

CURSO 2020/2021

**PROGRAMACIÓN 1º FORMACIÓN PROFESIONAL BÁSICA
“CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA I”**

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

I.E.S. GASPAR MELCHOR DE JOVELLANOS

| | |
|--|-----------|
| ÍNDICE | 2 |
| ADAPTACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN AL COVID-19 | 3 |
| 1. MARCO LEGAL | 4 |
| 2. OBJETIVOS DE ÁREA | 5 |
| 3. CONTENIDOS BÁSICOS | 6 |
| 4. ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS | 7 |
| 5. SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS | 9 |
| 6. RESULTADOS DE APRENDIZAJE Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN | 10 |
| 7. METODOLOGÍA | 11 |
| 8. CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA AL DESARROLLO Y LA CONSECUCCIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE | 12 |
| 9. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN | 17 |
| 10. SISTEMA DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES | 18 |
| 11. MATERIALES, TEXTOS Y RECURSOS DIDÁCTICOS | 19 |
| 12. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD | 19 |
| 13. ADAPTACIONES CURRICULARES | 20 |
| 14. ACTIVIDADES PARA EL FOMENTO DE LA LECTURA Y DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA | 22 |
| 15. UTILIZACIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y DE LA COMUNICACIÓN (TIC) | 23 |
| 16. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES | 24 |

ADAPTACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN AL COVID-19

El comienzo del curso escolar 2020-2021 se realizará bajo la consideración de las medidas de prevención y de higiene frente a COVID-19 y se planificará atendiendo a la incertidumbre que supone la evolución de la pandemia al inicio y en el desarrollo del curso escolar.

Por ello esta programación se adaptará a:

- 1- La normativa que se desprende de la **“Resolución conjunta de 9 de julio de 2020, de las viceconsejerías de Política educativa y de Organización educativa, por la que se dictan instrucciones sobre medidas organizativas y de prevención, higiene y promoción de la salud frente a covid-19 para centros educativos en el curso 2020 -2021”**.

En concreto, en lo que se refiere a la práctica de actividad física y deporte se tendrá en cuenta:

- Mantener la distancia de seguridad ampliada y adaptada al deporte. Se debe hacer una correcta higiene de manos antes y después de la realización de actividad física.
- Todas las actividades deportivas que se puedan trasladar al exterior se realizarán al aire libre. Las clases de educación física se programarán evitando los ejercicios que conlleven contacto.
- En los deportes de contacto tales como baloncesto o fútbol, se realizarán conformándose grupos estables durante todo el curso escolar.

- 2- El protocolo elaborado por el **IES Gaspar Melchor de Jovellanos** para evitar la propagación del coronavirus SARS-CoV-2, en especial en lo relativo a **“Protocolo Covid Educación Física / Pistas deportivas”**.

En concreto, en lo que se refiere a la clase práctica en el patio/pabellón, la actividad deberá ir encaminada a minimizar los riesgos, para lo que sería interesante tener en cuenta una serie de medidas relacionadas con las actividades a realizar:

- Priorizar las actividades sin contacto físico.
- Promover actividades que permitan el distanciamiento físico entre el alumnado (mínimo 1'5 metros, recomendable 2 metros). Puede ser importante marcar espacios acotados para la realización de las actividades.
- Si la actividad impide el distanciamiento, el alumnado deberá utilizar de manera obligatoria la mascarilla (en la actualidad el uso de mascarilla es obligatorio en todo momento).
- Controlar las actividades que supongan un requerimiento físico mayor (altas intensidades), que signifiquen la proyección de gotículas.
- Tratar de evitar que el alumnado corra en línea a poca distancia uno de otro, (cuanta mayor velocidad lleve el alumnado, mayor distancia de seguridad deberá guardar).
- En caso de coincidencia de varios profesores/as en la misma hora deberá trabajar cada uno/una en espacios distintos, y lo más alejados/as posibles

uno/una de otro/otra. Dicho reparto de espacios se realizará de manera previa a la clase para evitar aglomeración de alumnado.

- Al principio y al final de la actividad deportiva el alumnado deberá desinfectarse las manos. Es importante extremar la higiene en el ámbito deportivo.
- Se priorizará la entrega de trabajos de manera telemática.

1. MARCO LEGAL

Real Decreto 127/2014, de 28 de febrero, por el que se regulan aspectos específicos de la Formación Profesional Básica de las enseñanzas de formación profesional del sistema educativo, se aprueban catorce títulos profesionales básicos, se fijan sus currículos básicos y se modifica el Real Decreto 1850/2009, de 4 de diciembre, sobre expedición de títulos académicos y profesionales correspondientes a las enseñanzas establecidas en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación

DECRETO 107/2014, de 11 de septiembre, del Consejo de Gobierno, por el que se regula la Formación Profesional Básica en la Comunidad de Madrid y se aprueba el Plan de Estudios de veinte títulos profesionales básicos.

DECRETO 30/2020, de 13 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se modifica el Decreto 107/2014, de 11 de septiembre, del Consejo de Gobierno, por el que se regula la Formación Profesional Básica en la Comunidad de Madrid y se aprueba el Plan de Estudios de 20 títulos profesionales básicos.

Este último Decreto refleja cómo todo el alumnado de 20 ciclos formativos en la Comunidad de Madrid debe cursar los módulos de “Ciencias de la Actividad Física” I y II.

El nuevo currículo según indica el Decreto “facilita el desarrollo en el alumnado de hábitos saludables que propicien una mejora en la salud y la calidad de vida y permite que el profesorado de la especialidad de educación física colabore en el desarrollo de las actividades formativas que correspondan con los contenidos que le son propios”.

El Decreto, refleja la necesidad de organizar por unidades formativas los contenidos de Actividad Física y Deportiva a razón de 2 horas semanales.

Por lo tanto, se considera necesario ampliar esta formación con la incorporación de contenidos relacionados con la actividad física en el currículo de estos módulos que permitan completar las competencias del aprendizaje permanente y permitan un mejor desarrollo personal y social del alumnado.

Para garantizar una adecuada calidad de la formación que se incorpora, se hace necesaria la organización de los citados módulos en unidades formativas, por lo que se crea una unidad formativa que integra los contenidos fijados en los módulos de “Ciencias aplicadas”. Esta unidad formativa es independiente e incluye la formación específica relacionada con los nuevos contenidos de la actividad física y deportiva. Esta unidad tiene un carácter propio de la Comunidad de Madrid, dentro de las competencias que la norma básica permite a las administraciones educativas.

Asimismo, con la incorporación de estos contenidos dentro de la nueva unidad formativa en el propio currículo, se facilita el desarrollo en el alumnado de hábitos saludables que propicien una mejora en la salud y la calidad de vida, así como en una mejor opción en la planificación de su tiempo libre y de ocio.

