objetivos y contenidos que serán objeto de enseñanza y aprendizaje, así como la presencia o ausencia de habilidades y experiencias previas. Para ello se puede analizar la observación sobre juegos o actividades de diagnóstico, confección de mapas conceptuales o mixtos de conceptos y actividades, etc., encaminados todos ellos al refuerzo o la reforma de los objetivos previstos. Evaluación continuada y formativa a través de las mismas actividades de enseñanza y aprendizaje propuestas, que tendrá como función recabar información sobre la evolución del proceso de aprendizaje que realizan alumnos y alumnas (qué problemas se les plantean en el proceso) para, partiendo de esa información, ayudarles a mejorar en el proceso formativo (evaluación formativa).				
Evaluación final cuya función es proporcionar información sobre los resultados que se obtienen y el grado de aprendizaje en el momento en que finaliza la unidad de trabajo. Dicho paso ha de ser sumativo de lo que han ido alcanzando alumnas y alumnos a lo largo del proceso formativo (evaluación sumativa).				

## Criterios de calificación

Evaluación ordinaria	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

<p>La calificación de los diferentes estándares estarán sujetos a un porcentaje de:  ESTÁNDARES DE SABER: 20 % ESTÁNDARES DE SABER HACER: 50 %  ESTÁNDARES DE SABER SER: 30 %.</p>	<p>En caso de escenario telemático los estándares del Saber hacer y Saber pasarán a tener un valor cada uno de ellos del 50%.</p>			
<p>Se aprueba cuando la media del curso en los tres estándares sea igual o superior a 5. Se llevarán a cabo: Fichas de trabajo, cuestionarios, trabajos y pruebas orales, escritas y físicas . Diariamente se realizará una observación y registro de datos (rendimiento, higiene, respeto, capacidad de superación.</p>				
<p>Se llevará un control y seguimiento de las faltas de asistencia (no justificadas), de puntualidad y de falta de material, cada tres faltas se penalizará al alumno con 0.5 puntos en la nota de evaluación (Hasta un máximo de 2 puntos.). Por encima del 30% de faltas sin justificar, del total de clases que hay en un trimestre la asignatura estará suspensa.</p>				
<p>Se llevará un control de las faltas de ortografía y sintaxis cometidas por el alumnado, cada falta se penalizará según el siguiente criterio en la nota de la prueba: - Primer ciclo: 0.15 puntos por falta hasta un máximo de 2 puntos.. - Segundo ciclo: 0.25 puntos por falta hasta un máximo de 2 puntos. A tal efecto se considerará equivalente a una falta la equivocación en tres tildes.</p>				
<p>Los alumnos que no logren alcanzar los objetivos a final de curso tendrán una convocatoria extraordinaria en el mes de septiembre</p>				
<p><b>Recuperación de alumnos en evaluación ordinaria</b></p>	<b>OBSERVACIONES</b>			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
<p>El alumno que obtenga calificación negativa alguna evaluación deberá realizar una prueba en junio. LOS CRITERIOS DE CALIFICACIÓN A APLICAR SERÁN LOS ORDINARIOS</p>				
<p><b>Recuperación de alumnos con evaluación negativa de cursos anteriores (Pendientes)</b></p>	<b>OBSERVACIONES</b>			
<p>Superarán el área pendiente del curso anterior, todos los alumnos/as que obtengan calificación positiva en la 2ª evaluación del presente curso. De no ser así, deberán presentar un trabajo y realizar examen de la parte práctica el dieciocho de mayo a las 17:00h.</p>	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
<p><b>Recuperación de alumnos absentistas</b></p>	<b>OBSERVACIONES</b>			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

Los alumnos absentistas podrán presentarse en junio a una prueba final.				
<b>Recuperación de alumnos en evaluación extraordinaria (Septiembre)</b>	<b>OBSERVACIONES</b>			
	Curso	1° Trimestre	2° Trimestre	3° Trimestre
Los alumnos se evaluarán de los estándares seleccionados. Los estándares del saber hacer tendrán un valor del 60% y los del saber un 40%.	En caso de escenario telemático la presentación será por correo electrónico o por Classroom.			

