

 I.E.S. Santa María de Alarcos  Instituto Histórico de Castilla-La Mancha	I.E.S. SANTA MARÍA DE ALARCOS DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA	 Castilla-La Mancha Consejería de Educación, Cultura y Deportes
---	---	--

PROGRAMACIÓN CURSO 2025/26

EDUCACIÓN FÍSICA

ÍNDICE:

1. INTRODUCCIÓN:

- 1.1 La Importancia de Programar
- 1.2 Marco Normativo
- 1.3 Organización de la Materia y Componentes del Departamento
- 1.4 Punto de Partida

2. CARACTERÍSTICAS DE LA MATERIA.

3. OBJETIVOS DE LA ETAPA:

- 3.1 Objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria
- 3.2 Objetivos de Bachillerato

4. COMPETENCIAS CLAVE Y PERFIL DE SALIDA DEL ALUMNADO.

5. SABERES BÁSICOS, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- 5.1 Saberes Básicos
- 5.2 Competencias Específicas
- 5.3 Criterios de Evaluación
- 5.4 Secuenciación de Unidades Didácticas por Cursos y Trimestres

6. CRITERIOS METODOLÓGICOS, DIDÁCTICOS Y ORGANIZATIVOS:

- 6.1 Metodología General
- 6.2 Metodología Específica. Medidas de Seguimiento y Mejora
- 6.3 Situaciones de Aprendizaje. Materiales Curriculares y Recursos Didácticos
- 6.4 Actividades y Estrategias de Enseñanza-Aprendizaje. Agrupamiento de Alumnado
- 6.5 Educación en Valores
- 6.6 Actividades de Recuperación y/o Ampliación Período Extraordinario 1º Bachillerato

7. MEDIDAS DE INCLUSIÓN EDUCATIVA Y ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD:

- 7.1 Medidas de Inclusión Individualizadas a Nivel de Aula
- 7.2 Atención al Alumnado con Incapacidad Transitoria o que No Puedan Practicar algunos Contenidos

8. EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN, PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN:

- 8.1 Instrumentos y Procedimientos de Evaluación
- 8.2 Ejemplos de Rúbricas para determinar el Grado de Adquisición de los Descriptores Operativos de las Competencias Clave que Definen el Perfil de Salida de Etapa:

8.2.1 *Rúbrica Coevaluación Korfball en 3º de ESO*

8.2.2 *Rúbrica Orientación en 2º de ESO*

8.2.3 *Rúbrica Pickleball en 1º de ESO*

8.3 Fases de la Evaluación

8.4 Criterios de Calificación de cada Evaluación y Calificación Final del Curso:

8.4.1 *Calificación de cada evaluación*

8.4.2 *Calificación Final del Curso*

8.5 Criterios de Recuperación

8.6 Plan de Recuperación de Materias Pendientes

9. ELEMENTOS TRANSVERSALES:

- 9.1 Recreos con Actividad Física Organizada
- 9.2 Plan de Lectura
- 9.3 Plan de Digitalización
- 9.4 Plan de Igualdad
- 9.5 Plan de Convivencia

10. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRACURRICULARES.

11. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE:

- 11.1 Indicadores, responsables de evaluación, criterios y temporalización
- 11.2 Encuestas de satisfacción del alumnado. Propuestas de mejora

**12. COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN CON ALUMNADO Y FAMILIAS.
ORIENTACIÓN PROFESIONAL Y ACADÉMICA.**

1. INTRODUCCIÓN

1.1 LA IMPORTANCIA DE PROGRAMAR:

Educar no es fabricar adultos según un modelo sino liberar en cada hombre lo que le impide ser él mismo, permitirle realizarse según su “genio singular” (Olivier Reboul, en el libro Filosofía de la educación).

Toda programación debe responder a cinco preguntas claves: ¿qué enseñar?, ¿cómo enseñar?, ¿cuándo enseñar?, ¿qué, ¿cómo y cuándo evaluar? y, por último, ¿cómo ha sido mi tarea como docente?, pues el ejercicio crítico es la base para poder mejorar en el futuro. Todas estas preguntas han de ser contestadas en la programación tal y como establecen autores como F. Martínez Navarro, con el ánimo de evitar la improvisación en nuestra práctica docente. Si bien, la programación didáctica es abierta y flexible por lo que en cualquier momento podremos añadir, modificar o adaptar nuestra programación en relación con las necesidades y al contexto educativo en el que pretendamos incidir.

En consecuencia, la programación se pretende potenciar la **reflexión** del profesorado, **mejorar** así su práctica profesional, **adecuar** la respuesta educativa al alumnado y al centro y **proporcionar** una formación tecnológica adecuada a nuestros alumnos.

Los apartados que conforman esta programación didáctica se ajustan a lo establecido en el artículo 8.2 de la Orden 118/2022, de 14 de junio, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, de regulación de la organización y el funcionamiento de los centros públicos que imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional en la comunidad de Castilla-La Mancha

1.2 MARCO NORMATIVO:

El ordenamiento jurídico que nos resulta de aplicación en nuestro ámbito profesional como docentes emana del derecho fundamental a la educación, recogido en el artículo 27 de la Constitución Española de 1978, y que se concreta en la siguiente normativa, ordenada jerárquicamente, en base a los preceptos que enuncia el artículo 9.3 de nuestra carta magna:

A expensas de la publicación de las disposiciones de desarrollo de la LOMLOE, algunas de las normas jurídicas a considerar son las que se indican:

En lo que respecta al Currículo Educativo:

- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación 2/2006 (BOE de 4 de mayo).
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006 de Educación (en adelante LOE-LOMLOE) (BOE de 29 de diciembre).
- Real Decreto 732/1995, de 5 de mayo, por el que se establecen los derechos y deberes de los alumnos y las normas de convivencia en los centros (BOE de 2 de junio).
- Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.
- Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.

Toda esta normativa, de carácter básico, se concreta en nuestra Comunidad Autónoma, fundamentalmente, en la legislación que se enuncia a continuación:

- Decreto 82/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

- Decreto 83/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

- Ley 7/2010, de 20 de julio, de Educación de Castilla-La Mancha (en adelante LECM) (DOCM de 28 de julio).

- Ley 3/2012, de 10 de mayo, de autoridad del profesorado de Castilla La Mancha.

- Real Decreto 83/1996, de 26 de enero, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.

- Decreto 3/2008, de 08-01-2008, de la convivencia escolar en Castilla- La Mancha (DOCM de 11 de enero).

- Decreto 85/2018, de 20 de noviembre, por el que se regula la inclusión educativa del alumnado en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

- Decreto 8/2022, de 8 de febrero, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional en Castilla-La Mancha.

- Decreto 92/2022, de 16 de agosto, por el que se regula la organización de la orientación académica, educativa y profesional en la comunidad de Castilla La Mancha.

- Orden 118/2022, de 14 de junio, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, de regulación de la organización y el funcionamiento de los centros públicos que imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional en la comunidad de Castilla-La Mancha.

- Decreto 31/2024, de 25 de junio que modifica el currículo de ESO y la asignación de materias optativas en ESO y Bachillerato.

- Orden 169/2022, de 1 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la elaboración y ejecución de los planes de lectura de los centros docentes de Castilla-La Mancha.

- Orden 186/2022, de 27 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la evaluación en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

- Orden 187/2022 de 27 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la evaluación en Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

- Orden 108/2025, de 24 de julio, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se dictan instrucciones sobre medidas educativas, organizativas y de gestión para el desarrollo del curso escolar 2025/2026 en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

- Y demás normativa vigente a la fecha de redacción del presente documento.

En esta programación departamental la distribución de competencias, objetivos, contenidos, criterios de evaluación y aspectos metodológicos, se realiza tal como señala la normativa educativa actual en referencia a la Educación Secundaria, ya que creemos que de esta manera el currículo de Educación Física puede resultar más útil y operativo al profesorado de la etapa al adecuarse a los requisitos prescriptivos de la ley.

1.3 ORGANIZACIÓN DE LA MATERIA Y COMPONENTES DEL DEPARTAMENTO:

El Departamento de Educación Física consta, durante el presente curso escolar 2025/2026, de tres profesores, que, con la finalidad de garantizar la continuidad del aprendizaje de los alumnos, intentarán seguir la dinámica de trabajo llevada a cabo durante cursos pasados. En este sentido, los miembros del departamento son:

- **D. Emilio Córdoba Vázquez de Ágredos**, Diplomado en Enfermería por la UCLM y Licenciado en INEF por la Universidad Politécnica de Madrid.

- **D. Pedro Rubí Pato**, Licenciado en INEF por la Universidad Politécnica de Madrid.

- **D. Daniel Martínez González-Mohíno**, Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad de Extremadura.

Disponemos de un total de **57 horas lectivas** a impartir en nuestro departamento, distribuidas de la siguiente forma:

- + 1º ESO EF: 4 grupos que suponen 8 horas lectivas.
- + 2º ESO EF: 5 grupos que suponen 10 horas lectivas.
- + 3º ESO EF: 5 grupos que suponen 10 horas lectivas.
- + 4º ESO EF: 5 grupos que suponen 10 horas lectivas.
- + 1º Bachillerato EF: 5 grupos que suponen 10 horas lectivas.
- + Tutoría 1º ESO C: 2 horas lectivas.
- + Tutoría 1º Bachillerato D: 1 hora lectiva.
- + Atención Educativa en ESO: 2 horas lectivas.
- + Plan de Igualdad: 2 horas lectivas.
- + Jefatura del Departamento Didáctico: 2 horas lectivas.

A partir de ello, la distribución de grupos y horas lectivas acordada es la siguiente:

PROFESOR	ÁREA/MATERIA	GRUPOS	HORAS
D. Emilio Córdoba Vázquez de Ágredos	Educación Física	4 grupos de 2º de ESO	8
		5 grupos de 3º de ESO	10
	Atención Educativa	1 grupo de 2º de ESO	1
	TOTAL DE HORAS LECTIVAS:		19
D. Pedro Rubí Pato	Educación Física	4 grupos de 1º de ESO	8
		1 grupo de 2º de ESO	2
		3 grupos de 4º de ESO	6
	Tutoría	1º ESO C	2
	Atención Educativa	1 grupo de 2º de ESO	1
	TOTAL DE HORAS LECTIVAS:		19
D. Daniel Martínez González-Mohíno	Educación Física	Jefatura de Departamento	2
		2 grupos de 4º de ESO	10
		5 grupos de 1º Bachillerato	4
	Tutoría	1º Bachillerato D	1
	Plan de Igualdad y Bienestar Social		2
	TOTAL DE HORAS LECTIVAS:		19

Al comienzo del curso, los alumnos recibirán información sobre la normativa de la asignatura, incluyendo objetivos, competencias, criterios de evaluación y calificación, saberes básicos y sistema e instrumentos de evaluación.

1.4 PUNTO DE PARTIDA:

Para elaborar la programación y los contenidos a trabajar en la materia de Educación Física durante el presente curso académico hemos partido de las propuestas recogidas en el plan de mejora elaborado a finales del pasado curso 2024-2025 y, sobre todo, hemos tenido muy en consideración los resultados obtenidos en la evaluación inicial del presente curso, datos que cobran una relevancia extraordinaria, ya que permiten identificar el grado de consolidación y afianzamiento de los aprendizajes esenciales del curso anterior que presenta el alumnado.

Dicho esto, como punto de partida general para casi todos los niveles, indicar que comenzamos realizando diferentes actividades y tests de desarrollo y medición de la condición física en todos los niveles, priorizando al máximo la práctica de actividad física al aire libre y el uso de materiales y metodologías ya utilizados en cursos anteriores.

Decimos en casi todos los niveles porque en 1º de ESO comenzamos con una unidad didáctica relativa a juegos de transición entre Primaria y Secundaria, de forma que el alumnado se fuera sintiendo cómodo y familiarizado con su nuevo entorno de trabajo, cogiendo poco a poco más confianza y seguridad en sí mismo a partir de lo ya conocido.

En el resto de niveles, la evaluación inicial del alumnado nos ha servido para detectar el estado de condición física de cada uno de nuestros alumnos, pudiendo identificar las carencias que presenten de cara a tomar las medidas oportunas a lo largo de este primer trimestre de trabajo y, por ende, del resto del curso, pudiendo adaptar en todo momento el trabajo a realizar en clase al nivel presentado por los mismos.

También nos ha servido esta evaluación inicial para algo fundamental: detectar las posibles actitudes negativas ante el desempeño de la práctica físico-deportiva en clase (faltas de puntualidad, muestras de desgana/pasividad ante las actividades presentadas, no asistir con la indumentaria adecuada, faltas de asistencia injustificadas...) susceptibles de ser corregidas a la mayor brevedad posible, informado a las familias si estas actitudes negativas no son corregidas.

Para terminar con este epígrafe, debemos indicar que los resultados obtenidos en esta evaluación inicial han sido bastante satisfactorios, superando el 90% de aprobados en general, lo cual nos hace ser optimistas con los posibles resultados de nuestra materia a lo largo del curso, muy en línea con los obtenidos en los últimos cursos académicos.

2. CARACTERÍSTICAS DE LA MATERIA

La dinámica característica de la sociedad actual demanda de la educación en general y de la Educación Física en particular un proceso continuado de adaptación que ofrezca respuestas válidas a las necesidades que se van originando.

Nos encontramos ante una situación donde estamos sufriendo cambios acelerados en los hábitos de vida, que pueden derivar hacia prácticas poco saludables, circunstancia que adquiere una especial gravedad cuando afecta a la etapa escolar.

Se estima que hasta un 80 por ciento de niños en edad escolar únicamente participan en actividades físicas en el entorno escolar, tal y como recoge el informe Eurydice de 2019 de la Comisión Europea; por ello, 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 influyen en algunas de las enfermedades más extendidas en la sociedad actual.

En este sentido, es un hecho constatado que el momento más propicio para acometer la adquisición y consolidación de hábitos de vida es el periodo escolar y es, por tanto, en estas edades cuando se hace imprescindible articular estrategias de intervención que aporten soluciones válidas a esta problemática.