Los contenidos y duración del módulo profesional “Ciencias Aplicadas I”, se ordenarán de la siguiente forma:

El módulo profesional “Ciencias Aplicadas I” se organizará en dos unidades formativas: “UFCA-1: Matemáticas y ciencias aplicadas I” y “UFCA-2: Ciencias de la actividad física I”, que incluirá las competencias vinculadas a la materia de Ciencias aplicadas al contexto personal y de aprendizaje de un campo profesional relacionadas con la actividad física y el deporte.

2. OBJETIVOS DE ÁREA

La Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados sobre todo a la conducta motora; para su consecución no es suficiente con la mera práctica, sino que es necesario el análisis crítico que afiance actitudes, valores referenciados al cuerpo, al movimiento y a la relación con el entorno: de este modo, el alumnado logrará controlar y dar sentido a las propias acciones motrices, comprender los aspectos perceptivos, emotivos y cognitivos relacionados con dichas acciones y gestionar los sentimientos vinculados a las mismas, además de integrar conocimientos y habilidades transversales como el trabajo en equipo, el juego limpio, el respeto a las normas, y la seguridad entre otras.

Asimismo, la Educación Física está vinculada a la adquisición de competencias relacionadas con la salud, a través de acciones que ayuden a la adquisición y consolidación de hábitos responsables de actividad física regular y la adopción de actitudes críticas ante prácticas individuales, grupales y sociales no saludables, fundamentalmente en lo relacionado con las enfermedades de origen cardiovascular.

La competencia motriz evoluciona a lo largo de la vida de las personas y desarrolla la inteligencia para saber qué hacer, cómo hacerlo, cuándo y con quién en función de los condicionantes del entorno.

Disfrutar de una adecuada competencia motriz permite al alumno (al ciudadano, en definitiva) disponer de un repertorio suficiente de respuestas adecuadas a las distintas situaciones que se le puedan presentar, siendo estas propias de las actividades físico-deportivas o vinculadas a la actividad humana en su conjunto.

El objetivo principal de esta área es que el alumnado aprenda a realizar actividad física correctamente, y que ese aprendizaje resulte desde la propia práctica. En consecuencia, su adecuada orientación y control hacia la salud individual y colectiva, la intervención proporcionada de las capacidades físicas y coordinativas, así como la atención a los valores individuales y sociales con especial interés referidos a la gestión y ocupación del tiempo libre y el ocio, constituyen un elemento esencial y permanente de toda práctica física realizada.

Ello no es óbice para que se programen actividades que persigan de forma explícita el cuidado de la salud, la mejora de la condición física o el empleo constructivo del

ocio y del tiempo libre, pero siempre desde la perspectiva de que el alumnado aprenda a gestionarlos de forma autónoma. No se trata, sólo, de conseguir que durante las etapas escolares el alumnado esté más sano, sino de que aprenda a comportarse de manera más sana, y eso se ha de producir como consecuencia de una adecuada orientación de la Educación Física.

Los niveles que la Educación Física plantea tienen que adecuarse al nivel de desarrollo de las alumnas y de los alumnos, teniendo siempre presente que la conducta motriz es el principal objeto de la asignatura. Se pretende proporcionar a las personas los recursos necesarios que les permitan llegar a un nivel de competencia motriz y a ser autónomas en su práctica de actividades física y una práctica regular.

Por otra parte, dado el carácter de la Formación Profesional Básica y la evolución que ha experimentado el número de profesiones y de ofertas de estudios superiores relacionados con la actividad física y la salud individual y colectiva, con el uso adecuado del tiempo libre, esta área tratará de presentar distintas alternativas que sirvan para que el alumnado pueda adoptar criterios de valoración de esas profesiones y posibilidades de estudio, ya sea en el ámbito de la formación profesional o en las enseñanzas deportivas, así como las profesiones en las que la capacidad física se convierte en un aspecto imprescindible para su desarrollo.

La salud sigue siendo un eje de actuación primordial, entendida no sólo como ausencia de enfermedad, sino como responsabilidad individual y colectiva; y para ello, se ha de profundizar en los conocimientos teóricos y prácticos referidos a los factores de la condición física y al control de los riesgos asociados a las actividades, así como en la adquisición de hábitos posturales correctos y de una ejecución técnica que prevenga o evite lesiones; asimismo, hay que plantear la mejora de las estrategias apropiadas para la solución de las diferentes situaciones motrices, el análisis crítico de los productos que oferta el mercado y que están relacionados con las actividades físicas, y el desarrollo de la autoestima.

3. CONTENIDOS BÁSICOS

UFCA-2: Ciencias de la actividad física I

1. Actividades físico-deportivas individuales en medio estable:

- Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.
- Capacidades físicas y motrices implicadas.
- Aspectos reglamentarios y técnicos de las modalidades y habilidades practicadas.
- Aspectos preventivos: calentamiento específico en las actividades físicas y deportivas practicadas para cada modalidad, indumentaria, materiales, práctica de actividades por niveles de destreza, actividades de recuperación y estiramientos.

2. Actividades de adversario. deportes de palas y raquetas:

- Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades físicas y motrices implicadas.
- Estrategias de juego. Ejecución de los golpeos en función de la propia situación, de la interpretación del juego y de la situación del adversario.
- Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.
- Los deportes de raqueta como actividad recreativa para el tiempo de ocio.

3. Actividades de colaboración-oposición:

- Habilidades específicas del deporte practicado. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.
 - Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos.
- Capacidades físicas implicadas.
- Estímulos relevantes en el deporte practicado que condicionan la conducta motriz.
 - La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos.
 - Respeto y aceptación de las reglas en los juegos y deportes practicados.

4. Actividades en medio no estable:

- Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de actividades físicas y deportivas.
- Equipamiento básico para la realización de actividades en función de la duración, características y condiciones de las mismas.
- La meteorología como factor a tener en cuenta para preparar o realizar actividades en el medio natural.
- Posibilidades del centro, del entorno urbano y el entorno natural próximo para la realización de actividades físicas y deportivas. Conductas destinadas al cuidado y conservación del entorno que se utiliza.

5. Actividades artísticas y expresivas:

- Realización de actividades expresivas orientadas a favorecer una dinámica positiva del grupo.
- Práctica de actividades en las que se combinan distintos tipos de ritmos y el manejo de objetos.
- Elementos musicales y su relación con el montaje coreográfico. Ritmo, frase y bloques.
- Diseño y realización de coreografías. Agrupamientos y elementos coreográficos.

6. Salud:

- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físicas y deportivas seleccionadas.
- Medidas preventivas en las actividades físicas y deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.
- Los niveles saludables en los factores de la condición física.
- Mejora de la salud y posibles riesgos en las actividades físicas y deportivas practicadas.
- Higiene postural en la actividad física y deportiva, así como en las actividades cotidianas.
- Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.
- Hábitos de alimentación saludable.

4. ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS

Esta unidad formativa contribuye a alcanzar las competencias desde un planteamiento de la actividad física y deportiva de carácter integrador dirigido a la aplicación de los saberes adquiridos para que los alumnos y alumnas consigan un

desarrollo personal satisfactorio, el ejercicio de la ciudadanía activa y la participación en el aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

Además, integra conocimientos y habilidades transversales como el trabajo en equipo, el juego limpio y el respeto a las normas. Asimismo, la actividad física y deportiva está vinculada a la adquisición de competencias relacionadas con la salud a través de acciones que ayuden a la adquisición y consolidación de hábitos responsables de actividad física regular y la adopción de actitudes críticas ante prácticas no saludables.