## Materiales y recursos didácticos

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Para el desarrollo de los contenidos teóricos se empleará material impreso elaborado por el departamento, proyector, aula virtual y classroom. De igual en las clases bilingües se hará en inglés.	En caso de escenario telemático se trabajarán de igual modo los contenidos, a excepción de las partes prácticas que se serán grabadas y subidas a Classroom.

## Actividades complementarias y extraescolares

DESCRIPCIÓN	MOMENTO DEL CURSO			RESPONSABLES	OBSERVACIONES
	1° Trimestre	2° Trimestre	3° Trimestre		
Senderismo		✓			

## Tratamiento de temas transversales

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBSERVACIONES</b>			
	Curso	1° Trimestre	2° Trimestre	3° Trimestre
Educación ambiental, igualdad y salud				

## Otros

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBSERVACIONES</b>			
	Curso	1° Trimestre	2° Trimestre	3° Trimestre

## Medidas de mejora

### Medidas previstas para estimular e interés y el hábito por la lectura

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
A lo largo del curso y para todos los niveles se desarrollarán determinadas sesiones donde la lectura de artículos relacionados con la salud y la actividad física servirán para abrir un debate entre los alumnos y para analizar en profundidad los temas que se aborden.	

### Medidas previstas para estimular e interés y el hábito por la escritura

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
A lo largo del curso y para todos los niveles se desarrollarán determinadas sesiones donde la lectura de artículos relacionados con la salud y la actividad física servirán para abrir un debate entre los alumnos y para analizar en profundidad los temas que se aborden. Sobre dicha lectura, se presentarán comentarios de texto donde se tendrán en cuenta aspectos tales como:- Presenta los trabajos con: 1. Portada, incluyendo título y autor. 2. Índice. 3. Páginas numeradas. 4. Uso de una correcta ortografía. 5. Bibliografía. Medida	

### Medidas previstas para estimular e interés y el hábito oral

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Durante todo el curso se trabajará la exposición oral de tareas cuidando que la expresión oral del alumnado sea la correcta y lo más variada posible.	