La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, se hace eco de estas recomendaciones, promoviendo la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos durante la jornada escolar.

La materia 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 relacionados con el cuerpo y la motricidad. La unión de estos factores permitirá al alumnado disponer de un repertorio suficiente de respuestas adecuadas a las distintas situaciones que se puedan presentar, ya sean relacionadas con lo físico o vinculadas a la actividad humana en su conjunto.

Se pretende de esta forma proporcionar a los alumnos los recursos necesarios que les permitan llegar a un adecuado nivel de competencia motriz y ser autónomos en su práctica de actividad física y una práctica regular, habiendo adquirido, además, hábitos de vida saludables y mantenidos en el tiempo.

En esta 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 responsable, les ayude a no sacrificar su salud para adecuarse a unos modelos sujetos a las modas del momento.

Por otra parte, los alumnos se enfrentan a una gran diversidad de actividades físicas y deportivas, por lo que deben conseguir nuevos aprendizajes que les permitan mayor eficiencia en situaciones de tipo físico.

Es por esto que la propuesta curricular deberá reflejar esta riqueza, planteando una oferta de contenidos variada, equilibrada y adaptada a las características madurativas correspondientes a cada curso y que contribuya al desarrollo de las competencias.

Esto, unido a un planteamiento progresivo de los aprendizajes, posibilitará a nuestros alumnos cotas crecientes de autonomía, que supondrán al final de la etapa altos niveles de autogestión de la propia práctica física.

3. OBJETIVOS DE LA ETAPA

3.1 OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA:

Conforme al artículo 7 del Decreto 82/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha, la Educación Física contribuirá a desarrollar en los alumnos las capacidades que les permitan:

a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.

b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.

d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, incluidos los derivados por razón de distintas etnias, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

h) Comprender y expresarse en la lengua castellana con corrección, tanto de forma oral, como escrita, utilizando textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada, aproximándose a un nivel A2 del Marco Común Europeo de Referencia de las Lenguas.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia de España, y específicamente de Castilla-La Mancha, así como su patrimonio artístico y cultural. Este conocimiento, valoración y respeto se extenderá también al resto de comunidades autónomas, en un contexto europeo y como parte de un entorno global mundial.

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad.

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

l) Conocer los límites del planeta en el que vivimos y los medios a su alcance para procurar que los recursos prevalezcan en el espacio el máximo tiempo posible, abandonando el modelo de economía lineal seguido hasta el momento y adquiriendo hábitos de conducta y conocimientos propios de una economía circular.

m) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación, conociendo y valorando las propias castellanomanchegas, los hitos y su personajes y representantes más destacados.

3.2 OBJETIVOS DE BACHILLERATO:

Conforme a lo dispuesto en el artículo 7 del Decreto 83/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha, la Educación Física contribuirá a desarrollar en los alumnos las capacidades que les permitan:

a) Ejercer la ciudadanía democrática desde una perspectiva global y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española y por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.

b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma, desarrollar su espíritu crítico, además de prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.

c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en cualquier momento y lugar, particularmente en Castilla-La Mancha, impulsando la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género, además de por cualquier otra condición o circunstancia, tanto personal como social.

d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

e) Dominar la lengua castellana tanto en su expresión oral como escrita.

f) Expresarse, con fluidez y corrección, en una o más lenguas extranjeras, aproximándose, al menos en una de ellas, a un nivel B1 del Marco Común Europeo de Referencia de las Lenguas, como mínimo.

g) Utilizar, con solvencia y responsabilidad, las tecnologías de la información y la comunicación.

h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución.

Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social, respetando y valorando específicamente, los aspectos básicos de la cultura y la historia, con especial atención a los de Castilla-La Mancha, así como su patrimonio artístico y cultural.

i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales, además de dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.

j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar, de forma crítica, la contribución de la ciencia y la tecnología al cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.

k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.

l) Desarrollar la sensibilidad artística, literaria y el criterio estético como fuentes de formación y enriquecimiento cultural, conociendo y valorando creaciones artísticas, entre ellas las castellanomanchegas, sus hitos, sus personajes y representantes más destacados.

m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social, afianzando los hábitos propios de las actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental.

n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.

ñ) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.

o) Conocer los límites de los recursos naturales del planeta y los medios disponibles para procurar su preservación, durante el máximo tiempo posible, abandonando el modelo de economía lineal seguido hasta el momento y adoptando tanto los hábitos de conducta como los conocimientos propios de una economía circular.

4. COMPETENCIAS CLAVE Y PERFIL DE SALIDA DEL ALUMNADO

El perfil de salida se convierte en el elemento nuclear de la nueva estructura curricular, que se conecta con los objetos de etapa.

Programamos por competencias con el fin de dotar a los alumnos de una serie de destrezas que les permitan desenvolverse en el siglo XXI.

Con este planteamiento, la Recomendación del Consejo de 22 de mayo de 2018 (Diario Oficial de la Unión Europea de 4 de junio de 2018) invita a los Estados miembros a la potenciación del aprendizaje por competencias, entendidas como una combinación de conocimientos, capacidades y actitudes adecuadas al contexto.

El Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, y el Decreto 82/2022, de 12 de julio, adoptan la denominación de las competencias clave definidas por la Unión Europea. Así, los artículos 11 de dichas normas (Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, y del Decreto 82/2022, de 12 de julio) establecen que las **competencias clave en Educación Secundaria** son:

- a) Competencia en comunicación lingüística.
- b) Competencia plurilingüe.
- c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
- d) Competencia digital.
- e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.
- f) Competencia ciudadana.
- g) Competencia emprendedora.
- h) Competencia en conciencia y expresión culturales.

Para alcanzar estas competencias clave se han definido un conjunto de descriptores operativos, partiendo de los diferentes marcos europeos de referencia existentes. Los descriptores operativos de las competencias clave constituyen, junto con los objetivos de la etapa, el marco referencial a partir del cual se concretan las competencias específicas de cada ámbito o materia.

Sirva de ejemplo que dentro de la Competencia en comunicación lingüística (CCL) en ESO, se incluyen 5 descriptores operativos que las concretan.

Del mismo modo, el apartado 2 del artículo 11 de estos cuerpos normativos, define el perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica como las competencias clave que el alumnado debe haber adquirido y desarrollado al finalizarla. De igual modo, contempla que constituye el referente último del desempeño competencial, tanto en la evaluación de las distintas etapas y modalidades de la formación básica, como para la titulación de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria y fundamenta el resto de las decisiones curriculares, así como las estrategias y orientaciones metodológicas en la práctica lectiva.

El perfil de salida parte de una visión a la vez estructural y funcional de las competencias clave, cuya adquisición por parte del alumnado se considera indispensable para su desarrollo personal, para resolver situaciones y problemas de los distintos ámbitos de su vida, para crear nuevas oportunidades de mejora, así como para lograr la continuidad de su itinerario formativo y facilitar y desarrollar su inserción y participación activa en la sociedad y en el cuidado de las personas, del entorno natural y del planeta.

La vinculación entre los descriptores operativos y las competencias específicas propicia que de la evaluación de estas últimas pueda colegirse el grado de adquisición de las competencias clave definidas en el perfil de salida y, por tanto, la consecución de las competencias y objetivos previstos para la etapa.

5. SABERES BÁSICOS, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

5.1. SABERES BÁSICOS

El artículo 6 de la LOE-LOMLOE, incluye los contenidos como uno de los elementos del currículo. El Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, integra estos contenidos en lo que denomina saberes básicos, definiendo los mismos en el artículo 2.e como: “conocimientos, destrezas y actitudes que constituyen los contenidos propios de una materia o ámbito cuyo aprendizaje es necesario para la adquisición de las competencias específicas”. Es decir, los saberes básicos posibilitarán el desarrollo de las competencias específicas de cada materia a largo de la etapa. En la misma línea se pronuncia el Decreto 82/2022, de 12 de julio.

Por su parte, autores como Sevillano García en su obra *Didáctica del siglo XXI* (2007), señala que los contenidos pueden definirse como “los hechos, datos, conceptos, principios, generalizaciones, estrategias, normas, valores...que manejan los alumnos durante sus actividades, para conseguir los objetivos propuestos”, es decir, son “el conjunto de saberes actitudes holísticas que posibilitan la formación e integración social de las personas”

5.2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Tal y como consideran los artículos 2.c del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, y del Decreto 82/2022, de 12 de julio, las competencias específicas son: “desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia o ámbito. Las competencias específicas constituyen un elemento de conexión entre, por una parte, el Perfil de salida del alumnado, y por otra, los saberes básicos de las materias o ámbitos y los criterios de evaluación”.

Estas competencias específicas están incluidas en el Anexo II del Decreto 82/2022, de 12 de julio, para cada asignatura.

5.3. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

El artículo 2.d del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo define los criterios de evaluación como: “referentes que indican los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia o ámbito en un momento determinado de su proceso de aprendizaje”. Esta misma definición se recoge en el artículo 2.d del Decreto 82/2022, de 12 de julio.

Estos criterios de evaluación están incluidos en el Anexo II del Decreto 82/2022, de 12 de julio, para cada asignatura.

Definidos estos elementos del currículo, es importante reseñar que los saberes básicos, las competencias específicas y los criterios de evaluación se relacionen entre sí, teniendo en cuenta lo contemplado en el anexo II del citado Decreto 82/2022, de 12 de julio (a desarrollar por cada equipo/departamento didáctico). Además, cada una de las competencias específicas debe conectarse con sus descriptores operativos, lo que permitirá obtener el perfil competencial del alumnado.

En las siguientes tablas se muestra la relación de estos elementos para cada una de las competencias específicas de la materia de Educación Física en los cursos de ESO y de 1º de Bachillerato, incluyendo el porcentaje de valor en la nota final de cada criterio de evaluación y relacionándolos, a su vez, con las unidades didácticas en las que fundamentalmente se trabajan y con los instrumentos de evaluación a utilizar en cada caso.

EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO								
Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	PESO ASIGNADO	Instrumentos de evaluación	Saberes Básicos	UD
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	38%	CCL3	6,33%	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	10%	Trabajo de aplicación y Observación	- Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. - Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.	4
		STEM2	6,33%	1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	5%	Trabajo de aplicación y Observación	- Musculatura del core y su relación con el mantenimiento de la postura. - Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. - Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.	7
		STEM5	6,33%	1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	6%	Trabajo de aplicación y Observación	- Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.	2
		CD4	6,33%	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	2%	Observación	- Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.	2
		CPSAA2	6,33%	1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	10%	Observación y Autoevaluación	- La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.	7
		CPSAA4	6,33%	1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física.	5%	Trabajo de aplicación	- Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas	4

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	20%	CPSAA4	5%	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	7%	Prueba práctica Específica, Autoevaluación y Coevaluación	- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. - Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias. - Práctica de situaciones deportivas cooperativas.	3
		CPSAA5	5%	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	7%	Pruebas prácticas específicas	Deportes de adversario en los que se apliquen, de forma integrada, los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios.	1
		CE2	5%				- Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales. - La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. - Establecimiento de mecanismos de autoevaluación. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices:	
		CE3	5%	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	6%	Pruebas prácticas Específicas y Observación	calzado deportivo y ergonomía. - Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.	5

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	22%	CCL5	4,4%	3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	9%	Pruebas prácticas Específicas y Observación	- Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. - Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. - Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico.	6
		CPSAA1	4,4%	3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	7%	Cuestionario y Observación	- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia. -Funciones de arbitraje deportivo.	11
		CPSAA3	4,4%					
		CPSAA5	4,4%	3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	6%	Entrevista y Observación		8
		CC3	4,4%					

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	12,5%	CC2	2,1%	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	5%	Prueba práctica Específica y Observación	- Juegos de estrategia para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. - Los juegos y deportes alternativos. - Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.	10
		CC3	2,1%				- Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa.	
		CCEC1	2,1%	4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.	2,5%	Entrevista, Prueba práctica Específica y Observación	- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.	5
		CCEC2	2,1%				- Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad en Castilla-La Mancha.	
		CCEC3	2,1%				-Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.	
		CCEC4	2,1%	4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	5%	Prueba práctica específica	- Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectiva. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Respeto a las reglas.	10

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	7,5%	STEM5	1,875%	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.	5%	Observación	- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas. - Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. - Usos comunicativos de la corporalidad.	9
		CC4	1,875%					
		CE1	1,875%					
		CE3	1,875%	5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	2,5%	Pruebas prácticas Específicas y Observación	- Deporte y perspectiva de género. - Influencia del deporte en la cultura actual. - Aproximación a las herramientas digitales en la práctica de nuestras actividades. - Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano - Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno próximo durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.	9
TOTAL	100%		100%		100%			

EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO								
Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptor del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	PESO ASIGNADO	Instrumentos de evaluación	Saberes Básicos	UD
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	35%	CCL3	5,833%	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	5%	Pruebas prácticas específicas y Observación	- Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. - Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.	2
		STEM2	5,833%	1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	7,5%	Pruebas Específicas y/o trabajo aplicación y/o Observación	- Musculatura del core y su relación con el mantenimiento de la postura. - Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. - Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.	6
		STEM5	5,833%	1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	5%	Observación y Prueba específica/test	- Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.	1
		CD4	5,833%	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	7,5%	Observación y Prueba oral/test	- Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.	6
		CPSAA2	5,833%	1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	5%	Prueba específica, Autoevaluación	- La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.	2
		CPSAA4	5,833%	1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física.	5%	Trabajo de aplicación	- Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas	2

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	25%	CPSAA4	6,25%	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	15%	Prueba práctica Específica, y Observación	- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. - Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias. - Práctica de situaciones deportivas cooperativas. Deportes de adversario en los que se apliquen, de forma integrada, los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. - Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales. - La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. - Establecimiento de mecanismos de autoevaluación. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. - Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.	3
		CPSAA5	6,25%	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	5%	Pruebas prácticas Específica, Registro Anecdótico		3 y 10
		CE2	6,25%					
		CE3	6,25%	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	5%	Pruebas prácticas específicas Observación		5