Los contenidos de esta unidad formativa están estructurados en torno a cinco tipos de situaciones diferentes: entornos estables, situaciones de oposición, de cooperación, de adaptación al entorno y de índole artística o de expresión.

Las acciones motrices individuales en entornos estables están presentes en la adquisición de habilidades individuales, en la preparación física de forma individual y en deportes como el atletismo, la natación y la gimnasia, entre otros.

Las acciones motrices en situaciones de oposición y que requieren la utilización de palas y raquetas están presentes en juegos de uno contra uno, los juegos de uno contra uno como el bádminton, el tenis o el tenis de mesa, entre otros.

En las situaciones de cooperación, con o sin oposición, se producen relaciones de cooperación y colaboración con otros participantes en entornos estables para conseguir un objetivo. Actividades que pertenecen a este grupo son entre otros: relevos, gimnasia en grupo y deportes adaptados, juegos en grupo, deportes colectivos como baloncesto, balonmano, béisbol, rugby, fútbol y voleibol.

Las acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno incluyen desplazamientos, con o sin materiales, por el entorno natural o urbano, entre las que pueden realizarse marchas y excursiones a pie o en bicicleta, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza (de pistas, de aproximación y otros), el esquí en sus diversas modalidades o la escalada, entre otros.

Las actividades de índole artística o de expresión requieren el uso del espacio, las calidades del movimiento, así como el uso de la creatividad y la imaginación. Dentro de estas actividades se incluyen los juegos y actividades con base rítmica, coreografías, expresión corporal y mimo, entre otros.

Todas las actividades y situaciones planteadas contribuyen a afianzar y aplicar hábitos saludables en todos los aspectos de su vida cotidiana, así como incorporar la actividad física y deportiva dentro de las actividades de ocio y tiempo libre.

La estrategia de aprendizaje para la enseñanza de esta unidad formativa se enfocará en el desarrollo de actividades eminentemente prácticas junto con la transmisión de los valores de la deportividad, el respeto a las reglas de diferentes deportes y su relación con los hábitos saludables.

Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza y aprendizaje que permiten alcanzar las competencias del aprendizaje permanente versarán sobre:

- El conocimiento de sus propias capacidades físicas para ajustar a las mismas el esfuerzo, auto exigencia y superación.
- El descubrimiento de nuevas actividades físicas y deportivas como elementos saludables para su práctica dentro del ámbito del ocio y del tiempo libre.

- El trabajo en equipo y la cooperación para alcanzar los objetivos propuestos.
- La capacidad para explorar el entorno natural próximo en la búsqueda de espacios adecuados para la actividad física y deportiva.
- La mejora en la coordinación y el movimiento para facilitar una motricidad expresiva.
- La preparación para el desarrollo de la actividad física y la aplicación de las medidas preventivas y equipamientos que reduzcan los riesgos de sufrir lesiones.

5. SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS

Los contenidos a lo largo del curso se impartirán de acuerdo con la siguiente secuenciación:

| <u>UNIDADES PROGRAMADAS</u> | |
|--|---|
| Primer trimestre | |
| 1. Actividades físico-deportivas individuales en medio estable. | Presentación normas. |
| | Comunicación TICs, TACs y APP |
| | Condición Física, Resistencia y Fuerza. |
| 2. Actividades de adversario. deportes de palas y raquetas. | Palas 1 (Adaptado a COVID). |
| | Raquetas 1. Cancha dividida |
| Segundo trimestre | |
| 3. Actividades de colaboración-oposición. | Condición Física, Velocidad y Flexibilidad (ADM). |
| | Fútbol (Adaptado a COVID) |
| | Baloncesto 1 (Adaptado a COVID). |
| 4. Actividades en medio no estable. | Orientación 1. |
| | Mecánica de la bicicleta. |
| Tercer trimestre | |
| 5. Actividades artísticas y expresivas. | Percusión y Coreografía. |
| | Escala de emociones. |
| | Respiración consciente 1. |
| 6. Salud. | Actividad física y mejora de la salud. |
| | Autoprotección durante la práctica. |
| | Higiene postural. |
| | Alimentación saludable. |

6. RESULTADOS DE APFRENDAJE Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Resuelve situaciones motrices individuales aplicando fundamentos técnicos y habilidades específicas en las actividades físicas y deportivas propuestas en condiciones adaptadas y reales.

Criterios de evaluación

- Se han aplicado los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
 - Se han identificado los diferentes aspectos reglamentarios y técnicos propios de las actividades físicas y deportivas practicadas.
 - Se han mostrado actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación en la ejecución de las acciones técnicas teniendo en cuenta su nivel de partida.
- Resuelve situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

Criterios de evaluación

- Se han adaptado los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de actividades físicas y deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
 - Se han descrito y puesto en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
 - Se ha reflexionado sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
- Reconoce las posibilidades que ofrecen las actividades físicas y deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

Criterios de evaluación

- Se han señalado las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físicas y deportivas.
 - Se han mostrado actitudes de respeto hacia el entorno y lo valora como lugar común para la realización de actividades físicas y deportivas.
 - Se ha mostrado una actitud crítica ante las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.
- Reconoce las posibilidades de las actividades físicas y deportivas, así como de las actividades artísticas y expresivas como forma 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.

Criterios de evaluación

- Se han mostrado actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

- Se ha colaborado en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos propuestos.
 - Se ha mostrado respeto a los demás dentro de la labor de equipo con independencia del nivel de destreza.
- Interpreta y produce acciones motrices con finalidades artísticas y expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.

Criterios de evaluación

- Se han utilizado técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
 - Se ha elaborado y practicado una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
 - Se ha colaborado en el diseño y realización de una coreografía, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
- Desarrolla las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.

Criterios de evaluación

- Se ha participado activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable.
- Se han alcanzado niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y sus posibilidades.
- Se ha analizado 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.

7. METODOLOGÍA

La metodología de la Formación Profesional Básica inicial se adaptará a las características de los alumnos, prestará especial atención a la adaptación de los ritmos de aprendizaje, a la orientación esencialmente práctica de la formación y al fomento del trabajo en equipo, e integrará los recursos de las tecnologías de la información y la comunicación en el aprendizaje.

Los centros con ciclos de Formación Profesional Básica (F.P.B.) necesitan una metodología diferente para trabajar con el tipo de alumnado participante en dicho programa.

La metodología de estas enseñanzas tendrá carácter globalizador y tenderá a la integración de competencias y contenidos entre los distintos módulos.