## Indicadores del logro del proceso de enseñanza y de la práctica docente



<b>COORDINACIÓN DEL EQUIPO DOCENTE DURANTE EL TRIMESTRE</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Se realiza la reunión de departamento con regularidad semanal. Salvo alguna excepción, asisten a ella los tres profesores miembros del departamento.	
Se lleva a cabo una evaluación inicial con pruebas semejantes para todos los niveles. Posteriormente, se realizan tres y en septiembre se realizará la final. Durante el mes de mayo se realiza la evaluación de alumnos con materias pendientes.	
<b>AJUSTE DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
La asignatura tiene dos horas de docencia semanales. En el primer trimestre se imparten unas 26 sesiones lectivas, en el segundo 24 y por último 18 en la última evaluación.	
Los estándares de aprendizaje evaluables durante el curso son los correspondientes a las unidades formativas programadas para cada evaluación.	
Estándares programados que no se han trabajado: El progreso de la programación debe acomodarse a los diferentes ritmos de aprendizaje de cada alumno, y a diferentes estilos de aprendizajes, ofreciendo al grupo una gran diversidad de actividades y métodos de explicación, que vayan encaminados a la adquisición, en primer lugar, de los aspectos básicos de cada currículo y posteriormente, del desarrollo de las competencias básicas de cada uno de los miembros del grupo, en su mayor grado posible. En mayor o menor grado, se trabajarán todos los estándares a lo largo del curso, con las distintas actividades realizadas.	
Los estándares no trabajados en un trimestre se pasan al siguiente.	
Organización y metodología didáctica: TIEMPOS.La distribución de los tiempos: atendiendo a los distintos ritmos de aprendizaje. Los espacios habituales -cancha y gimnasio- deben constituir los lugares donde desarrollemos nuestras propuestas pedagógicas. No obstante, el entorno natural, las aulas, la sala de audiovisuales, ordenadores, y otras dependencias del centro o externas al mismo, contribuyen a enriquecer la reflexión sobre la Educación Física si se infunde desde un propósito instructivo. RECURSOS METODOLÓGICOS: utilización de asignación de tareas, grupos de nivel, enseñanza recíproca, grupos reducidos, descubrimiento guiado... MATERIAL DIDÁCTICO: utilización del material deportivo correspondiente a cada contenido, material de soporte, impreso, audiovisual y complementario.	
PROCEDIMIENTOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE: 1. Entender el aprendizaje como una actividad que debe tender al desarrollo de las potencialidades del individuo. 2. Entender al docente como un mediador entre el sujeto de aprendizaje y el objeto de conocimiento. 3. Impulsar el aprendizaje participativo propiciando que el alumno aprenda haciendo y reflexionando sobre lo que hace. 4. Propiciar en clase una dinámica vital que se base en logros progresivos que ayuden a regenerar la energía y la confianza. 5. Buscar que el alumno descubra la estructura de las cosas y de los fenómenos y reconstruya las relaciones. 6. Propiciar la reflexión en las experiencias de aprendizaje. 7. Desarrollar interacciones didácticas problematizantes, críticas y creativas tendientes a enseñar a pensar. 8. Favorecer la flexibilidad, la tolerancia, la independencia. 9. Favorecer la creación más que la memorización. 10. Buscar la crítica y a la autocrítica.	
Idoneidad de los instrumentos de evaluación empleados: Los instrumentos de evaluación que se van a utilizar deben ser capaces de detectar las dificultades que provocan estancamiento en el aprendizaje para ayudar al alumno a superarlos. Para ello es necesario aplicarlos con continuidad y coherencia con los criterios de evaluación de la materia. observación directa, registro anecdótico, listas de control, pruebas escritas, pruebas orales y físicas.	
Otros aspectos a destacar.Faltas de asistencia: Cada dos faltas de puntualidad supondrá una falta injustificada. Cada falta no justificada supondrá la pérdida de un punto. Por encima del 30% de faltas sin justificar, del total de clases de un trimestre, la asignatura estará suspensa y se perderá la evaluación continua.	
<b>CONSECUCCIÓN DE ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DURANTE EL TRIMESTRE</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Resultados de los alumnos en todas las áreas del curso. Porcentaje de alumnos que obtienen determinada calificación, respecto al total de alumnos del grupo	
Resultados de los alumnos por área/materia/asignatura	
Áreas/materias/asignaturas con resultados significativamente superiores al resto	
Áreas/materias/asignatura con resultados significativamente inferiores al resto de áreas del mismo grupo	
Otras diferencias significativas	
Resultados que se espera alcanzar en la siguiente evaluación	
<b>GRADO DE SATISFACCIÓN DE LAS FAMILIAS Y DE LOS ALUMNOS DEL GRUPO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>

Grado de satisfacción de los alumnos con el proceso de enseñanza: a) Trabajo cooperativo; b) Uso de las TIC; c) Materiales y recursos didácticos; d) Instrumentos de evaluación; e) Otros (especificar)	
Propuestas de mejora formuladas por los alumnos	
Grado de satisfacción de las familias con el proceso de enseñanza: a) Agrupamientos; b) Tareas escolares para casa; c) Materiales y recursos didácticos; d) Instrumentos de evaluación; e) Otros (especificar)	
Propuestas de mejora formuladas por las familias	