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	15%	CCL5	3%	3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	5%	Prueba práctica Específica y/o registro anecdótico y/o Observación	- Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. - Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.	10
		CPSAA1	3%	3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	5%	Pruebas prácticas Específicas	- Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico.	10
		CPSAA3	3%					
		CPSAA5	3%	3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	5%	Prueba práctica Específica, y/o rúbrica y/o Observación	- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia. -Funciones de arbitraje deportivo.	4 y 8
		CC3	3%					

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	20%	CC2	3,34%	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	5%	Trabajo de aplicación, registro anecdótico y/o exposición oral	- Juegos de estrategia para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. - Los juegos y deportes alternativos. - Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.	9
		CC3	3,33%					
		CCEC1	3,33%	4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.	5%	Prueba práctica Específica y Observación	- Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa. - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo. - Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad en Castilla-La Mancha.	4 y 11
		CCEC2	3,33%					
		CCEC3	3,33%					
		CCEC4	3,33%	4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	10%	Prueba práctica Específica y Observación	-Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. - Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectiva. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Respeto a las reglas.	11

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	5%	STEM5	1,25%	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.	2,5%	Observación	- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas. - Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. - Usos comunicativos de la corporalidad.	7
		CC4	1,25%					
		CE1	1,25%					
		CE3	1,25%	5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	2,5%	Prueba Práctica Específica y Observación	- Deporte y perspectiva de género. - Influencia del deporte en la cultura actual. - Aproximación a las herramientas digitales en la práctica de nuestras actividades. - Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano - Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno próximo durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.	7
TOTAL	100%		100%		100%			

EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO								
Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptor del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	PESO ASIGNADO	Instrumentos de evaluación	Saberes Básicos	UD
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	30%	CCL3	5%	1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	4%	Pruebas específicas, entrevistas y Observación	Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. -Autorregulación y planificación del entrenamiento.	2
		STEM2	5%	1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	8%	Observación y Trabajo de aplicación	- Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad. - Educación postural. - Ergonomía en actividades cotidianas. - Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.	1
		STEM5	5%	1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	5%	Trabajo de aplicación y Observación	- Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. - Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte.	11
		CD4	5%	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	5%	Trabajo de aplicación y Observación	- Tipologías corporales predominantes en la sociedad. - Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo.	11
		CPSAA2	5%	1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	5%	Observación y Autoevaluación	- Desarrollo de las capacidades físicas básicas. - Planificación para el desarrollo de fuerza y resistencia. - Sistemas de entrenamiento.	6
		CPSAA4	5%	1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de la actividad física y el deporte.	3%	Pruebas específicas	- Planificación y autorregulación de proyectos motores. - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.	2

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	25%	CPSAA4	5%	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	6%	Prueba práctica Específica, Autoevaluación y Coevaluación	- Salud mental: exigencias y presiones de la competición. - Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual. - Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.	3
		CPSAA5	5%	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	10%	Pruebas prácticas Específicas, Observación y trabajo de aplicación	- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. - Usos comunicativos de la corporalidad. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.	7
		CE2	5%					
		CE3	5%					
				2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	9%	Prueba práctica Específica y Observación	- Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte. - Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. - Influencia del deporte en la cultura actual.	8

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	20%	CCL5	5%	3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	5%	Pruebas prácticas Específicas, Cuestionario y Observación	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. - Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos.	9
		CPSAA1	5%	3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	9%	Prueba práctica Específica y Observación	- Deportes de adversario: propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. - Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol.	5
		CPSAA3	5%					
		CPSAA5	5%	3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	6%	Coevaluación y Observación	- Deportes colectivos. - Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. - Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival. - Los deportes como seña de identidad cultural. - Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.	4
		CC3	5%					

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	15%	CC2	2,5%	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	7%	Trabajo de aplicación y/o Prueba Específica.	- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad. - Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. - Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado.	4
		CC3	2,5%					
		CCEC1	2,5%	4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportiva	4%	Observación diaria	- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica. - Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.	3
		CCEC2	2,5%					
		CCEC3	2,5%					
		CCEC4.	2,5%	4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.	4%	Prueba Específica y Observación	- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.	5

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	10%	STEM5	2,5%	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	4%	Prueba Específica y Observación	- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física. - Asertividad y autocuidado. - Respeto a las normas viales en desplazamientos diarios. - La práctica de la bicicleta como transporte habitual. - Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas. - Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha. - Análisis y gestión del riesgo en prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano.	10
		CC4	2,5%					
		CE1	2,5%					
		CE3	2,5%					
				5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	6%	Prueba Específica y Observación	- Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural. - Utilidades de las herramientas digitales para facilitar la navegación en entornos naturales no conocidos. - Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. - Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno durante la práctica de actividad física.	10
TOTAL	100%		100%		100%			

EDUCACIÓN FÍSICA 4º ESO								
Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptor del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	PESO ASIGNADO	Instrumentos de evaluación	Saberes Básicos	UD
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	36%	CCL3	6%	1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	7%	Observación y Pruebas Prácticas Específicas	Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. -Autorregulación y planificación del entrenamiento.	11
		STEM2	6%	1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	9%	Observación, Autoevaluación y Prueba Escrita	- Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad. - Educación postural. - Ergonomía en actividades cotidianas. - Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.	9
		STEM5	6%	1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	5%	Entrevista y Observación	- Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. - Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte.	6
		CD4	6%	1.4 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	5%	Prueba Práctica Oral	- Tipologías corporales predominantes en la sociedad. - Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo.	6
		CPSAA2	6%	1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	5%	Observación y Pruebas Prácticas Específicas	- Desarrollo de las capacidades físicas básicas. - Planificación para el desarrollo de fuerza y resistencia. - Sistemas de entrenamiento.	8
		CPSAA4	6%	1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de la actividad física y el deporte.	5%	Cuestionario y Observación	- Planificación y autorregulación de proyectos motores. - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.	7

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	20%	CPSAA4	5%	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	5%	Observación, Autoevaluación y Coevaluación	- Salud mental: exigencias y presiones de la competición. - Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual. - Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.	1
		CPSAA5	5%	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	7%	Pruebas Prácticas Específicas y Observación	- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. - Usos comunicativos de la corporalidad. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.	10
		CE2	5%					
		CE3	5%	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	8%	Pruebas Prácticas Específicas y Observación	- Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte. - Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. - Influencia del deporte en la cultura actual.	2

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	17%	CCL5	3,4%	3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	5%	Pruebas Prácticas Específicas y Observación	- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. - Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos.	7
		CPSAA1	3,4%	3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	8%	Observación y Autoevaluación	- Deportes de adversario: propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. - Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol.	5
		CPSAA3	3,4%					
		CPSAA5	3,4%	3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	4%	Prueba Práctica Específica y Observación	- Deportes colectivos. - Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. - Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival. - Los deportes como seña de identidad cultural. - Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.	4
		CC3	3,4%					

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	15%	CC2	2,5%	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	6%	Pruebas Prácticas Específicas, Coevaluación y Observación	- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad. - Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. - Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado.	3
		CC3	2,5%					
		CCEC1	2,5%	4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportiva	5%	Observación Diaria y Entrevistas	- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica. - Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.	10
		CCEC2	2,5%					
		CCEC3	2,5%					
		CCEC4.	2,5%	4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.	4%	Prueba Práctica Específica y Observación	- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.	4

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	12%	STEM5	3%	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	7%	Pruebas Prácticas Específicas y Observación	- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física. - Asertividad y autocuidado. - Respeto a las normas viales en desplazamientos diarios. - La práctica de la bicicleta como transporte habitual. - Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas. - Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha. - Análisis y gestión del riesgo en prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano.	1
		CC4	3%					
		CE1	3%					
		CE3	3%	5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	5%	Observación	- Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural. - Utilidades de las herramientas digitales para facilitar la navegación en entornos naturales no conocidos. - Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. - Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno durante la práctica de actividad física.	12
TOTAL	100%		100%					

EDUCACIÓN FÍSICA 1º BACHILLERATO								
Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptor del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	PESO ASIGNADO	Instrumentos de evaluación	Saberes Básicos	UD
1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	35%	STEM2	4,375%	1.1 Planificar, elaborar y poner en práctica, de manera autónoma, un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.	7%	Trabajo de aplicación, Exposición oral y Entrevista	A. Vida activa y saludable. – Salud física: programa personal de A.F. Salud postural. – Salud social: A.F. que tienen efectos negativos y positivos sobre la salud.	8
		STEM5	4,375%					
		CD1	4,375%	1.2 Incorporar, de forma autónoma y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene, durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores.	9%	Pruebas Prácticas Específicas y Observación	– Salud mental: técnicas de respiración y relajación. Trastornos vinculados con la imagen corporal.	11
		CD4	4,375%				B. Organización y gestión de la actividad física.	
		CPSAA1.1	4,375%	1.3 Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.	8%	Examen	– Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva. – Selección responsable y sostenible del material deportivo.	6
		CPSAA1.2	4,375%				– Hábitos higiénicos.	
		CPSAA5	4,375%	1.4 Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida	8%	Observación, Pruebas Específicas y Autoevaluación.	– Autogestión de proyectos personales. – Prevención de accidentes en las prácticas motrices.	2
		CE3	4,375%	1.5 Emplear, de manera autónoma, aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.	3%	Trabajo de aplicación y Observación	– Actuaciones críticas ante accidentes. – Protocolos ante alertas escolares.	11

2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos	22%	CPSAA1.2	5,5%	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso, de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	8%	Pruebas Prácticas Específicas y Observación	C. Resolución de problemas en situaciones motrices. – Toma de decisiones. – Plan deportivo. – Preparación y puesta en marcha de un evento deportivo.	5
		CPSAA4	5,5%	2.2 Solucionar, de forma autónoma, situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando, de manera automática, procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	9%	Pruebas Prácticas Específicas, Entrevista y Observación	– Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica. – Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas.	10
		CE2	5,5%					
		CE3	5,5%	2.3 Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.	5%	Prueba Teórica Específica	– Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes. – Creatividad motriz.	1

3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación.	16%	CCL5	3,2%	3.1 Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios, desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía, al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	5%	Observación diaria, Retos y Coevaluación	D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. – Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos.	7
		CPSAA1.1	3,2%	3.2 Cooperar o colaborar, mostrando iniciativa, durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando, de forma coordinada, cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	6%	Observación y Coevaluación.	– Habilidades sociales. – Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte.	3
		CPSAA2	3,2%	3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes, durante el desarrollo de diversas prácticas motrices, con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, además de posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas	5%	Observación y Cuestionario.	– Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte. – Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.	10
		CC3	3,2%					

4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.	12%	STEM5	3%	4.1 Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.	5%	Observación diaria y Cuestionario	E. Manifestaciones de la cultura motriz. – Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos. – Técnicas específicas de expresión corporal. – Práctica de actividades rítmico-musicales. – Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.	7
		CPSAA1.2	3%					
		CC1	3%	4.2 Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	7%	Prueba Práctica específica y Observación	– Deporte y perspectiva de género. – Deporte, política y economía.	4
		CCEC1	3%					

5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.	15%	STEM5	3%	5.1 Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	7%	Autoevaluación y Observación.	F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. – Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible. – Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano. – Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha.	9
		CPSAA1.2	3%					
		CPSAA2	3%					
		CC4	3%	5.2 Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad, derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.	8%	Observación, Prueba Práctica Específica y trabajo de aplicación.	– Actuaciones para la mejora del entorno urbano. – Diseño y creación de propuestas educativas. – Posibilidades de las herramientas digitales. – Previsión de riesgos asociados a las actividades. – Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales. – Cuidado y mejora del entorno próximo.	1
TOTAL	100%		100%		100%			

A partir de todo esto y como culminación final de este punto de la programación, pasamos a mostrar la tabla de secuenciación y temporización de unidades didácticas a trabajar en cada curso a lo largo del año académico (por trimestres) y que están referidas en la última columna de los cuadros antes vistos:

5.4 SECUENCIACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS POR CURSOS Y TRIMESTRES:

	PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE
1º E.S.O.	- UD1: Juegos de Transición Primaria-Secundaria: Carreras, Pañuelo, Balón Prisionero, Datchball, Freesbee, ... - UD2: El Calentamiento General: Su significado en la práctica de actividad física. Juegos aplicados. - UD3: Juegos y Deportes Alternativos I: Béisbol, Softbol y Pinfuvote. - UD4: Condición Física y Salud I: Capacidades Físicas Básicas.	- UD 5: Control del Cuerpo en el Espacio. - UD6: Deportes de Implemento I: Shuttleball. - UD7: Hábitos Nutricionales Saludables I. - UD8: El Deporte Adaptado.	- UD9: Actividades en el Medio Natural I: Mapas, Rastreo y Juegos de Pistas. - UD10: La Expresión del Cuerpo. Actividades y Juegos de Desinhibición. Ritmo y La Coreografía Grupal. - UD11: Deportes Colectivos I: Fútbol-Sala.
2º E.S.O.	- UD1: El Calentamiento Específico: Ejercicios aplicados. - UD2: Condición Física y Salud II: Clasificación de Las Capacidades Físicas Básicas. Efectos Positivos que la Práctica de Actividad física produce en los Aparatos y Sistemas del Cuerpo Humano. Trabajo de las CFB. - UD3: Atletismo: Generalidades y Pruebas. Técnica de Carrera y práctica de Carreras, Saltos y Lanzamientos. - UD4: Juegos y Deportes Alternativos II: Lacrosse, Tchoukball..	- UD5: Habilidades Gimnásticas Básicas: Iniciación al Acrosport. - UD6: Higiene Postural y Primeros Auxilios I: Método RICE, PAS, RCP y Maniobra de Heimlich. - UD7: Actividades en el Medio Natural II: Juegos de Rastreo, Cabuyería... - UD8: Deportes de Implemento II: Tenis de mesa.	- UD9: Juegos y Deportes Tradicionales y Populares. - UD10: Deportes Colectivos II: Baloncesto. - UD11: Ritmo y Expresión Corporal.
3º E.S.O.	- UD1: Calentamiento General y Específico. - UD2: Valoración de la Condición Física. - UD3: Actividad Física y Salud III. - UD4: Deporte Colectivo III: Rugby, Voleibol...	- UD5: Habilidades Gimnásticas Básicas II: Acrosport. - UD6: Ritmo y Expresión Corporal III. - UD7: Deporte de Implemento III: Bádminton. - UD8: Coordinación y Agilidad III.	- UD9: Deportes Alternativos III: Floorball, Colpbol... - UD10: Actividades en el Medio Natural III: Orientación, Escalada Horizontal... - UD11: Higiene Postural y 1º Auxilios III.
4º E.S.O.	- UD1: Condición Física y Salud IV: Métodos y Sistemas de entrenamiento de las CFB (control de intensidad en función de la FC, cálculo de la zona de actividad...). - UD2: El Entrenamiento Funcional siguiendo los Principios del Entrenamiento Deportivo. - UD3: Juegos y Deportes Alternativos IV: Tchoukball. - UD4: Bailes de Salón (Vals, Bachata, Merengue).	- UD5: Actividades Individuales y Grupales con Combas. - UD6: Primeros Auxilios II: RCP y Uso del DESA. - UD7: Deportes de Implemento IV: Pickleball. - UD8: Salidas Profesionales de la E.F. Principales Pruebas Requeridas.	- UD9: Higiene Postural II: Análisis de la columna vertebral y hábitos posturales saludables. - UD10: Deportes Colectivos IV: Balonmano. - UD11: Nos Mantenemos en Forma. - UD12: Actividades en el Medio Natural IV: Senderismo.
Bachillerato	- UD1: Condición Física y Salud V. - UD2: El Entrenamiento de Alta Intensidad (Core Express y Tábata). - UD3: Juegos y Deportes Alternativos VI: Balonkorf. - UD4: Aeróbic y sus derivados (Zumba, Cardio-Box, Step....)	- UD5: Iniciación al Crossfit. - UD6: Prevención de Lesiones y Primeros Auxilios. - UD7: Deportes de Implemento V: Desarrollo en Bádminton. - UD8: Planificación del Entrenamiento Deportivo.	- UD9: Actividades y Deportes de Aventura: Piragüismo, Escalada, Paddle-Surf.... - UD10: Deportes Colectivos Perfeccionam. - UD11: Nos Mantenemos en Forma: Seguimiento del Plan de Entrenamiento.

6. CRITERIOS METODOLÓGICOS, DIDÁCTICOS Y ORGANIZATIVOS

Las características y los conocimientos previos del alumnado y las peculiaridades de la materia y de los contenidos tratados en cada caso, son elementos que deberán ser tenidos en cuenta a la hora de aplicar la amplia variedad de recursos metodológicos presentes en las clases de Educación Física.

Esta aplicación no será nunca producto de la improvisación, sino que supondrá el resultado de un proceso de reflexión en el que se tendrá en cuenta la correspondencia entre las distintas fases del aprendizaje y la evolución del alumnado.

La diversidad de situaciones de aprendizaje presentes en la Educación Física no recomienda la utilización de una sola metodología, de tal forma que la adecuada combinación de las mismas es la que propiciará los mejores resultados.

6.1 METODOLOGÍA GENERAL:

Partiendo del hecho de que el verdadero protagonismo en las clases de Educación Física lo tiene el alumnado y su proceso de aprendizaje, se priorizarán aquellos planteamientos metodológicos en los que el discente asuma un papel activo y que promuevan su participación en el proceso pedagógico, así como los que le impliquen cognitivamente y estimulen en el mismo procesos de búsqueda y de resolución de problemas, lo que generará aprendizajes de mayor calidad y mantenidos en el tiempo.

En este sentido, aparte de continuar con las metodologías que hasta ahora se han venido utilizando, sería adecuado contemplar la incorporación de propuestas metodológicas que aportarán nuevos planteamientos en el desarrollo de los aprendizajes, consiguiendo en muchos casos altas dosis de motivación por parte de los alumnos.

Es el caso de la enseñanza comprensiva, el modelo de educación deportiva o el aprendizaje cooperativo, entre otros.

En este contexto los aprendizajes serán significativos y funcionales, de manera que el alumnado encuentre sentido y aplicación a lo que aprende.

Se fomentarán además actitudes de reflexión y análisis sobre el propio proceso de adquisición de los distintos conocimientos y destrezas, lo que posibilitará la adquisición de una progresiva autonomía que, llegado el momento, hará posible la gestión de su propia práctica física.

En esta misma línea, el planteamiento de contenidos se realizará teniendo en cuenta los intereses del alumnado, presentando los mismos de forma atractiva y utilizando los recursos de comunicación apropiados que propicien que los alumnos se sientan motivados a adquirirlos.

Las actividades propuestas en clase y sus grados de complejidad tendrán la suficiente variedad como para atender a los distintos ritmos de aprendizaje presentes en el aula y tendrán como punto de partida el nivel de desarrollo de los alumnos, buscando, además, que contribuyan a la mejora de las competencias clave.

En línea con ello, los retos planteados deberán ser alcanzables para el alumnado, permitiendo, a través de las adecuadas adaptaciones, la consecución de las metas establecidas. Se conseguirán, de esta manera, procesos de aprendizaje más motivantes y satisfactorios, algo que, sin duda, generará actitudes positivas hacia la materia, favoreciendo de esta forma la adherencia de nuestros alumnos a la práctica física.

Estas consideraciones adquieren especial importancia en el caso de los deportes, ya que las limitaciones técnicas impiden en muchas ocasiones una participación plena en este tipo de actividades.

Destacar la importancia de que los aprendizajes, especialmente los deportivos, se realicen dentro de un contexto, que podrá ser de distinto tipo, desde situaciones en las que únicamente se tengan que controlar los propios movimientos, hasta en las que se debe responder a estímulos externos de oposición y coordinarse con los compañeros para conseguir el objetivo de la acción motriz.

Por otra parte, los métodos de trabajo utilizados en el proceso de enseñanza-aprendizaje será uno de los aspectos más importantes de nuestra programación, ya que nos permitirá la consecución de nuestros objetivos de forma satisfactoria.

Al respecto, exponemos a continuación los principales métodos, técnicas, estilos y estrategias que utilizaremos para la puesta en práctica y consecución de los contenidos y objetivos desarrollados en anteriores apartados:

- **Métodos Deductivos:** que operan de lo general a lo particular. Se centra en el profesor y el papel del alumno es receptivo: asimilar, práctica, entrenar.
- **Métodos Inductivos:** operan de lo particular a lo general. En nuestro ámbito, se relaciona con los procesos de experimentación de los alumnos. Se centra en el alumno, y su papel es espontáneo, activo, de búsqueda, investigación, solucionar, rechazar, ... Es un método basado en el Aprendizaje por ensayo-error.

Estos métodos se manifiestan en las siguientes técnicas (Mosston y Asworth, 1993):

- **La técnica de instrucción directa:** donde se da una conformidad cognitiva, sin cruzar el umbral del descubrimiento. Esta técnica es útil para la enseñanza de habilidades técnicas específicas en medios estables.
- **La técnica de enseñanza por indagación:** donde da lugar una disonancia cognitiva, cruzando el umbral del descubrimiento. Esta opción metodológica establece una relación clara entre la actividad física y la cognitiva, y favorece el proceso emancipatorio del individuo, concediendo al alumno una capacidad de decisión significativa. Su principal acento está en el proceso más que en el resultado.

Respecto a estas dos técnicas, el propio currículo prescriptivo es clarificador al citar en su introducción la necesidad de que el proceso de Enseñanza-Aprendizaje se debe ir desarrollando de forma progresiva, ya que precisa que el alumno se vaya adaptando a un determinado proceder didáctico en el que se suceden dos fases:

- **Fase directiva,** en la cual el profesor asume el rol de protagonista principal.
- **Fase autónoma,** en la que el alumno participa de forma reflexiva y responsable en numerosos aspectos de la programación, como la selección de tareas y medios a utilizar, organización de actividades, etc. hasta llegar a planificar su propia actividad.

También se pedirá a los alumnos/as la realización de trabajos de una complejidad dependiente del nivel educativo en el que se encuentren, que les permita acercarse a contenidos de interés relacionados con el área, ya sea a través de la elaboración de trabajos individuales o en equipo.

Por último, nos referimos a las estrategias de enseñanza en educación física. Son aspectos que hacen referencia a la forma de presentar la tarea. Al respecto, y en función de las diferentes tareas de cada una de las unidades didácticas que hemos planteado, son dos los tipos de estrategias en la práctica:

- **Global**, con sus variantes, pura, con polarización de la atención y con modificación de la situación real.
- **Analítico**, con sus variantes, puro, secuencial, progresivo.

6.2 METODOLOGÍA ESPECÍFICA. MEDIDAS DE SEGUIMIENTO Y MEJORA:

Para facilitar el seguimiento de los contenidos, estos se secuencian de forma espiral, es decir, en cada ciclo se trabajan los mismos saberes básicos ampliando y profundizando en su conocimiento y práctica, lo que cambian son las unidades didácticas y las actividades realizadas, lo cual favorecerá la recuperación del alumno al poder conseguir los objetivos de área conforme evolucione.

El profesorado cumplirá una función dinamizadora e integradora en sentido positivo de ánimo y guía hacia el descubrimiento de nuevas opciones y posibilidades.

Esta información ha de basarse en el desarrollo de la actividad motriz más que en el resultado de la misma. Los conceptos de la asignatura se irán explicando en cada una de las actividades que realicen los alumnos.

Las clases teóricas se reducirán al mínimo imprescindible debido a la escasez de tiempo. En su caso, se colgarán en la plataforma del programa PAPAS los documentos de carácter teórico-práctico que se consideren pertinentes.

En función de la naturaleza de la unidad didáctica tratada, se utilizarán diversos medios facilitadores del proceso didáctico:

- “Temas motivación” en las unidades didácticas de Expresión Corporal (ejemplo: una película, un tema social importante, etc.).
- Se usará la competición puntualmente en los juegos y deportes, como elemento motivador, pero dando una importancia relativa a la victoria y la derrota.
- En otros momentos, también en los juegos y deportes, valoraremos, exclusivamente los aspectos recreativos.
- En la gran mayoría de las ocasiones formaremos grupos heterogéneos y mixtos, buscando los aspectos socializadores y coeducativos de nuestra área.
- Fomentaremos, en todo momento, la participación de los alumnos, en un clima de clase agradable y de respeto entre las personas.

6.3 SITUACIONES DE APRENDIZAJE. MATERIALES CURRICULARES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

Según la LOMLOE, una situación de aprendizaje es una actividad diseñada por el docente para que el alumnado aplique sus conocimientos adquiridos a la resolución de un problema de la vida cotidiana.

Son, en definitiva, situaciones, tareas, juegos y actividades que implican el despliegue por parte del alumnado de actuaciones asociadas a competencias clave y competencias específicas y que contribuyen a la adquisición y desarrollo de las mismas; lo que busca es mejorar el contexto cercano del alumno a través de unos aprendizajes conseguidos en el área de Educación Física en nuestro caso.

A partir de aquí, desde nuestra materia se pueden plantear multitud de ellas; valga como ejemplo el modelo de situación de aprendizaje que pasamos a mostrar a continuación:

MODELO SITUACIÓN DE APRENDIZAJE		
TÍTULO:	INICIACIÓN AL LANZAMIENTO A CANASTA Y CONTINUACIÓN DEL PASE Y BOTE	
MATERIA:	EDUCACIÓN FÍSICA	
CURSO:	2º ESO	
OBJETIVOS:	- Mejorar la coordinación óculo manual y las capacidades de percepción, decisión y ejecución toman un papel importante en la adquisición de la competencia motriz del lanzamiento, pase y bote. - Resolver diferentes situaciones o problemas motores, donde se verificará si el alumnado es capaz de regular y ajustar sus acciones motrices a la situación concreta de juego. - Lograr una toma de decisiones que le permitan desenvolverse con cierta eficacia y eficiencia en las distintas situaciones motrices.	
CONTEXTO:	La presente situación de aprendizaje tendrá una duración de 2 sesiones (4ª y 5ª sesiones de la unidad didáctica 10, dedicada al baloncesto) y en ella se pretende valorar si el nivel de habilidad que posee el alumnado para aplicar habilidades específicas de un deporte colectivo, de cooperación - oposición como es el baloncesto.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:	CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	SABERES BÁSICOS:
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. - Práctica de situaciones deportivas cooperativas. - Deportes de adversario en los que se apliquen, de forma integrada, los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. - La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. - Establecimiento de mecanismos de autoevaluación. - Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	
TEMPORALIZACIÓN:	Situación de aprendizaje de dos sesiones desarrollada dentro de la Unidad Didáctica 10 (Nos divertimos jugando al baloncesto, con 10 sesiones de duración), programada para el mes de mayo y principios de junio. Se corresponderían con las sesiones 4 y 5 de la citada unidad didáctica.	
	Realizaremos un enfoque constructivista, partiendo de las ideas previas, donde detectaremos el nivel inicial del alumnado, tanto en su adquisición de habilidades básicas y específicas, como a nivel conceptual.	