La metodología empleada se adaptará a las necesidades de los alumnos y las alumnas y a la adquisición progresiva de las competencias del aprendizaje permanente, para facilitar a cada alumno y alumna la transición hacia la vida activa y ciudadana y su continuidad en el sistema educativo

En cuanto a la metodología didáctica, se utilizarán métodos y estrategias de enseñanza que aseguren el desarrollo de los alumnos en cada uno de los ámbitos:

motor, intelectual y afectivo-social. Para ello, y como base, partimos de las potencialidades motrices, cognitivas y socioafectivas del alumno, respetando en todo caso las diferencias y atendiendo a la diversidad.

El estilo de enseñanza escogido en el proceso de aprendizaje estará condicionado por las características de los contenidos que se van a desarrollar en cada momento.

La metodología didáctica se adaptará a las características propias del alumnado, centrándose fundamentalmente en él; se utilizarán modelos de enseñanza que permitan al alumno una mayor toma de conciencia e intervención en el proceso de aprendizaje; buscaremos así, su participación activa y la utilización global de sus recursos y capacidades.

Las líneas generales de los métodos empleados son:

- Instrucción directa y Reproducción de modelos: para aquellas tareas que así lo requieran, con dirección por parte del profesor y recepción del alumno. Fundamentalmente para actividades con dificultad en el mecanismo de ejecución.

- Enseñanza por tareas: con tareas concretas que realiza el alumno de forma autónoma y a un ritmo individualizado.

- Enseñanza mediante la búsqueda, Descubrimiento guiado y Resolución de problemas: mediante el uso de fichas, actividades... Se busca una gran demanda de participación del alumno; preferentemente para situaciones de trabajo en grupo y actividades con dificultad en el mecanismo de percepción y decisión, donde el profesor exige para ser evaluado la realización de un conjunto de ejercicios elaborados por ellos mismos (un calentamiento, un montaje de expresión corporal, un montaje de Acrogimnasia o habilidades gimnásticas...).

Se insistirá en las implicaciones teóricas que tiene todo aprendizaje motor, por todo ello existe un componente teórico que también será evaluable y calificable, haciéndoselo saber al alumno.

8. CONTRIBUCIÓN DEL ÁREA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE

La educación basada en competencias permite definir los resultados del aprendizaje esperados desde un planteamiento integrador, dirigido a la aplicación de los saberes adquiridos para que los alumnos y las alumnas consigan un desarrollo personal satisfactorio, el ejercicio de la ciudadanía activa y la participación en el aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

Las competencias clave del currículo son:

- Competencia lingüística.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- Competencia digital.
- Aprender a aprender.
- Competencias sociales y cívicas.
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
- Conciencia y expresiones culturales

El área de Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida como la integración de los

conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados sobre todo a la conducta motora; para su consecución no es suficiente con la mera práctica, sino que es necesario el análisis crítico que afiance actitudes, valores referenciados al cuerpo, al movimiento y a la relación con el entorno: de este modo, el alumnado logrará controlar y dar sentido a las propias acciones motrices, comprender los aspectos perceptivos, emotivos y cognitivos relacionados con dichas acciones y gestionar los sentimientos vinculados a las mismas, además de integrar conocimientos y habilidades transversales como el trabajo en equipo, el juego limpio, el respeto a las normas, y la seguridad entre otras.

Asimismo, la Educación Física está vinculada a la adquisición de competencias relacionadas con la salud, a través de acciones que ayuden a la adquisición y consolidación de hábitos responsables de actividad física regular y la adopción de actitudes críticas ante prácticas individuales, grupales y sociales no saludables, fundamentalmente en lo relacionado con las enfermedades de origen cardiovascular.

La competencia motriz evoluciona a lo largo de la vida de las personas y desarrolla la inteligencia para saber qué hacer, cómo hacerlo, cuándo y con quién en función de los condicionantes del entorno. Disfrutar de una adecuada competencia motriz permite al alumno disponer de un repertorio suficiente de respuestas adecuadas a las distintas situaciones que se le puedan presentar, siendo estas propias de las actividades físico-deportivas o vinculadas a la actividad humana en su conjunto.

Entre los procesos implícitos en la conducta motriz hay que destacar el percibir, interpretar, analizar, decidir, ejecutar y evaluar los actos motores; entre los conocimientos más destacables que se combinan con dichos procesos están, además de los correspondientes a las diferentes actividades físicas, los relacionados con la corporeidad, con el movimiento, con la salud, con los sistemas de mejora de las capacidades motrices, con las medidas preventivas y de seguridad ante riesgos o accidentes y con los usos sociales de la actividad física, entre otros; y entre las actitudes se encuentran las derivadas de la valoración y el sentimiento acerca de sus propias limitaciones y posibilidades, el disfrute de la práctica y la relación con los demás. Las situaciones a las que responde una acción motriz, en un proceso de enseñanza y aprendizaje, suponen establecer entornos de características diferentes en los que la respuesta tiene, también, significados diferentes: en unos casos se tratará de conseguir un rendimiento, de resolver una realidad, en otros la ergonomía, la expresividad o la recreación.

En este sentido, la Educación Física contempla situaciones y contextos de aprendizaje variados: desde los que únicamente se trate de controlar los movimientos propios y conocer mejor las posibilidades personales, hasta otros en los que las acciones deben responder a estímulos externos variados y coordinarse con las actuaciones de compañeros o adversarios y en las que las características del medio pueden ser cambiantes. La lógica interna de las situaciones o actividades motrices propuestas se convierte así en una herramienta imprescindible de la programación de la materia.

El área de Educación Física puede estructurarse en torno a cinco tipos de situaciones motrices diferentes, caracterizados, cada uno de ellos, por rasgos comunes de lógica interna y diferentes a los de los otros tipos: en entornos estables, en situaciones de oposición, en situaciones de cooperación, en situaciones de adaptación al entorno, y en situaciones de índole artística o de expresión.

Las acciones motrices individuales en entornos estables suelen basarse en modelos técnicos de ejecución, y en ellas resulta decisiva la capacidad de ajuste para lograr conductas motrices cada vez más eficaces, optimizar la realización, gestionar el riesgo y alcanzar soltura en las acciones, donde la repetición para la mejor automatización y perfeccionamiento suele aparecer con frecuencia. Este tipo de situaciones se suele presentar en las actividades de desarrollo del esquema corporal, de adquisición de habilidades individuales, en la preparación física de forma individual, el atletismo, la natación y la gimnasia en algunos de sus aspectos, entre otros.

En las acciones motrices en situaciones de oposición resulta imprescindible la interpretación correcta de las acciones de un oponente, la selección acertada de la acción, la oportunidad del momento de llevarla a cabo, y la ejecución de dicha decisión. La atención, la anticipación y la previsión de las consecuencias de las propias acciones en el marco del objetivo de superar al contrario, así como el estricto respecto a las normas y a la integridad del adversario consustancial en este tipo de acciones, son algunas de las facultades implicadas; a estas situaciones corresponden los juegos de uno contra uno, los juegos de lucha, el judo, el bádminton, el tenis, el mini-tenis y el tenis de mesa, entre otros.