## Evaluación de los procesos de enseñanza y de la práctica docente

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
<p><b>PREPARACIÓN</b> La fase de preparación de nuestra actividad docente antes de ponernos delante de los alumnos nos obliga a tomar decisiones respecto de cada uno de los apartados que debe tener una programación de aula: los objetivos didácticos de las áreas, que vamos a trabajar, los contenidos, las actividades que consideramos más adecuadas para conseguir los objetivos propuestos, las estrategias y los recursos, suficientes y variados, que resulten más congruentes con los objetivos y con la realidad concreta de los alumnos a quienes van dirigidos. También resulta imprescindible, asimismo, concretar los criterios, procedimientos, instrumentos y técnicas de evaluación, mediante los que vamos a comprobar que los alumnos realmente van aprendiendo a la vez que desarrollan las habilidades y capacidades correspondientes a su etapa educativa.</p>				
<p>Proporciono información al alumno sobre la ejecución de las tareas y cómo puede mejorarlas y, favorezco procesos de autoevaluación y coevaluación. En caso de objetivos insuficientemente alcanzados propongo nuevas actividades que faciliten su adquisición. En caso de objetivos suficientemente alcanzados, en corto espacio de tiempo, propongo nuevas actividades que faciliten un mayor grado de adquisición. Diversidad: tengo en cuenta el nivel de habilidades de los alumnos, sus ritmos de aprendizajes, las posibilidades de atención, etc, y en función de ellos, adapto los distintos momentos del proceso de enseñanza- aprendizaje ( motivación, contenidos, actividades, ...).</p>				
<p>Me coordino con otros profesionales (profesores de apoyo, Equipos de Orientación Educativa y Psicopedagógica, Departamentos de Orientación), para modificar y/o adaptar contenidos, actividades, metodología, recursos a los diferentes ritmos y posibilidades de aprendizaje. <b>EVALUACIÓN</b> La evaluación es un elemento esencial del proceso de enseñanza aprendizaje que debe aplicarse tanto al aprendizaje de los alumnos como a la revisión de la propia práctica docente. La evaluación consiste en un proceso continuo que nos permite recoger sistemáticamente información relevante, con objeto de reajustar la intervención educativa de acuerdo con los aprendizajes reales del alumnado.</p>				
<p>La finalidad de la evaluación educativa es mejorar el proceso de aprendizaje de cada alumno, el funcionamiento del grupo clase y nuestra propia práctica. A partir del Proyecto Curricular de Etapa, cada profesor, en el momento de la preparación de las clases, concretará: los criterios de evaluación, los procedimientos y tiempos más adecuados para realizarla y para asegurar la necesaria información tanto a los propios alumnos como a las familias y al resto del equipo educativo. A lo largo del proceso debemos ajustarnos, lo más posible, a la aplicación real de estas previsiones. <b>INDICADORES: VALORACIÓN, OBSERVACIONES Y PROPUESTAS DE MEJORAS</b> Tengo en cuenta el procedimiento general, que concreto en mi programación de aula, para la evaluación de los aprendizajes de acuerdo con el Proyecto Curricular y, en E. Secundaria, con la programación de área.</p>				
<p>Aplico criterios de evaluación y en el caso de Ed. Secundaria criterios de calificación (ponderación del valor de trabajos, de las pruebas, tareas de clase...) en cada uno de los temas de acuerdo con el Proyecto Curricular y, en su caso, las programaciones de áreas... Realizo una evaluación inicial a principio de curso, para ajustar la programación, en la que tengo en cuenta el informe final del tutor anterior, el de otros profesores, el del Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica y/o Departamento de Orientación. Contemplo otros momentos de evaluación inicial: a comienzos de un tema, de Unidad Didáctica, de nuevos bloques de contenido... Utilizo suficientes criterios de evaluación que atiendan de manera equilibrada la evaluación de los contenidos . Utilizo sistemáticamente procedimientos e instrumentos variados de recogida de información ( registro de observaciones, carpeta del alumno, ficha de seguimiento, diario de clase, tablón de anuncios,...)</p>				