METODOLOGÍA:	Durante el desarrollo de los juegos y actividades, el alumnado adopta un papel activo, implicándose cognoscitivamente en las tareas propuestas, buscando una correcta toma de decisiones y permitiéndoles en todo momento trabajar según su ritmo individual de adquisición de competencias motrices. El trabajo será compartido y socializado y la actuación del profesor será de guía y orientador, adoptando una actitud de observador y motivador para que el alumnado vaya mejorando en su control y ajuste motor. Durante el desarrollo de las diferentes sesiones, los alumnos tendrán que agruparse de forma heterogénea y variada. Se valorará en todo momento, el grado de mejora respecto a nivel de partida, lo importante en esta situación de aprendizaje no es "ganar" sino hacer jugar al equipo y formar parte activa del mismo.	
MATERIALES, RECURSOS Y HERRAMIENTAS:	Balones de baloncesto, conos, aros y combas de colores, petos, silbatos, tizas y 4 canastas de baloncesto.	Cancha exterior polideportiva y/o pabellón cubierto y aula virtual.
Nº SESIONES:	TAREAS Y ACTIVIDADES:	AGRUPAMIENTOS:
2	Calentamiento con tareas relacionadas con el aprendizaje de diferentes tipos de LANZAMIENTOS, realizando tareas donde se integre el desplazamiento, con el bote y el propio lanzamiento.	Emplearemos tareas y juegos variando los agrupamientos entre el alumnado: parejas, tríos, grupos de 4-5 alumnos/as.
	JUEGOS DE CHINCHETAS DE COLORES: se distribuirán conos de colores por la mitad de cada campo y el juego consistirá en que el alumnado, partiendo de una zona delimitada, se desplazará botando hacia un cono de color, y desde el cono elegido realizará un lanzamiento a portería, si consigue gol recogerá el cono de color donde se ha parado y lo llevará a su zona delimitada. El objetivo del juego es recoger todos los conos de colores del campo de juego. Recordar que para ello deberán conseguir introducir el balón en la canasta desde el lugar del cono.	
	JUEGO DE LANZAMIENTO y PUNTERÍA: se colocarán combas de colores atadas en cada canasta, de forma que cada lanzamiento puntuará en función del color del aro concreto en el que hemos conseguido encestar.	
	JUEGO DE BALÓN TORRE: repartiremos aros de colores en la línea de fondo de cada campo. Cada aro tendrá pintado en tiza el valor de su puntuación. EL juego consiste en intentar recibir el balón del compañero/a dentro de un aro, esa será la puntuación obtenida. ¿Qué equipo llega antes a 10 puntos?.	3 equipos de 7/8/9 componentes cada uno, variando las dimensiones del espacio de juego
	JUEGOS DE 10 PASES y SUS VARIANTES PARTIDOS DE BALONCESTO, cambiando el reglamento del juego si es necesario.	

EVALUACIÓN:	Observación diaria del profesor donde se valorará el avance de los alumnos a través de Listas de control. De la misma forma, se fomentará la coevaluación entre el alumnado, así como la autoevaluación formando parte ambas del proceso de aprendizaje del alumnado.
-------------	---

6.4 ACTIVIDADES Y ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE. AGRUPAMIENTO DEL ALUMNADO:

Si atendemos a las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud en referencia al tiempo de práctica de actividad física diario, es evidente que las dos horas de asignación semanal disponibles en Educación Física son insuficientes para cumplir este objetivo.

Teniendo en cuenta esto y el hecho de que una de las finalidades de la materia es la de crear hábitos de vida saludables y duraderos, se intentará que las actividades realizadas en clase no se mantengan sólo en el entorno escolar, sino que pasen a formar parte del repertorio de posibilidades de utilización en el tiempo de ocio de los alumnos y alumnas.

En relación con ello, uso de las distintas técnicas, estilos de enseñanza y de estrategias vistas en el punto 6.1 se enmarca dentro de un continuo metodológico que dependerá de distintos factores como puede ser el tipo de contenido y finalidad del mismo, el nivel de autonomía y las necesidades de los alumnos, las características concretas del grupo, el material disponible, etc.

Lo que tenemos claro en nuestro departamento es que el proceso de enseñanza-aprendizaje debe favorecer situaciones de interiorización, dado que los aprendizajes motrices se producen mediante interacciones consigo mismo, con su entorno, con los compañeros y con el profesor y las actividades a realizar irán orientadas a la consecución de este objetivo.

Fundamentalmente consideramos que el alumnado no ha de ser mero realizador de las tareas propuestas, sino que, al menos, debe asumir el porqué y el para qué de dichas tareas, de tal forma que asimile de manera práctica los conocimientos sobre su cuerpo y el funcionamiento del mismo, así como de sus propias posibilidades motrices y que experimente con ellas.

Por ello, y según la concepción actual de la enseñanza-aprendizaje nosotros como profesionales de la educación física, debemos basar nuestro proceso de enseñanza-aprendizaje fundamentalmente, en aquellos elementos que permitan:

- Aprendizajes significativos.
- Construcción por parte del alumno de su propio aprendizaje.
- Participación activa-integral, implicando aspectos cognitivos y afectivo- sociales en su propio proceso de aprendizaje.
- Enseñanza emancipatoria, fomentando un nivel de responsabilidad e independencia.

Esos Principios básicos metodológicos hacen referencia a:

- **Individualización:** las actividades planteadas estarán siempre adaptadas al nivel de competencia psico-motriz de los alumnos.
- **Grado biológico del esfuerzo:** ya que el esfuerzo sólo es educativo a partir de una cierta intensidad y de una repetición suficiente.
- **Dosificación del esfuerzo:** donde buscaremos la adaptación a las posibilidades individuales, evitando el exceso que lleve al agotamiento.
- **Primacía del desarrollo general:** frente a la especialización deportiva a la que únicamente tendrían acceso unos pocos alumnos.
- **Motivación por el ejercicio físico:** ya que lo más importante desde el punto de vista metodológico, es que se encuentre la motivación suficiente que lleve al alumno a su progreso y a considerar su actividad física como una necesidad vital.
- **Evaluación inicial:** punto de partida del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Además de todo esto, cabe señalar que, desde el departamento, se promocionará la participación del alumnado en aquellas iniciativas institucionales que promuevan los estilos de vida saludables y activos.

Así mismo, aprovechando el hecho de que algunos de los contenidos de la Educación Física guardan una estrecha relación con los que se trabajan en otras materias, se plantearán propuestas conjuntas de adquisición de aprendizajes favoreciendo de esta forma la interdisciplinariedad.

En lo referente al agrupamiento del alumnado, las formas de organización de la clase y del grupo serán variadas y flexibles en función de las circunstancias de aprendizaje, aunque se concederá especial importancia a las situaciones que favorezcan los factores de participación y socialización, promoviendo además aprendizajes de tipo cooperativo.

Además, cabe decir que, aunque algunos de los aprendizajes deberán tener una fundamentación teórica, la Educación Física tiene un carácter eminentemente práctico, intentando que el tiempo de práctica física al aire libre sea el mayor posible, utilizando los recursos didácticos que favorezcan este hecho y gestionando la organización de materiales e instalaciones, de forma que el proceso se vea optimizado.

En línea con ello, las instalaciones deportivas con las que cuenta el IHES Santa María de Alarcos son las siguientes:

- Dos pistas polideportivas exteriores, pero con un pavimento que debería ser reformado a la mayor celeridad posible.
- Un pabellón cubierto de 30X17 metros en muy buen estado de conservación, dotado de vestuarios y almacenes, aunque con goteras, que limita nuestro trabajo en época de lluvias.
- Una sala cubierta de 20X12 metros, también con goteras, para realizar estiramientos, coreografías y relajación.

A la vez, disponemos de espacios naturales y parques en los alrededores del centro, como el Parque de Gasset o el Parque de Juan Pablo II, donde podemos realizar prácticas de condición física y de orientación.

6.5 EDUCACIÓN EN VALORES:

El desarrollo de esta programación tiene en consideración el Proyecto Educativo de centro, documento programático que define su identidad, recoge los valores, y establece los objetivos y prioridades en coherencia con el contexto socioeconómico y con los principios y objetivos recogidos en la legislación vigente.

El Proyecto Educativo y las programaciones didácticas desarrollan la autonomía pedagógica del centro educativo de acuerdo con lo establecido en los artículos 121 de la LOE-LOMLOE y 102 de LECM.

A título de ejemplo se citan algunas de las prioridades que se establecen en dicho documento y que se integran en la programación didáctica:

A. Pluralismo y valores democráticos: respetamos la pluralidad de ideologías y defendemos la libertad de cada persona y sus convicciones, estimulando los valores de una sociedad democrática y no permitiendo actitudes racistas y discriminatorias por razones ideológicas, religiosas, de sexo, por padecer limitaciones físicas o psíquicas, socioeconómicas y culturales.

Transmitimos a los alumnos los valores básicos de respeto hacia uno mismo y a los demás, favoreciendo una convivencia no violenta. Estos principios tienen relación directa con el Plan de Convivencia del centro.

B. Coeducación: la coeducación es una actitud y un valor. Significa la voluntad expresa de educar en la igualdad, sin discriminaciones por razón de sexo. No consiste solo en tener alumnos/as en una misma aula, sino en intentar, a través de la enseñanza, superar las barreras diferenciadoras de los papeles entre hombres y mujeres.

La coeducación no solamente va dirigida a los alumnos/as, sino que se hace extensible a todos los componentes de la comunidad educativa. Estos principios tienen relación directa con el Plan de Igualdad del centro.

C. Integración: el centro garantiza la plena integración del alumnado en el proceso educativo que se desarrolla en él. Para ello atiende especialmente al alumnado que, bien por padecer limitaciones físicas y/o psíquicas, o bien por su situación social, económica, cultural, racial, religiosa, etc., presenten dificultades de aprendizaje o de relaciones interpersonales.

D. Orientación académica y profesional y atención psicopedagógica: el centro debe establecer los canales y estructuras necesarias para que, tanto el departamento de Orientación, como los tutores y el resto de profesores/as coordinados por ellos, garanticen la atención psicopedagógica y el asesoramiento del alumnado en relación con su futuro profesional y académico.

E. Nuevas tecnologías. Proyectos TIC: el centro utiliza e incorpora, con especial preferencia, instrumentos educativos basados en las nuevas tecnologías. Se trata de hacer un centro que, no olvidando los instrumentos tradicionales de transmisión de conocimientos, incorpore los modernos avances tecnológicos, para conseguir que los procesos de enseñanza-aprendizaje familiaricen a los alumnos/as con los avances del mundo contemporáneo. Este planteamiento se conecta con el Plan de Digitalización del centro.

F. Actividades complementarias y extracurriculares: es una característica esencial del centro favorecer las actividades complementarias y extraescolares, sin olvidar que deben suponer un complemento de las tareas educativas que en él se desarrollan.

G. Relación con el entorno: el centro está dispuesto a colaborar en actividades culturales, lúdicas, de ocio, etc., que, con fines educativos, se organicen en su entorno.

6.6 ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN Y/O AMPLIACIÓN PERÍODO EXTRAORDINARIO 1º BACHILLERATO:

La evaluación extraordinaria a realizar a finales de junio consistirá en la entrega de trabajos y en la realización de pruebas teóricas y/o prácticas en función del criterio/s y saberes básicos a recuperar tras la evaluación ordinaria.

7. MEDIDAS DE INCLUSIÓN EDUCATIVA Y ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Tal y como señala el artículo 2 del Decreto 85/2018, de 20 de noviembre, por el que se regula la inclusión educativa del alumnado en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha: *“se entiende como inclusión educativa el conjunto de actuaciones y medidas educativas dirigidas a identificar y superar las barreras para el aprendizaje y la participación de todo el alumnado y favorecer el progreso educativo de todos y todas, teniendo en cuenta las diferentes capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones e intereses, situaciones personales, sociales y económicas, culturales y lingüísticas; sin equiparar diferencia con inferioridad, de manera que todo el alumnado pueda alcanzar el máximo desarrollo posible de sus potencialidades y capacidades personales”*.

Estas medidas pretenden promover, entre otras, la igualdad de oportunidades, la equidad de la educación, la normalización, la inclusión y la compensación educativa para todo el alumnado.

El citado cuerpo normativo, en sus artículos de 5 a 15 expone las diferentes medidas que se pueden articular para conseguir dar una respuesta adecuada a los alumnos, en función de sus necesidades, intereses y motivaciones. Así se contemplan:

1. Medidas promovidas por la Consejería de Educación (artículo 5): son todas aquellas actuaciones que permitan ofrecer una educación común de calidad a todo el alumnado y puedan garantizar la escolarización en igualdad de oportunidades, con la finalidad de dar respuesta a los diferentes ritmos, estilos de aprendizaje y motivaciones del conjunto del alumnado. Entre ellas:

- + Los programas y las actividades para la prevención, seguimiento y control del absentismo, fracaso y abandono escolar.
- + Las modificaciones llevadas a cabo para eliminar las barreras de acceso al currículo, a la movilidad, a la comunicación, cuantas otras pudieran detectarse.
- + Los programas, planes o proyectos de innovación e investigación educativas.
- + Los planes de formación permanente para el profesorado en materia de inclusión educativa.
- + La dotación de recursos personales, materiales, organizativos y acciones formativas que faciliten la accesibilidad universal del alumnado.

2. Medidas de inclusión educativa a nivel de centro (artículo 6): son todas aquellas que, en el marco del proyecto educativo del centro, tras considerar el análisis de sus necesidades, las barreras para el aprendizaje y los valores inclusivos de la propia comunidad educativa y teniendo en cuenta los propios recursos, permiten ofrecer una educación de calidad y contribuyen a garantizar el principio de equidad y dar respuesta a los diferentes ritmos, estilos de aprendizaje y motivaciones del conjunto del alumnado.

Algunas de las que se recogen son:

- + Desarrollo de proyectos de innovación.
- + Formación e investigación promovidos en colaboración con la administración educativa.
- + Programas de mejora del aprendizaje y el rendimiento.
- + Desarrollo de la optatividad y la opcionalidad.
- + Distribución del alumnado en grupos en base al principio de heterogeneidad.
- + Adaptaciones y modificaciones llevadas a cabo en los centros educativos para garantizar el acceso al currículo y la participación, eliminando tanto las barreras de movilidad como de comunicación, comprensión y cuantas otras pudieran detectarse.

3. Medidas de inclusión educativa a nivel de aula (artículo 7): las que como docentes articularemos en el aula con el objetivo de favorecer el aprendizaje del alumnado y contribuir a su participación y valoración en la dinámica del grupo-clase.