En las situaciones de cooperación, con o sin oposición, se producen relaciones de cooperación y colaboración con otros participantes en entornos estables para conseguir un objetivo, pudiéndose dar que las relaciones de colaboración tengan como objetivo el de superar la oposición de otro grupo. El adecuado uso de la atención global, selectiva y su combinación, la interpretación de las acciones del resto de los participantes, la previsión y anticipación de las propias acciones atendiendo a las estrategias colectivas, el respeto a las normas, la capacidad de estructuración espacio-temporal, la resolución de problemas y el trabajo en grupo, son capacidades que adquieren una dimensión significativa en estas situaciones, además de la presión que pueda suponer el grado de oposición de adversarios en el caso de que la haya.

Debe tenerse en cuenta, a su vez, la oportunidad que supone el aprovechamiento de situaciones de cooperación para, mediante la utilización de metodologías específicas, abordar el tema de las relaciones interpersonales, cuyo adecuado tratamiento con tanta frecuencia se señala en nuestros días. Juegos tradicionales, actividades adaptadas del mundo del circo, como acrobacias o malabares en grupo; deportes como el patinaje por parejas, los relevos, la gimnasia en grupo, y deportes adaptados, juegos en grupo; deportes colectivos como baloncesto, balonmano, béisbol, rugby, fútbol y voleibol, entre otros, son actividades que pertenecen a este grupo.

Lo más significativo de las acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno es que el medio en el que se realizan las actividades no tiene siempre las mismas características, por lo que genera incertidumbre y su finalidad es adaptarse al entorno y a la actividad. En general se trata de desplazamientos con o sin materiales, realizados en el entorno natural o urbano que puede estar más o menos acondicionado, pero que experimenta cambios predecibles o no, por lo que el alumnado necesita organizar y adaptar sus conductas concretas a las variaciones del mismo. Resulta decisiva la interpretación de las condiciones del entorno para situarse, priorizar la seguridad sobre el riesgo y regular la intensidad de los esfuerzos en función de las posibilidades personales. En ocasiones, las acciones incluyen cierta carga emocional que el usuario debe gestionar adecuadamente.

Estas actividades facilitan la conexión con otras áreas de conocimiento y la profundización en valores relacionados con la conservación del entorno, fundamentalmente del medio natural; puede tratarse de actividades individuales, grupales, de colaboración o de oposición. Las marchas y excursiones a pie o en bicicleta, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza (de pistas, de aproximación y otros), el esquí, en sus diversas modalidades, o la escalada, forman parte, entre otras, de las actividades de este tipo de situación.

En situaciones de índole artística o de expresión las respuestas motrices requeridas tienen finalidades artísticas, expresivas y comunicativas, son de carácter estético y comunicativo y pueden ser individuales o en grupo. El alumno debe producir, comprender y valorar esas respuestas. El uso del espacio, las calidades del movimiento, la conjunción con las acciones de los otros, así como los componentes rítmicos y la movilización de la imaginación y la creatividad en el uso de diferentes registros de expresión (corporal, oral, danzada, musical) y superación de la inhibición, son la base de estas acciones. Dentro de estas actividades tenemos los juegos cantados, la expresión corporal, las danzas, el juego dramático y el mimo, entre otros.

En cuanto a la adopción de hábitos saludables, la Educación Física en las edades de escolarización debe tener una presencia importante si se quiere ayudar a paliar el sedentarismo, que es uno de los factores de riesgo identificados, que influye en algunas de las enfermedades más extendidas en la sociedad actual. La Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, se hace eco de estas recomendaciones promoviendo la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos y alumnas durante la jornada escolar. En este sentido debe asegurarse que esa práctica respete las condiciones de uso y aplicación que la garanticen como saludable, para lo que la supervisión del profesorado de Educación Física resulta imprescindible.

A ello hay que añadir el objetivo principal de esta asignatura que es que el alumnado aprenda a realizar actividad física correctamente, y que ese aprendizaje resulte desde la propia práctica. En consecuencia, su adecuada orientación y control hacia la salud individual y colectiva, la intervención proporcionada de las capacidades físicas y coordinativas, así como la atención a los valores individuales y sociales con especial interés referidos a la gestión y ocupación del tiempo libre y el ocio, constituyen un elemento esencial y permanente de toda práctica física realizada en las etapas escolares. Ello no es óbice para que se programen actividades que persigan de forma explícita el cuidado de la salud, la mejora de la condición física o el empleo constructivo del ocio y del tiempo libre, pero siempre desde la perspectiva de que el alumnado aprenda a gestionarlos de forma autónoma. No se trata, sólo, de conseguir que durante las etapas escolares el alumnado esté más sano, sino de que aprenda a comportarse de manera más sana, y eso se ha de producir como consecuencia de una adecuada orientación de la Educación Física.

Los niveles que la Educación Física plantea tienen que adecuarse al nivel de desarrollo de las alumnas y de los alumnos, teniendo siempre presente que la conducta motriz es el principal objeto de la asignatura y que en esa conducta motriz deben quedar aglutinados tanto las intenciones de quien las realiza como los procesos que se pone en juego para realizarla. Se pretende proporcionar a las

personas los recursos necesarios que les permitan llegar a un nivel de competencia motriz y a ser autónomas en su práctica de actividades física y una práctica regular.

De este modo, los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje se organizan en torno a cinco grandes ejes: dominar las habilidades motoras y los patrones de movimiento necesarios para practicar un conjunto variado de actividades físicas; comprender los conceptos, principios, estrategias y tácticas asociadas a los movimientos y aplicarlos en el aprendizaje y en la práctica de actividades físicas; alcanzar y mantener una adecuada aptitud/condición física relacionada con la salud; mostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno; y valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el placer, la autosuperación, el desafío, la expresión personal y la interacción social.

En la etapa los estudiantes experimentan importantes cambios personales y sociales. Por una parte, la Educación Física tiene que ayudar a los jóvenes de esta edad a adquirir de nuevo referencias de sí mismos, de los demás, y de su competencia motriz. Esto colabora en la cimentación de una autoimagen positiva que, junto a una actitud crítica y responsable, les ayude a no sacrificar su salud para adecuarse a unos modelos sujetos a las modas del momento. Por otra parte, los estudiantes se enfrentan a diversidad y a la riqueza de actividades físicas y deportivas, deben conseguir nuevos aprendizajes que les permitan mayor eficiencia en situaciones deportivas, creativas, lúdicas o de superación de retos, junto con la posibilidad de identificar problemas o desafíos, resolverlos y estabilizar sus respuestas utilizando y desarrollando sus conocimientos y destrezas. Además, en la comprensión y la asimilación progresiva de los fundamentos y normas, propios de la materia, deben también integrar y transferir los conocimientos de otras áreas o situaciones. Un aspecto que se hace imprescindible para conseguir los fines propuestos es que la práctica lleve aparejada la reflexión sobre lo que se está haciendo, el análisis de la situación y la toma de decisiones; también hay que incidir en la valoración de las actuaciones propias y ajenas y en la búsqueda de fórmulas de mejora: como resultado de este tipo de práctica se desarrolla la confianza para participar en diferentes actividades físicas y valorar estilos de vida saludables y activos.