Corrijo y explico -habitual y sistemáticamente- los trabajos y actividades de los alumnos y, doy pautas para la mejora de sus aprendizajes. Uso estrategias y procedimientos de autoevaluación y coevaluación en grupo que favorezcan la participación de los alumnos en la evaluación. Utilizo diferentes técnicas de evaluación en función de la diversidad de alumnos/as , de las diferentes áreas, de los temas, de los contenidos... Utilizo diferentes medios para informar a padres, profesores y alumnos (sesiones de evaluación, boletín de información, reuniones colectiva, entrevistas individuales, asambleas de clase...) de los resultados de la evaluación.				
Es muy importante, además, prever las condiciones de tiempo y de espacio que tanta importancia tienen para garantizar que los alumnos logren aprendizajes relevantes de forma eficaz. Resulta esencial en esta fase de preparación de las clases, tener muy presentes tanto los Objetivos Generales de la Etapa como los de las diferentes áreas, especialmente cuando seleccionamos los objetivos didácticos. Las decisiones que cada uno de nosotros toma al preparar sus clases deben tener como referencia el Proyecto Curricular de Etapa y/o la programación didáctica del área correspondiente.				
INDICADORES Realizo la programación de mi actividad educativa teniendo como referencia el Proyecto Curricular de Etapa y, en su caso, la programación de área; instrumentos de planificación que conozco y utilizo. Formulo los objetivos didácticos de forma que expresan claramente las habilidades que mis alumnos y alumnas deben conseguir como reflejo y manifestación de la intervención educativa. Selecciono y secuencio los contenidos de mi programación de aula con una distribución y una progresión adecuada a las características de cada grupo de alumnos.				
INDICADORES Motivación inicial de los alumnos: presento y propongo un plan de trabajo, explicando su finalidad, antes de cada unidad. Planteo situaciones introductorias previas al tema que se va a tratar (trabajos, diálogos, lecturas) Motivación a lo largo de todo el proceso: mantengo el interés del alumnado partiendo se sus experiencias, con un lenguaje claro y adaptado... Comunico la finalidad de los aprendizajes, su importancia, funcionalidad, aplicación real Doy información de los progresos conseguidos así como de las dificultades encontradas				
Presentación de los contenidos Estructuro y organizo los contenidos dando una visión general de cada tema ( mapas conceptuales, esquemas, qué tienen que aprender, qué es importante, ...) Facilito la adquisición de nuevos contenidos a través de los pasos necesarios, intercalando preguntas aclaratorias, sintetizando, ejemplificando.				
Actividades en el aula Planteo actividades que aseguran la adquisición de los objetivos didácticos previstos y las habilidades y técnicas instrumentales básicas. Propongo a mis alumnos actividades variadas (de diagnóstico, de introducción, de motivación, de desarrollo, de síntesis, de consolidación, de recuperación, de ampliación y de evaluación). En las actividades que propongo existe equilibrio entre las actividades individuales y trabajos en grupo. Recursos y organización del aula Distribuyo el tiempo adecuadamente: (breve tiempo de exposición y el resto del mismo para las actividades que los alumnos realizan en la clase).				
Adopto distintos agrupamientos en función del momento, de la tarea a realizar, de los recursos a utilizar... etc, controlando siempre el adecuado clima de trabajo. Utilizo recursos didácticos variados ( audiovisuales, informáticos, técnicas de aprender a aprender...), tanto para la presentación de los contenidos como para la práctica de los alumnos, favoreciendo el uso autónomo por parte de los mismos. Instrucciones, aclaraciones y orientaciones a las tareas de los alumnos: Compruebo, de diferentes modos, que los alumnos han comprendido la tarea que tienen que realizar: haciendo preguntas, haciendo que verbalicen el proceso.				
Fomento el respeto y la colaboración entre los alumnos y acepto sus sugerencias y aportaciones, tanto para la organización de las clases como para las actividades de aprendizaje. Proporciono situaciones que facilitan a los alumnos el desarrollo de la afectividad como parte de su Educación Integral. Seguimiento/ control del proceso de enseñanza-aprendizaje: reviso y corrijo frecuentemente los contenidos, actividades propuestas -dentro y fuera del aula, adecuación de los tiempos, agrupamientos y materiales utilizados.				
Facilito estrategias de aprendizaje: cómo solicitar ayuda, cómo buscar fuentes de información, pasos para resolver cuestiones, problemas, doy ánimos y me aseguro la participación de todos. Controlo frecuentemente el trabajo de los alumnos: explicaciones adicionales, dando pistas, feedback. Clima del aula Las relaciones que establezco con mis alumnos dentro del aula y las que éstos establecen entre sí son correctas, fluidas y desde unas perspectivas no discriminatorias. Favorezco la elaboración de normas de convivencia con la aportación de todos y reacciono de forma ecuánime ante situaciones conflictivas.				

## Otros

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES

	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
--	-------	--------------	--------------	--------------