Entre estas medidas, podemos destacar:

- + Las estrategias para favorecer el aprendizaje a través de la interacción, en las que se incluyen entre otros, los talleres de aprendizaje, métodos de aprendizaje cooperativo, el trabajo por tareas o proyectos, los grupos interactivos o la tutoría entre iguales.
- + Las estrategias organizativas de aula empleadas por el profesorado que favorecen el aprendizaje, como los bancos de actividades graduadas o la organización de contenidos por centros de interés.
- + El refuerzo de contenidos curriculares dentro del aula ordinaria.
- + La tutoría individualizada.

4. Medidas individualizadas de inclusión educativa (artículo 8): son actuaciones, estrategias, procedimientos y recursos puestos en marcha para el alumnado que lo precise, con objeto de facilitar los procesos de enseñanza-aprendizaje, estimular su autonomía, desarrollar su capacidad y potencial de aprendizaje, así como favorecer su participación en las actividades del centro y de su grupo.

Estas medidas se diseñarán y desarrollarán por el profesorado y todos los profesionales que trabajen con el alumnado y contarán con el asesoramiento del Departamento de Orientación.

Es importante subrayar que estas medidas no suponen la modificación de elementos prescriptivos del currículo.

Dentro de esta categoría se encuentran las adaptaciones de acceso al currículo, las adaptaciones metodológicas, las adaptaciones de profundización, ampliación o enriquecimiento o la escolarización por debajo del curso que le corresponde por edad para los alumnos con incorporación tardía a nuestro sistema educativo.

5. Medidas extraordinarias de inclusión (artículos de 9 a 15): se trata de aquellas medidas que implican ajustes y cambios significativos en algunos de los aspectos curriculares y organizativos de las diferentes enseñanzas del sistema educativo. Estas medidas están dirigidas a que el alumnado pueda alcanzar el máximo desarrollo posible en función de sus características y potencialidades.

La adopción de estas medidas requiere de una evaluación psicopedagógica previa, de un dictamen de escolarización y del conocimiento de las características y las implicaciones de las medidas por parte de las familias o tutores y tutoras legales del alumnado.

Estas medidas extraordinarias son:

- + Las adaptaciones curriculares significativas.
- + La permanencia extraordinaria en una etapa.
- + La flexibilización curricular.

- + Las exenciones y fragmentaciones en etapas postobligatorias.
- + Las modalidades de Escolarización Combinada o en Unidades o Centros de Educación Especial.
- + Los Programas Específicos de Formación Profesional.
- + Cuantas otras propicien la inclusión educativa del alumnado y el máximo desarrollo de sus potencialidades y hayan sido aprobadas por la Dirección General con competencias en materia de atención a la diversidad.

Cabe destacar que, como establece el artículo 23.2 del citado Decreto 85/2018, el alumnado que precise la adopción de medidas individualizadas o medidas extraordinarias de inclusión educativa, participará en el conjunto de actividades del centro educativo y será atendido preferentemente dentro de su grupo de referencia.

A continuación, abordamos actuaciones concretas en pro de la inclusión educativa, teniendo en cuenta las características del alumnado de nuestros grupos.

7.1 MEDIDAS DE INCLUSIÓN INDIVIDUALIZADAS A NIVEL DE AULA:

Todas estas medidas de inclusión que acabamos de ver pasan por acercar el currículo a las características individuales de cada alumno, favoreciendo la individualización de la enseñanza. En este sentido, haremos uso de los **principios DUA** (Diseño Universal del Aprendizaje), con materiales adaptados. Por lo tanto, si se quiere responder adecuadamente a sus necesidades, es condición indispensable que la intervención pedagógica sea flexible...

En definitiva, lo que se pretende es proporcionar distintos caminos u opciones para la consecución de los objetivos marcados.

En línea con ello, nuestro deber es el de recabar la mayor información posible acerca del alumno y de sus posibles limitaciones, para hacer un planteamiento docente pormenorizado y acorde a sus peculiaridades concretas, que se plasmará en un Plan de Trabajo (PT).

Como norma general, se procurará que los alumnos que tengan algún tipo de dificultad puedan seguir el normal desarrollo de las clases, de forma integrada, con pequeñas modificaciones en lo programado.

En función de las necesidades del alumno, procederemos siguiendo las indicaciones del decreto de inclusión antes mencionado tomando una serie de **Medidas Individualizadas**, diseñadas y desarrolladas por el profesorado contando con el asesoramiento del equipo de orientación del centro. Estas medidas serían aquellas estrategias, procedimientos y recursos para el alumnado que lo precise, con objeto de facilitar los procesos de enseñanza-aprendizaje, estimular su autonomía, desarrollar su capacidad y potencial de aprendizaje, así como favorecer su participación en las actividades del centro y de su grupo.

El orden de actuaciones con este alumnado sería el siguiente:

1º) Si su grado de necesidad educativa lo permite, será tratado igual que el resto de alumnos, aplicando las habituales medidas de atención a la diversidad, recogidas en los principios metodológicos.

2º) Si el procedimiento anterior no es suficiente para alcanzar los objetivos previstos, entonces se aplicarán **medidas individualizadas de inclusión educativa** a través de adaptaciones curriculares (de acceso, de profundización o de ampliación) no significativas.

Estas adaptaciones estarían ajustadas a las características del alumnado, es decir, se trataría de adaptaciones metodológicas en la organización, temporalización y presentación de los contenidos, en la metodología didáctica, en los procedimientos y técnicas de evaluación..., con el ánimo de que el alumno alcance los objetivos generales por otros caminos distintos a los del resto de sus compañeros.

3º) Si la necesidad educativa que presenta el alumno es de gran envergadura respecto a nuestra disciplina, entonces tendremos que adoptar **medidas extraordinarias de inclusión educativa**, valiéndonos entonces de adaptaciones curriculares significativas, lo cual implica ajustes y cambios importantes en algunos aspectos curriculares y organizativos, adaptándolos a las características y posibilidades del alumno para acercarse en lo posible a los objetivos generales del currículo. Este tipo de medidas se llevarán a cabo tras haber agotado previamente las anteriores medidas de inclusión y se reflejarán en un plan de trabajo.

7.2 ATENCIÓN AL ALUMNADO CON INCAPACIDAD TRANSITORIA (LESIONADOS Y/O CONFINADOS) O QUE NO PUEDAN PRACTICAR ALGUNOS CONTENIDOS:

Algunos de los casos que nos encontramos en nuestras clases de educación física, son aquellos en los que existe una patología que impide la práctica de ciertos contenidos de nuestra materia. Esta afección puede ser crónica o de larga recuperación (soplo fisiológico, escoliosis, asma...) o temporal (esguince de tobillo, aislamiento...).

A modo de ejemplo, y para integrar a los alumnos en la marcha de la clase, proponemos a continuación algunas posibilidades de actuación:

- Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están trabajando para exponer a sus compañeros.
- Rellenar la ficha-resumen de la sesión.
- Elaboración del cuaderno de clase.
- Elaboración de apuntes para los demás compañeros.
- Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos.

Además, para los alumnos que padezcan una discapacidad transitoria, proponemos establecer un plan de trabajo en el que realicen las actividades que sean compatibles durante el tiempo de lesión y un programa de refuerzo que deberán llevar a cabo fuera de clase una vez recuperados.

El envío y seguimiento de estos planes de trabajo al alumnado será realizado, fundamentalmente, a través del Aula virtual del Entorno de Aprendizaje de la Plataforma “EducamosCLM”. Si falla esta opción, la segunda instancia sería a través del servicio de mensajería que nos ofrece el Seguimiento Educativo de la Plataforma “EducamosCLM”.

Por último, tenemos la opción del correo institucional (Webmail docente de la Consejería de Educación de la JCCM). En caso de tener que impartir docencia de forma virtual, haríamos uso de la Plataforma Microsoft Teams.

Todas estas posibilidades de contacto y comunicación son vías oficiales y encriptadas de comunicación facilitadas por la administración educativa de nuestra comunidad autónoma y que, por lo tanto, generan un entorno seguro de trabajo.

Así mismo, estos Planes de Trabajo también se contemplarán para alumnos con evaluaciones o materias pendientes de recuperar.

Por todo ello, en nuestra programación deben estar contempladas estas medidas con unas directrices generales, para una vez estudiado el caso concreto que se pueda presentar, adoptar en cada unidad didáctica las medidas específicas pertinentes, que más convengan a las circunstancias concretas de cada alumno en cuestión.

Establecer aquí “recetas” generales entraría en contradicción con el verdadero espíritu de atención a la diversidad y de tratamiento individualizado, ya que cada caso es distinto y único, y por ello requiere medidas específicas.

A partir de todo lo visto en este punto de la programación, nuestros Planes de Trabajo incluirán las competencias específicas que el alumno/a debe alcanzar, relacionados sus correspondientes criterios de evaluación y con los saberes básicos a trabajar.

8. EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES: CRITERIOS DE CALIFICACIÓN, PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

La evaluación supone la recogida sistemática de información sobre el proceso de enseñanza y aprendizaje que permite realizar juicios de valor encaminados a mejorar el propio proceso. Estos juicios de valor se realizan según García Ramos (1989) a través de *“una base de datos obtenidos por algún procedimiento, que en general podemos denominar medida. Sin la medida no es posible evaluar”*.

Cómo vamos a evaluar en la Educación Secundaria Obligatoria aparece recogido a nivel normativo en el artículo 28 de la LOE-LOMLOE. Se hace constar que la evaluación será **continua, formativa e integradora** según las distintas materias.

El Decreto 82/2022, de 12 de julio, en su artículo 16.3 señala que: *“En la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado deberá tenerse en cuenta como referentes últimos, desde todas y cada una de las materias o ámbitos, la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y el grado de adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil de salida”*.

Asimismo, el apartado 4 de este mismo artículo refleja: *“El carácter integrador de la evaluación no impedirá que el profesorado realice de manera diferenciada la evaluación de cada materia o ámbito teniendo en cuenta sus criterios de evaluación. Esta evaluación integradora implica que desde todas y cada una de las materias o ámbitos deberá tenerse en cuenta la consecución de los objetivos establecidos para la etapa, el desarrollo correspondiente de las competencias previsto en el Perfil de salida del alumnado”*.

En consecuencia, se debe establecer un peso a los criterios de evaluación, referentes a través de los cuales se evaluarán las competencias específicas asociadas a ellos y por extensión sus descriptores operativos. A través de estas competencias clave, desde cada asignatura, se contribuye a la consecución del perfil de salida.

En los cuadros del punto 5 de la presente programación se reflejan los criterios de evaluación que nos marca la legislación educativa actualmente vigente y relacionándolos directamente con las competencias clave y específicas que les corresponden, con los descriptores del perfil de salida a los que responden, con la unidad didáctica en la que van a ser trabajados (temporización) y marcando su ponderación en relación con la evaluación.

Se debe tener en cuenta que en cada materia se tiene que determinar el nivel competencial del alumno, es decir, el grado de adquisición de cada competencia clave. Para ello habrá que asociar la calificación lograda en cada competencia específica o cada criterio de evaluación con el peso correspondiente a cada descriptor operativo con el que se relaciona la competencia específica.

En el ejemplo aludido se ha optado, para simplificar el cálculo, por repartir el peso global de la competencia específica, por igual, entre los descriptores operativos que se le vinculan, teniendo en cuenta que hay que respetar el referente de evaluación, que en todo caso ha de ser el criterio de evaluación.

8.1 INSTRUMENTOS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN:

El proceso de evaluación de los alumnos es uno de los elementos más importantes de la programación didáctica, porque refleja el trabajo realizado tanto por el docente como por el alumno en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Para ello debemos tener una información detallada del alumno en cuanto a su nivel de comprensión respecto a los saberes básicos y competencias específicas tratados en el aula.

Esta información la obtendremos de los diferentes instrumentos que se emplearán a lo largo del curso para poder establecer un juicio objetivo que nos lleve a tomar una decisión en la evaluación. Para ello los criterios de evaluación serán evaluados a través de instrumentos diversos. Es este sentido, los principales procedimientos e instrumentos de evaluación a utilizar a lo largo del curso serán los siguientes:

PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	QUÉ EVALUAR / PARA QUÉ	CUANDO
➤ Evaluación Inicial y final	- Se recoge información sobre los conocimientos previos y destrezas iniciales del alumno, teniendo siempre en cuenta lo trabajado en el curso anterior y las propuestas de mejora reflejadas en la memoria de final del citado curso. - También se recogerá información sobre aquellos conocimientos que vaya adquiriendo a lo largo del curso.	INICIO Y FINAL DE CURSO
➤ Observación directa, planificada y sistemática del alumnado en clase: - Registros anecdóticos. - Escalas de estimación. - Listas de control.	- Atiende las explicaciones del profesorado. - Realiza las tareas con orden y de manera autónoma. - Respeto al profesor y a los compañeros. - Respeto las normas de la clase. - Está atento en las intervenciones de sus compañeros y las respeta. - Planifica su trabajo y entrega los trabajos que se le piden. - Utiliza el lenguaje de manera activa para autorregular su conducta. - Participa activamente en el grupo. - Practica las normas aprendidas en relación a hábitos saludables: calentamiento, higiene, alimentación...	DIARIAMENTE
➤ Práctica diaria ➤ Cuaderno de clase (para los alumnos lesionados)	- Utiliza ropa adecuada para la práctica de la educación física. - Es puntual a su llegada a clase y no falta de forma injustificada a las mismas. - Tiene su bolsa de aseo, la mantiene limpia y ordenada y la utiliza regularmente después de la práctica física. - Respeto las normas ortográficas estudiadas y aplicadas en los trabajos teóricos y exámenes. - Utiliza un vocabulario rico y variado referente al área. - Tiene el cuaderno limpio y ordenado. - Domina los contenidos planteados a través de la realización de actividades.	DIARIAMENTE