Los deportes son, actualmente, la actividad física con mayor repercusión sociocultural, por lo que facilitan la integración social; sin embargo, la Educación Física en esta etapa no debe aportar una visión restringida, sino que se debe ayudar a que el alumnado adquiera las destrezas, los conocimientos y las actitudes necesarias para desarrollar su conducta motriz en diferentes tipos de actividades, es decir, ser competente en contextos variados.

Por otra parte, debido a la evolución que ha experimentado el número de profesiones y de ofertas de estudios superiores relacionados con la actividad física y la salud individual y colectiva, con el uso adecuado del tiempo libre, esta área tratará de presentar distintas alternativas que sirvan para que el alumnado pueda adoptar criterios de valoración de esas profesiones y posibilidades de estudio, , así como las profesiones en las que la capacidad física se convierte en un aspecto imprescindible para su desarrollo.

La salud sigue siendo un eje de actuación primordial, entendida no sólo como ausencia de enfermedad, sino como responsabilidad individual y colectiva; y para ello, se ha de profundizar en los conocimientos teóricos y prácticos referidos a los

factores de la condición física y al control de los riesgos asociados a las actividades, así como en la adquisición de hábitos posturales correctos y de una ejecución técnica que prevenga o evite lesiones; asimismo, hay que plantear la mejora de las estrategias apropiadas para la solución de las diferentes situaciones motrices, el análisis crítico de los productos que oferta el mercado y que están relacionados con las actividades físicas, y el desarrollo de la autoestima.

9. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Procedimientos

Los procedimientos para realizar la evaluación serán los siguientes:

Parte teórica:

- Se realizará un examen y/o trabajo teórico por evaluación.
- Revisión de trabajos y actividades-ejercicios teóricos de clase.

Parte práctica:

- Con hojas de autoevaluación de habilidades motrices y deportivas de tareas de dificultad creciente; luego verificadas por la observación del profesor.
- Por observación de la ejecución motriz del alumno por parte del profesor y asignación de calificación según su destreza motriz.
- Por planilla de anotación de asistencia a clase, comportamiento, participación y colaboración, uso de ropa deportiva, hábitos higiénicos...
- Por observación y anotación de conductas motrices y sociales significativas.

Instrumentos

- Exámenes teóricos que realiza el alumno.
- Actividades teóricas que realiza el alumno.
- Tabla de correspondencia de pruebas de destreza deportiva y de condición física con la asignación de la calificación numérica.
- Plantilla de anotación de calificaciones teóricas, prácticas y actitudinales.

Los exámenes y actividades teóricas se conservarán un determinado tiempo.

Criterios de Calificación

Generales

Para situaciones en las que se califiquen aspectos conceptuales y procedimentales se calificará, tanto cualitativa como cuantitativamente, según se adapte mejor al hecho observado. Las calificaciones cualitativas se trasladarán a cuantitativas.

Nota de cada Evaluación

La nota de cada evaluación se obtiene de la siguiente forma:

➤ 30% Parte teórica

- Calificación de actividades teóricas. Su presentación y su elaboración.
- Calificación de examen/es teórico/s.

**Nota:* Se valorarán las faltas de ortografía y expresión escrita, descontándose 0,10 puntos por falta hasta un máximo de 1 punto de la parte teórica.

➤ 70 % Parte práctica

- Calificación de los aprendizajes motrices y deportivos desarrollados en cada unidad didáctica.
- Calificación de los test de condición física aplicados en cada evaluación.
- Se califica positivamente:
 - El esfuerzo y participación voluntaria en clase.
 - La colaboración con el profesor y el resto de los compañeros.
 - El buen comportamiento durante la clase.
 - El aseo e higiene al final de la clase.
- Se califica negativamente:
 - Incumplimiento de las normas interiores para las clases de Ed. Física y de las normas específicas dadas por el profesor.
 - Incumplimiento del protocolo COVID del centro. (Independientemente de la sanción según RRI)
 - No cuidar y respetar los materiales específicos de la asignatura y las instalaciones deportivas.
 - La falta de ropa deportiva .

En todos los casos para superar la evaluación el alumno deberá alcanzar la calificación de 5.

Las calificaciones se expresarán en los siguientes términos: Insuficiente, Suficiente, Bien, Notable, Sobresaliente, considerándose negativa la de Insuficiente y positivas todas las demás. Estas calificaciones irán acompañadas de una expresión numérica de cero a diez, sin emplear decimales.

La evaluación será continua, es decir, al aprobar la segunda evaluación se aprueba la primera y al aprobar la tercera se recuperan las anteriores. Si se suspendiese la tercera evaluación habrá una prueba extraordinaria en junio.

En la **convocatoria extraordinaria de junio**, el examen será de las mismas características que el final de la última evaluación y se puntuará de la misma forma. Para superarlo, el alumno/a deberá obtener al menos un 50% de la nota total.

Nota Final de Curso

Se procederá al cálculo numérico. La nota cuantitativa se obtendrá de la media aritmética de las 3 evaluaciones. El resultado final obtenido se expresará sin decimales.

10. SISTEMA DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES

En las sesiones se realiza continuamente una revisión de los contenidos ya trabajados, que habitualmente pasan a integrarse con los que siguen y son incluidos en la evaluación siguiente. Así, la recuperación de cada evaluación se hará a lo largo de la siguiente, no siendo necesaria la realización de una prueba específica.

Por ello la recuperación de una evaluación calificada como insuficiente se podrá realizar compensando con las notas de las otras evaluaciones. Se calculará la media de las 3 evaluaciones y deberá obtenerse una nota media superior a 5 puntos (sobre 10).

Los alumnos que no hayan conseguido aprobar en la convocatoria ordinaria, tendrán la posibilidad de presentarse a un examen de recuperación de toda la materia en la convocatoria extraordinaria de junio.

En la **convocatoria extraordinaria**, el examen será de las mismas características que los de la última evaluación y supondrá el 100% de la nota. Para superarla, el alumno/a deberá obtener al menos un 50% de la nota total.

11. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

- Apuntes y materiales didácticos elaborados por los profesores.
- Guiones de trabajos y actividades teóricas.
Se entregarán a los alumnos hojas con guiones para realizar determinados trabajos teóricos.
- Material deportivo. Se utilizará el material deportivo a criterio del profesor. El profesor atenderá en lo posible al “Cuadrante de distribución de actividades por evaluaciones y cursos” para optimizar el uso del mismo.
- Instalaciones deportivas.
Se utilizará según el “Cuadrante de distribución de instalaciones deportivas”.
- Aula de clase.

12. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La Formación Profesional Básica se organiza de acuerdo con el principio de atención a la diversidad de los alumnos y las alumnas y su carácter de oferta obligatoria. Las medidas de atención a la diversidad estarán orientadas a responder a las necesidades educativas concretas de los alumnos y las alumnas y a la consecución de los resultados de aprendizaje vinculados a las competencias profesionales del título, y responderá al derecho a una educación inclusiva que les permita alcanzar dichos objetivos y la titulación correspondiente, según lo establecido en la normativa vigente en materia de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social.

Las Administraciones educativas promoverán medidas metodológicas de atención a la diversidad que permitan a los centros, en el ejercicio de su autonomía, una organización de las enseñanzas adecuada a las características de los alumnos y las alumnas, con especial atención en lo relativo a la adquisición de las competencias lingüísticas contenidas en los módulos profesionales de Comunicación y Sociedad I y II para los alumnos y las alumnas que presenten dificultades en su expresión oral, sin que las medidas adoptadas supongan una minoración de la evaluación de sus aprendizajes.

En cuanto a las medidas de atención a la diversidad se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:

- Establecimiento de distintos niveles en la profundización de contenidos.

En los contenidos teóricos, sólo se proponen distintos niveles de profundización en el caso de alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo y se establecerán específicamente para cada caso.

En los contenidos prácticos, y en función del nivel de los alumnos se proponen unas actividades u otras. En nuestra materia estamos obligados a replantear muy a menudo las actividades programadas en función de las circunstancias individuales

de cada alumno. Como nos vamos a encontrar con alumnos heterogéneos establecemos, para atender a la diversidad, una dosificación en los siguientes aspectos:

- En cuanto al volumen de entrenamiento.
- En cuanto a la intensidad de entrenamiento.
- En cuanto a la dificultad-complejidad de las destrezas.
- Selección de recursos y estrategias metodológicas.

La metodología elegida normalmente está en función del análisis previo de la actividad que se va a realizar.

En tareas donde la dificultad es alta en los mecanismos de toma de decisión, por ejemplo en los Deportes Colectivos, en ocasiones (no siempre, porque también tomamos en consideración aspectos socio afectivos como la integración en el grupo) se organiza a los alumnos en grupos de nivel, adaptando el reglamento para proponer situaciones de juego de menor dificultad, parando el juego para analizar determinado tipo de situaciones, o realizando explicaciones aparte a un alumno que lo requiera en concreto.

En tareas donde la dificultad es alta en los mecanismos de ejecución, por una alta dificultad técnica de la tarea, se utilizará la instrucción directa, descomponiendo la tarea en partes más sencillas, tantas como sean necesarias, y dependiendo del grupo, o de alumnos específicos, es necesario introducir algún paso intermedio o no.

En nuestras clases se trabaja frecuentemente en grupos, y estas agrupaciones se realizan atendiendo en cada ocasión a diferentes tipos de consideración según el objetivo perseguido por las actividades, ya sea la dificultad de la tarea, la relación e integración en el grupo e incluso a veces según las preferencias del alumno.

- Diversificación de estrategias, actividades e instrumentos de evaluación de los aprendizajes.

Se utilizan diferentes tipos de pruebas de evaluación. Se intenta que la actividad diaria sea evaluada mediante la observación directa, para que el alumno tenga las referencias claras del objetivo a conseguir y una mayor motivación en realizar las cosas bien. Los exámenes prácticos suelen ser comunes a todos (en ocasiones se dan por escrito al alumno, para que tenga presente lo que tiene que conseguir), pero la calificación se realiza en base a dos criterios: en base a norma, teniendo como norma valores de referencia del grupo de edad, según los objetivos del curso en concreto; pero también, en base a criterio, donde son tenidas en cuenta las diferencias individuales y los aspectos actitudinales, porque en muchos casos el objetivo es la superación de sus propias dificultades y límites.

En alumnos que tienen exención total o parcial de la asignatura hay unos criterios de evaluación específicos reflejados en la programación.

13. ADAPTACIONES CURRICULARES

En cuanto a las adaptaciones curriculares, el currículo se adaptará para aquellos alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo que estén básicamente asociadas a discapacidad motriz o sensorial, temporal o permanente.

Las adaptaciones estarán en función de los correspondientes informes médicos.

Se contemplan los siguientes casos:

Exentos totales de la parte práctica

Se contemplan alumnos exentos de la parte práctica. Estos alumnos presentarán informe médico que alegue su condición física.

➤ Con carácter general.

A los alumnos exentos les son aplicables los objetivos, contenidos, resultados de aprendizaje y criterios de evaluación compatibles con sus capacidades físicas.

➤ Con carácter específico.

▪ *Criterios de evaluación.*

1. Responder y elaborar las cuestiones teóricas planteadas del libro de texto-apuntes de Educación Física que específicamente plantee el profesor, además de las que se señalen al resto de compañeros.

2. Desarrollar la capacidad de análisis estadístico sobre las marcas obtenidas por sus compañeros, recoger y estructurar la información necesaria sobre su lesión o enfermedad, y otras cuestiones referidas a su salud.

3. Recopilar la información sobre las sesiones de clase, para que el resto de los alumnos puedan disponer de dicha información.

▪ *Criterios de calificación.*

Notas evaluaciones.

La nota de cada evaluación se obtiene de la siguiente forma:

- 80 % Parte teórica
 - Calificación del cuaderno de actividades teóricas del alumno. Su presentación y su elaboración.
 - Calificación de trabajo/s teórico/s. Su presentación y su elaboración.
 - Calificación de examen/es teórico/s.
 - Calificación de trabajo/s teórico/s extras. Su presentación y su elaboración.
 - Calificación de diario de clase con las sesiones de todo el curso.
- 20 % Parte práctica-actitudinal
 - Similar al sistema general haciendo hincapié en su función como alumno ayudante de los demás alumnos

Nota final de curso.

Similar al sistema general.

Exentos parciales de la parte práctica

Se contemplan alumnos exentos parciales de la parte práctica de dos tipos:

- por no poder realizar algunas actividades físicas concretas durante todo el curso.
- por no poder realizar algunas actividades físicas concretas durante una parte del curso hasta su recuperación.

Estos alumnos presentarán informe médico que alegue su condición física.

➤ Con carácter general.

A los alumnos exentos les son aplicables los objetivos, contenidos, resultados de aprendizaje y criterios de evaluación compatibles con sus capacidades físicas.

➤ Con carácter específico.

▪ *Criterios de evaluación.*

1. Las evaluaciones prácticas que no puedan realizar serán sustituidas por evaluaciones teóricas sobre actividades específicas.

2. El alumno deberá realizar de entre los trabajos teóricos extras aquellos que puedan sustituir a las evaluaciones prácticas no realizadas. Entre otros:

- Test de las pruebas físicas de inicio de curso. Análisis estadístico.
- Recopilación de toda la información relacionada con la lesión que se padece.
- Trabajos sobre determinados beneficios y perjuicios para la salud por hábitos de consumo: tabaco, alcohol.
- Recopilación de las descripciones teóricas de las actividades prácticas de las sesiones de clase observadas.

14. ACTIVIDADES PARA EL FOMENTO DE LA LECTURA Y DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA

La necesidad de la lectura es evidente cuando toda la enseñanza y el aprendizaje están basados en ella.