➤ Producciones de los alumnos: - Trabajos de búsqueda e investigación utilizando diferentes fuentes, de forma individual o en pequeño grupo. - Narraciones sobre contenidos del área.	✚ Muestra una actitud positiva hacia el trabajo de clase.	Puntualmente
	✚ Consulta de manera guiada enciclopedias, libros de texto, revistas, cuentos...para obtener información.	
	✚ Integra códigos y elementos no verbales en sus producciones escritas.	
	✚ Instrumento de mucha utilidad cuando se polariza hacia temas de mucho interés por parte del alumno. Estrechamente relacionado con la utilización de las nuevas tecnologías (TIC).	
➤ Pruebas escritas: - De respuesta corta - De completar - De elección múltiple - De desarrollo de conceptos	✚ Domina los contenidos planteados a través de la realización de los diferentes trabajos, exámenes teóricos y fichas.	En cada trimestre.
	✚ Escribe los enunciados de forma literal e interpretativa.	
	✚ Usa el vocabulario específico.	
	✚ Presenta las pruebas con limpieza y orden.	
➤ Pruebas de control prácticas:	✚ El alumno realiza una tarea aplicando una serie de normas, criterios y principios como, por ejemplo, dirigir un calentamiento, ayudar a corregir en la ejecución de un compañero, pasar las pruebas de un test físico.	A lo largo de cada unidad
➤ Hoja de registro de evaluación continua de los procesos de aprendizaje	✚ Para realizar el seguimiento del grado de consecución de los objetivos didácticos expresados en términos de criterios de evaluación, sobre todo en lo referente a los contenidos prácticos.	A lo largo de cada unidad
➤ Ficha de Autoevaluación del alumnado	✚ Para que el alumnado manifieste: ✓ El grado de aprendizaje que cree haber conseguido. ✓ Valoración del clima de aprendizaje ✓ Satisfacción con las actividades realizadas y los recursos utilizados. ✓ Valoración de la planificación de su trabajo. ✓ Valoración de la forma de trabajo (individual, parejas, grupo) ✓ Valoración de la forma con que se le va a evaluar. ✚ Se puede realizar utilizando diversas técnicas, desde cuestionarios cerrados, hasta entrevistas, puestas en común y exposiciones abiertas. ✚ Nos permitirá valorar el proceso analizando la evolución de las actitudes e intereses del alumno.	Al final de cada evaluación y más profundamente al final de curso
➤ Plantilla de Coevaluación	✚ Valoración de lo enseñado y cómo se ha enseñado. ✚ Para hacer una valoración de los resultados desde el esfuerzo realizado.	Al final del trimestre
➤ Planes de Trabajo (PTs)	✚ Para realizar la recuperación del alumnado. ✚ Se plasman en él: ✓ Criterios de evaluación no superados. ✓ Contenidos a adquirir. ✓ Actividades y trabajos a realizar. ✓ Medidas adoptadas y organización del proceso. ✓ Observaciones.	Al final de cada trimestre para los alumnos suspensos

8.2 EJEMPLOS DE RÚBRICAS PARA DETERMINAR EL GRADO DE ADQUISICIÓN DE LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS DE LAS COMPETENCIAS CLAVE QUE DEFINEN EL PERFIL DE SALIDA DE ETAPA:

8.2.1 Rúbrica Coevaluación Korfball en 1º de BACHILLERATO:

Soy:

Estoy evaluando a:

Nunca: 1 Alguna vez: 2 La mitad de las veces: 3 Casi siempre: 4 Siempre: 5

1. No suele dar más de 2 pasos con el balón en las manos	1	2	3	4	5
2. No traspasa de la zona de defensa o ataque en la que juega	1	2	3	4	5
3. Realiza pases efectivos (no largos, ni cortos, ni al adversario)	1	2	3	4	5
4. Recepciona el balón con ambas manos y sin perderlo	1	2	3	4	5
5. Busca espacios libres para apoyar al compañero con balón (se desmarca)	1	2	3	4	5
6. Lanza a canasta cuando tiene oportunidad clara de hacerlo	1	2	3	4	5
7. Es efectivo en sus lanzamientos a canasta	1	2	3	4	5
8. Realiza defensa individual sin perder de vista a su oponente directo	1	2	3	4	5
9. Presiona legalmente a su oponente directo cuando este tiene el balón	1	2	3	4	5
10. Se mantiene concentrado y activo durante el juego, ayudando a compañeros	1	2	3	4	5

8.2.2 Rúbrica Orientación en 2º de ESO:

ALUMNO	1. Conoce partes brújula (0,5 p)	2. Orienta mapa (2 p)	3. Conoce dirección a seguir (1 p)	4. Calcula rumbo (2 p)	5. Interpreta rumbo en mapa (2 p)	6. Interpreta rumbo sin mapa (2 p)	7. Controla escala (0,5 p)	NOTA
1.								
2.								

8.2.3 Rúbrica Pickeball en 4º de ESO:

1. Se encuentra concentrado en el juego y motivado para intentar mejorar.	1	2	3	4	5
2. La postura de juego es equilibrada (flexiona rodillas y cadera).	1	2	3	4	5
3. Durante el juego, la situación espacial es la idónea y se producen desplazamientos.	1	2	3	4	5
4. Realiza el saque por debajo de la altura de la cadera y lo cruza.	1	2	3	4	5
5. El golpeo es eficiente (raqueta separada del cuerpo y con intensidad adecuada).	1	2	3	4	5
6. Suele contactar con la bola, tiene continuidad en el juego.	1	2	3	4	5
7. Muestra tensión cuando contacta con la bola y utiliza el revés.	1	2	3	4	5
8. La bola no cae en la zona de marca de forma habitual.	1	2	3	4	5
9. Conoce y aplica las reglas del doble bote y de no volea.	1	2	3	4	5
10. Es consciente del marcador de juego.	1	2	3	4	5

Nunca: 1 Alguna vez: 2 La mitad de las veces: 3 Casi siempre: 4 Siempre: 5

8.3 FASES DE LA EVALUACIÓN:

Seguendo el artículo 4 de la Orden 186/2022, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la evaluación **en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria** en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha, **la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria será continua, formativa e integradora**, a lo largo del curso se realizarán las siguientes evaluaciones:

- **Evaluación inicial:** al comienzo de cada unidad didáctica se realizará una evaluación inicial del alumnado con el fin de conocer el nivel de conocimientos de dicha unidad o tema.
- **Evaluación continua:** en base al seguimiento de la adquisición de las competencias clave, logro de los objetivos y criterios de evaluación a lo largo del curso escolar la evaluación será continua.
- **Evaluación formativa:** durante el proceso de evaluación el docente empleará los instrumentos de evaluación para que los alumnos sean capaces de detectar sus errores, reportándoles la información y promoviendo un feedback.
- **Evaluación integradora:** se realiza en las sesiones de evaluación programadas a lo largo del curso. En ellas se compartirá el proceso de evaluación por parte del conjunto de profesores de las distintas materias del grupo coordinados por el tutor. En estas sesiones se evaluará el aprendizaje de los alumnos en base a la consecución de los objetivos de etapa y las competencias clave.
- **Evaluación final:** de carácter sumativo y realizada antes de finalizar el curso para valorar la evolución, el progreso y el grado de adquisición de competencias, objetivos y contenidos por parte del alumnado.
- **Autoevaluación y coevaluación:** para hacer partícipes a los alumnos en el proceso evaluador. Se harán efectivas a través de las actividades, trabajos, proyectos y pruebas que se realizarán a lo largo del curso y que se integrarán en las diferentes situaciones de aprendizaje que se definan.

En la etapa de Bachillerato, sin embargo, siguiendo el artículo 4 de la Orden 187/2022, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la evaluación en la etapa de Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha, **la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua y diferenciada** según las distintas materias.

8.4 CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DE CADA EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN FINAL DEL CURSO:

Desde el departamento de Educación Física del IHES Santa María de Alarcos tenemos claro que debemos garantizar el derecho que tienen los alumnos a una evaluación objetiva y a que su dedicación, esfuerzo y rendimiento sean valorados y reconocidos con objetividad.

El objetivo pretendido por lo tanto es que todos los alumnos alcancen las competencias específicas marcadas para nuestra materia en los Decretos 82/2022 y 83/2022 por los que se establecen los currículos de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato respectivamente en nuestra comunidad autónoma.

A partir de ello y valiéndonos de los instrumentos vistos en el punto 8.2, la calificación del alumnado se va a llevar a cabo mediante la ponderación de los criterios de evaluación previstos en los cuadros del punto 5 del presente documento.

8.4.1 Calificación de cada evaluación:

Trimestralmente se calcularán las calificaciones curriculares, en función del nivel de logro alcanzado en cada uno de los criterios de evaluación trabajados a lo largo del trimestre, debiendo obtener una nota de cinco al redondear (al entero más próximo) la media ponderada de los criterios de evaluación, ponderación reflejada en las ya citadas tablas del apartado 5 del presente documento, para superar el trimestre correspondiente.

En Educación Secundaria Obligatoria, siguiendo el artículo 20 de la Orden 186/2022, por la que se regula la evaluación en Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha, los resultados de la evaluación en todos y cada uno de los cursos de ESO se expresarán, sin nota numérica, mediante los siguientes términos y equivalencias:

- + **Insuficiente** (IN) para las calificaciones negativas (notas entre 0 y 4,99).
- + **Suficiente** (SU), para las notas entre 5 y 5,99.
- + **Bien** (BI), para las notas entre 6 y 6,99.
- + **Notable** (NT), para las notas entre 7 y 8,5.
- + **Sobresaliente** (SB), para las notas entre 8,51 y 10.

En Bachillerato, sin embargo, siguiendo el artículo 21 de la Orden 187/2022, por la que se regula la evaluación en Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha, los resultados de cada evaluación se expresarán mediante calificaciones numéricas de cero a diez, sin decimales, considerándose negativas las calificaciones inferiores a cinco.

8.4.2 Calificación final de curso.

En línea con lo dicho en el punto anterior, para superar la asignatura en la evaluación final y única a realizar a mediados de junio (si nos referimos a ESO) o en la evaluación ordinaria a realizar a principios de junio (si nos referimos a Bachillerato) se debe obtener un cinco al redondear (al entero más próximo) la media ponderada de los criterios de evaluación trabajados a lo largo del curso, considerando que estos resultados se expresarán en los términos y equivalencias expresadas en el punto anterior si nos referimos a ESO (IN, SU, BI, NT o SB).

Lo mismo ocurre en la evaluación extraordinaria en caso de que el alumno no superase la ordinaria de Bachillerato.

En este sentido, en Bachillerato, la evaluación extraordinaria se realizará a finales de junio a través de la entrega de trabajos y de la realización de pruebas teóricas y/o prácticas en función del criterio/s y saberes básicos a recuperar.

Cabe señalar que la nota que puede obtener el alumno en la recuperación no queda limitada al 5, sino que podrá obtener más nota en función de los contenidos recuperados y de los criterios de evaluación superados.

Cuando el alumnado no se presente a las pruebas extraordinarias de Bachillerato, se consignará "No Presentado" (NP).

8.5 CRITERIOS DE RECUPERACIÓN

En el caso de que algún alumno o alumna, al finalizar cualquier trimestre, no alcance la calificación de 5 (Suficiente) en la evaluación correspondiente tendrá que iniciar un plan de recuperación de los criterios en los que no haya alcanzado la citada nota a través de actividades y ejercicios de repaso y de la realización de las pruebas específicas (pruebas de carácter práctico, entrega de trabajos de aplicación y/o exámenes teóricos) que se determinen en cada caso.

De acuerdo con la filosofía educativa defendida en esta programación, si durante el proceso de enseñanza-aprendizaje se tiene la certeza de que hay alumnos que en algún criterio de evaluación no alcanzan el 50% de los objetivos previstos, se podrán iniciar las medidas correctoras correspondientes de manera inmediata y evaluar de nuevo con el instrumento oportuno.

En las reuniones de departamento se hará un seguimiento mensual de estos alumnos con evaluaciones pendientes.

8.6 PLAN DE RECUPERACIÓN DE LA MATERIA PENDIENTE

El departamento didáctico diseñará un programa individualizado para los alumnos que tienen la materia de Educación Física pendiente de cursos anteriores y se realizará un seguimiento mensual en las reuniones de departamento.

El responsable de este seguimiento será el jefe del departamento didáctico.

En este sentido, en la etapa ESO, los alumnos que tengan el curso anterior suspenso lo recuperarán aprobando el curso superior (tanto los criterios de evaluación como los saberes básicos tienen continuidad a lo largo de la etapa).

Mientras tanto, en Bachillerato, los alumnos que estén cursando 2º de Bachillerato con la asignatura pendiente, tendrán que realizar los trabajos de aplicación y exámenes teóricos (escritos u orales) y/o prácticos que el jefe del departamento crea oportunos en función de la situación y circunstancias de cada alumno en concreto.

Todo ello ofreciendo información a las familias y realizando un seguimiento continuo y seguro a través del entorno de aprendizaje que nos ofrecen las diferentes herramientas facilitadas por la Consejería de Educación de la JCCM ya vistas en puntos anteriores (Aula Virtual, Seguimiento Educativo de la Plataforma “EDUCAMOSCLM” y correo institucional).

9. ELEMENTOS TRANSVERSALES

En la etapa de Educación Secundaria Obligatoria la educación en valores debe de ser complementaria a los contenidos curriculares o saberes básicos.

Los valores son los pilares en los que se asienta toda sociedad, por tanto, educar en valores debe de ser una tarea transversal a los contenidos de las materias. Su importancia radica en la necesidad de formar alumnos que sean capaces de desenvolverse de manera cívica y democrática en la sociedad actual.

Estos valores se afrontan en las diferentes materias/ámbitos a través de los propios criterios de evaluación, debiéndose también incardinar con los proyectos de centro que los trabajan y que siguiendo lo reflejado en el Proyecto Educativo de Centro son los siguientes:

9.1 RECREOS CON ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA ORGANIZADA:

Desde el departamento de Educación Física nos hemos decidido por realizar esta propuesta de vivencia activa de los recreos mediante la organización de competiciones deportivas.