Desde el Departamento de Educación Física consideramos que uno de nuestros objetivos generales y básicos es la formación integral del alumnado. Pretendemos una E.F. integral y catalizadora del proceso de desarrollo integral del individuo. Por todo ello, la animación a la lectura como hábito, modalidad de ocio, sana costumbre, etc. es una excelente actividad educativa que debería promocionarse desde todas las vertientes, y lo que resulta más complicado, relacionarse con todas ellas; así como el desarrollo de la comprensión lectora y la mejora en el alumnado de su expresión oral y escrita.

El objetivo fundamental de las lecturas en nuestra área es comprender su mensaje, su contenido. El desarrollo de esta comprensión va condicionado al conocimiento del vocabulario específico de nuestra área (actividades físico-deportivas, expresivas, relacionadas con el medio natural...), conocimiento que iremos haciendo progresivo a lo largo de toda la etapa educativa.

Desde nuestra materia podemos contribuir a la mejora de estos hábitos a través de dinámicas propias de nuestra asignatura y de estrategias "tomadas prestadas" de otras disciplinas.

Para ello presentaremos a los alumnos, junto con los apuntes teóricos del curso, un catálogo de lecturas recomendadas, páginas web interesantes (uso de las T.I.C.), etc....tanto para la realización de trabajos obligatorios a lo largo del curso como para su consulta y lectura voluntaria durante el tiempo libre y de ocio. Está compuesto por las referencias a unas cuantas obras (novelas, relatos y algún ensayo) que están basadas o muy directamente relacionadas con la actividad física y el deporte, alguna de sus modalidades o la propia E.F.; así como por direcciones de internet actuales, que despierten el interés de los alumnos y que estarán directamente relacionadas con los deportes y contenidos practicados durante el curso.

En definitiva, los principales procedimientos que utilizaremos para afianzar estos hábitos son:

- Lectura en voz alta de los textos, apuntes... utilizado en las sesiones de teoría empleando la pronunciación, el ritmo y la entonación adecuados al texto.
- Resumen oral y escrito de estos textos escritos.
- Análisis, comentario y juicio personal sobre los textos escritos.
- Utilización de diversas fuentes escritas para satisfacer necesidades de información.
- Se realizarán ejercicios de lectura silenciosa, lectura en voz alta, de comprensión lectora y aumento de vocabulario.
- Las actividades tendrán carácter lúdico para fomentar la lectura como actividad de ocio.
- Seleccionar libros específicos de nuestra área para la biblioteca del centro.
- Clasificar los libros de la biblioteca de forma clara y sencilla para facilitar su uso autónomo.
- Realizar exposiciones orales por parte del alumnado de los trabajos y ejercicios encargados para cada evaluación.
- Buscar información en enciclopedias, webs, lectura de libros digitales...
- Realizar actividades escritas posteriores a la lectura.
- En cuanto a la supervisión de la lectura verificar cómo se va comprendiendo lo que se lee utilizando diversas técnicas cognitivas de comprensión como relectura, lectura recurrente, continuada, simultánea, imaginar el contenido del texto...

15. UTILIZACIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y DE LA COMUNICACIÓN (TIC)

Tendremos en cuenta la utilización de las tecnologías de la información y de la comunicación debido a varias razones:

- a) Pertenecen al mundo real del alumno hoy día y suponen una necesidad para su futuro en cuanto a la formación y a su incorporación a la vida activa. Pensemos que gran parte de la información que manejan la extraen de canales como Internet.
- b) Los recursos median y forman parte del aprendizaje y éste debe ser funcional.
- c) La legislación vigente hace mucho hincapié en la utilización de estos recursos.
- d) Su utilización supone un elemento para despertar el interés del alumno.
- e) Ayudan a la mayor participación del alumno en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Ahora bien, el uso de las TIC en la Educación Física ha de ser cuidadosamente considerado para conseguir la máxima eficacia didáctica en los limitados tiempos que podemos dedicar a ellas en nuestras clases (solamente 2 clases-semana-cada grupo), de naturaleza eminentemente práctica.

En cuanto a los medios utilizados, por un lado, están los ordenadores y por otro el uso del cañón de proyección y la pizarra digital, que resultará interesante para la presentación de temas, proyección de trabajos elaborados por el alumnado, visionado de grabaciones de producciones expresivas o bailes, etc.

En concreto, los recursos TIC cuyo empleo está previsto (recursos a los que se accede y actividades que se realizan) son:

- Consulta de páginas Web interesantes, tanto para la realización de trabajos obligatorios a lo largo del curso como para su consulta y lectura voluntaria durante el tiempo libre y de ocio. Por ejemplo:
 - www.todoef.com - www.efdeportes.com - www.revistakronos.com
 - <http://recursos.cnice.mec.es/edfisica/alumnado/alumnado.php>
- Consulta de vídeos sobre los diferentes deportes trabajados a lo largo del curso a través del servicio "YOUTUBE".
- Empleo del móvil-smartphone para descargar “aplicaciones” para la práctica autónoma en las clases de ejercicio físico saludable.
- Programas de mejora de la orientación espacial y de la coordinación visomanual a través del manejo del ratón y el teclado.
- Webquest sobre contenidos del área.
- Aplicaciones en Clic o JClic, son actividades sencillas y de gran facilidad de adquisición en la red. Existe un portal dedicado en exclusiva a ello (zona clic): -http://clic.xtec.es/db/listact_es.jsp
- Registro de datos sobre la propia condición física en un archivo personal o cuaderno digital de la materia.

16. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

En las actividades propuestas la fecha de realización reflejada trimestralmente es orientativa pudiendo modificarse en función de las características organizativas de la actividad.

La realización efectiva de las actividades programadas está condicionada a las limitaciones de la normativa del departamento de extraescolares en relación con la participación de un número suficiente de alumnos.

Espíritu general de las actividades propuesta:

- Proporcionar al alumno experiencias físico-deportivas que puedan constituir una alternativa de ocio personal.

| Actividad | Objetivos | Cursos | Fechas: trimestre |
|-------------------------------|---|--------------------|----------------------|
| MCD (antes MC0) | Participar en actividades diferentes a las habituales | 1ºFBTMV 1ºFBIMP | Según asignación |
| Actividades en los parques | Conocer actividades que se desarrollan en el entorno. | 1ºFBTMV 1ºFBIMP | Primavera |
| Carrera de orientación | Práctica de lo aprendido en la UD | 1ºFBTMV 1ºFBIMP | Tercer Trimestre |
| RUTA BTT | Recorrido en bicicleta en el medio natural próximo. | 1ºFBTMV 1ºFBIMP | Tercer Trimestre. |

Dentro de estas actividades, el Departamento presenta solicitud de participación en los siguientes programas de la Comunidad de Madrid sobre promoción de actividades físico-deportivas:

1- XII Edición del Programa **“Madrid Comunidad Deportiva”**

2- Programa **“Actividades para Jóvenes en los Parques”**

Ambos programas ofertan una gran variedad de actividades, quedando su realización efectiva supeditada a la adjudicación de los mismos.