Pretendemos con este proyecto, además de organizar competiciones deportivas en todos los recreos, de lunes a viernes, dinamizándolos, que el alumnado se implique en mayor medida no solo en su propio proceso de enseñanza-aprendizaje, sino que también se implique participando en la vida diaria de nuestro centro, colaborando de forma crucial a que los alumnos más jóvenes valoren la práctica de actividad física y deportiva en su tiempo ocio como una alternativa saludable a otras opciones en las que el sedentarismo cobra un papel prioritario.

9.2 PLAN DE LECTURA:

Como es bien sabido, la lectura despierta la imaginación del alumnado, mejora su vocabulario, expresión y comprensión, les abre nuevos mundos y perspectivas, les ayuda a comprender al resto de las personas y también a ellos mismos.

Es por ello que, siguiendo la Orden 169/2022, de 1 de septiembre donde se regula la elaboración y ejecución de los planes de lectura, al igual que en el resto de materias, fomentar la lectura es uno de los objetivos que forman una parte importante en el aprendizaje de nuestra asignatura.

Para la consecución de dicho objetivo, en nuestra materia, se utilizarán lecturas del libro *“El valor educativo y social del deporte”* editado por ANAYA en colaboración con la universidad Isabel I en el año 2018 y en el cual aparecen numerosos artículos, relacionados todos con temas de actualidad deportiva (olimpismo, doping, nutrición, entrenamiento, juego limpio, valores del deporte, igualdad, respeto..) sobre los que merece la pena hacer reflexiones y debates grupales después de leerlos detenidamente.

Durante el curso, una vez al mes, se leerá en clase uno de estos textos en cada clase (el que mejor convenga en función de la situación en la que nos encontremos y de la temática que estemos tratando en ese momento del curso) previo aviso del profesor para que lo lean antes en casa a través de la citada aula virtual y se organizará un pequeño debate en torno a lo leído antes de comenzar con la práctica del día.

9.3 PLAN DE DIGITALIZACIÓN:

El centro utiliza e incorpora, con especial preferencia, instrumentos educativos basados en las nuevas tecnologías.

Se trata de hacer un centro que, no olvidando los instrumentos tradicionales de transmisión de conocimientos, incorpore los modernos avances tecnológicos, para conseguir que los procesos de enseñanza-aprendizaje familiaricen a los alumnos/as con los avances del mundo contemporáneo.

9.4 PLAN DE IGUALDAD:

Desde nuestra materia debemos colaborar con el plan de igualdad del centro enseñando a alumnos a convivir en la sociedad con igualdad de oportunidades para todos. En este sentido, como profesores de Educación Física somos conscientes de que:

* Las experiencias previas suelen ser distintas en alumnos, por lo que nos veremos obligados a compensar esas desigualdades de principio.

- * Algo muy importante que debemos propiciar desde nuestra área es la pérdida del temor al contacto corporal entre el alumnado, problema muy característico de los alumnos y alumnas en la etapa ESO.

- * Es preciso eliminar el lenguaje sexista.

- * Hay que intentar eliminar la sensación de competitividad entre los dos sexos.

- * Resulta conveniente también enfatizar sobre los éxitos y logros deportivos alcanzados por mujeres.

- * Se debe tener una especial atención a que los varones no monopolicen las prácticas deportivas, considerándolas patrimonio de su sexo.

- * En general, fomentar todas aquellas prácticas que eliminen la discriminación.

9.5 PLAN DE CONVIVENCIA:

Nuestra materia es muy adecuada para promover actitudes de respeto, diálogo, solidaridad, cooperación, colaboración y participación y promoverlas a través de experiencias y vivencias propias.

En este sentido, debemos enseñar a los alumnos a aceptar la derrota reconociendo el mérito del ganador y a la vez, debemos enseñar a este último a respetar a su rival derrotado con total deportividad (“Juego Limpio”).

No debemos olvidar, cuando trabajemos este contenido, la actual relevancia de la violencia doméstica, que entre todos tenemos que intentar erradicar.

Es por ello que desde nuestras clases debemos propiciar que nuestros alumnos/as se mantengan en forma, con actitudes de respeto a los compañeros y al profesor, con actitudes de cooperación entre compañeros o adoptando actitudes críticas ante prácticas que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva...

10. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRACURRICULARES

La realización de actividades complementarias y extracurriculares contribuye a conseguir un aprendizaje más atractivo, a incrementar el interés por aprender y facilitar la generalización de los aprendizajes fuera del contexto del aula.

Las actividades complementarias y extracurriculares se integran en la Programación Didáctica porque contribuyen a desarrollar los objetivos y saberes básicos del currículo en contextos no habituales y con la implicación de personas de la comunidad educativa.

Básicamente los OBJETIVOS que pretendemos conseguir con estas actividades, son:

1. Conocer actividades físicas diferentes a las desarrolladas en el instituto y que, por razones de espacio y material, no pueden realizarse en el mismo.

2. Desarrollar experiencias lúdicas en el ambiente de compañerismo que, por experiencia, sabemos que se producen en estas actividades.

3. Conocer el entorno natural que nos rodea.

4. Favorecer la maduración del alumnado por la necesidad de auto superación que exigen estas actividades. Esta exigencia se ve recompensada por el resultado positivo que, casi siempre, obtienen los alumnos/as.

A partir de ello, **la propuesta de actividades complementarias y extracurriculares (fondo gris) previstas por nuestro departamento para el presente curso escolar** es la siguiente:

	FECHA	CURSOS	ACTIVIDAD
1	29 de octubre	2º de ESO	Visita al Centro Comercial Xanadú para realizar una práctica tutelada de esquí y/o snow .
2	2ª mitad del primer trimestre	3º de ESO	Partidos de Tag-Rugby en campos de césped en instalaciones deportivas municipales.
3	10 de diciembre	1º de ESO	Patinaje sobre hielo en la pista que la Diputación de Ciudad Real suele instalar todos los años.
4	13-20 de diciembre	2º, 3º, 4º ESO y 1º Bachiller	Excursión a Andorra para practicar Esquí.
5	Febrero 2025	1º de ESO	Visita al Centro Comercial Xanadú para realizar una práctica tutelada de esquí y/o snow .
6	25 de febrero 2025	1º Bachillerato	Participación en el Crossfit Games 2026.
7	Mediados de marzo 2025	1º Bachillerato	Práctica campo de Golf Ciudad Real.
8	Mediados de marzo 2025	4º ESO	Ruta Senderismo al Parque Arqueológico de Alarcos.
9	Mediados de marzo 2025	1º ESO	Ruta Senderismo en Parque Forestal La Atalaya o similar.
10	21-27 de marzo 2025	4º ESO	Colaboración con el Departamento de Religión en la Organización y Desarrollo del Camino de Santiago.
11	23 de abril 2025	3º y 4º ESO y 1º Bachillerato	Visita al Masters 1000 de Tenis Madrid 2025.
12	1-15 de junio 2025	ESO	Multiaventura (piragüismo, tiro con arco, buceo, escalada, senderismo...) en Lagunas de Ruidera o similar.
13	Mediados de junio 2025	1º ESO	Partidos de fútbol-7 fin de curso en campo de césped municipal.
14	Todo el curso	ESO	Campeonatos deportivos en los recreos activos.

Considerando que la programación didáctica es un documento abierto y flexible, durante el curso se podrían realizar otras actividades que se considerasen adecuadas, contando siempre con la aprobación del Consejo Escolar del centro.

11. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

11.1 INDICADORES, RESPONSABLES DE EVALUACIÓN, CRITERIOS Y TEMPORALIZACIÓN:

En lo referente a la evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje, el profesorado evaluará los procesos de enseñanza y su propia práctica docente (y establecerá propuestas de mejora), teniendo en cuenta como indicadores para el análisis:

- + Las propuestas de mejora elaboradas a finales del curso pasado.

- + Los resultados obtenidos por el alumnado en el proceso de evaluación continua (al final de cada unidad didáctica y de cada evaluación).
- + Las “Encuestas de satisfacción del alumno”, realizada de forma anónima al final de cada evaluación.
- + Acuerdos tomados en reuniones de CCP.
- + Reflexiones y conclusiones obtenidas en las reuniones de departamento.
- + Entrevistas con alumnado y sus familias.

En cuanto a la evaluación de la Programación Didáctica, cabe decir que se trata de un documento oficial elaborado a principio de curso, pero que es flexible y susceptible de ser modificado en cualquier momento del curso dependiendo de las circunstancias que vayan apareciendo a lo largo del curso, principalmente, de los procesos de evaluación.

Dichas modificaciones quedarán fijadas por escrito en el libro de actas del departamento (reuniones semanales) justificando la necesidad de esos cambios.

Generalmente las modificaciones atenderán a cuestiones relacionadas con el proceso de enseñanza-aprendizaje y de los contenidos a impartir.

La siguiente tabla muestra una serie de **indicadores que denotan el grado de consecución de los diferentes elementos constituyentes de la presente programación didáctica** y cuyo nivel de consecución será evaluado a lo largo del curso y, especialmente, al final del mismo, **de cara a estudiar los aspectos a mejorar en nuestra labor diaria.**

Indicadores de Logro	1. Muy Bajo	2. Bajo	3. Normal	4. Alto	5. Muy Alto
1. Adecuación de la selección de contenidos	Inferior al 60% de alumnos aprobados.	Entre el 60 y el 70% de alumnos aprobados.	Entre el 70 y el 80% de alumnos aprobados.	Entre el 80 y el 90% de alumnos aprobados.	Superior al 90% de alumnos aprobados.
2. Nivel de trabajo de las competencias	3 o menos.	Solo 4.	Se han trabajado 5.	Se han trabajado 6.	Se han trabajado las 7.
3. Grado de cumplimiento de las UUDDs propuestas	Inferior al 60% de las mismas.	Entre el 60 y el 70% de las mismas.	Entre el 70 y el 80% de las mismas.	Entre el 80 y el 90% de las mismas.	Superior al 90% de las mismas.
4. Adecuación de los saberes básicos	No se han llegado a alcanzar el 60%.	Se han conseguido trabajar entre el 60 y el 70%.	Se han conseguido trabajar entre el 70 y el 80%.	Se han conseguido trabajar entre el 80 y el 90%.	Se han conseguido trabajar más del 90%.
5. Presencia de diferentes instrumentos de evaluación	Tan solo 1 o 2.	Al menos 3.	4.	5.	Más de 5.
6. La evaluación ha tenido en cuenta la adquisición de las competencias específicas	Inferior al 60% de alumnos aprobados.	Entre el 60 y el 70% de alumnos aprobados.	Entre el 70 y el 80% de alumnos aprobados.	Entre el 80 y el 90% de alumnos aprobados.	Superior al 90% de alumnos aprobados.
7. Se han evaluado los procesos de enseñanza y no solo los de aprendizaje	Se trata el tema en menos de 3 reuniones de departame	Se trata el tema en menos de 5 reuniones de departame	Se trata el tema en menos de 7 reuniones de departame	Se trata el tema en menos de 9 reuniones de departame	Se trata el tema en 10 o más reuniones de departame

8. Se han realizado autoevaluaciones y coevaluaciones	Nunca	Al menos una vez en el curso	Dos veces al curso	Al menos una vez por trimestre	Más de una vez por trimestre
9. Idoneidad de la metodología y estilos de enseñanza	1 o 2 estilos	3 estilos	4 estilos	5 estilos	Más de 5 estilos
10. Estado de conservación e inversión en material didáctico	No disponemos de presupuesto para comprar material	Hemos gastado menos de 250 Euros en material	Hemos gastado entre 250 y 500 euros en material	Hemos gastado entre 500 y 750 euros en material	Hemos gastado más de 750 euros en material
11. Las instalaciones del centro permiten el desarrollo de la programación	Entre 100% y 80% de coincidencia de tramo horario en clases EF	Entre 80% y 60% de coincidencia de tramo horario en clases EF	Entre 60% y 40% de coincidencia de tramo horario en clases EF	Entre 40% y 20% de coincidencia de tramo horario en clases EF	Menos del 20% de coincidencia de tramo horario en clases EF
12. Nivel de cumplimiento de extraescolares	Inferior al 20% de las previstas.	Entre el 20 y el 40% de las previstas.	Entre el 40 y el 60% de las previstas.	Entre el 60 y el 80% de las previstas.	Superior al 80% de las previstas.

11.2 PROPUESTAS DE MEJORA:

Si analizamos los resultados académicos obtenidos en nuestra materia tanto a final del curso pasado como en la evaluación inicial del curso actual, tenemos que decir que **los resultados son muy buenos, con cifras que superan el 90% de aprobados** a nivel general, lo cual nos hace ver que estamos trabajando en la dirección correcta.

A pesar de ello, consideramos que hay algunos aspectos a mejorar y son los siguientes:

- **Es prioritario solucionar el problema de goteras que tenemos en el gimnasio** los días que llueve, problema que nos impide realizar práctica de actividad física y deportiva cuando ocurre esta circunstancia puesto que existe un gran riesgo de caída por parte del alumnado practicante (el suelo resbala bastante si se encuentra mojado).

Además, la superficie del suelo del pabellón se terminará por estropear si continúa mojándose constantemente, lo que conllevaría a que, con el tiempo, habría que cambiarla, con el consiguiente coste económico que eso supondría.

- Necesitamos un **aumento del presupuesto anual del Departamento** destinado a la compra de material fungible, más aún si se quieren mantener los recreos activos. Las características intrínsecas de nuestra materia propician que haga falta reponer material fungible con cierta asiduidad debido al desgaste sufrido por el mismo.

- **Sería muy conveniente pintar las líneas del suelo, porterías y canastas de las pistas polideportivas exteriores** si pretendemos que la práctica de actividad deportiva se ajuste a la realidad y, de esta forma, nos ajustemos a los que nos pide el currículo actualmente vigente.

- **El departamento de Educación Física solicita de forma encarecida que los compañeros de otras materias no ocupen las aulas de Educación Física** (pistas polideportivas exteriores) durante las guardias, ya que ocasiona un trastorno tremendo, tanto a la hora de impartir la sesión correspondiente por parte del profesor, como a la hora de controlar material de clase, como, sobre todo, por el motivo de que los alumnos se sienten cohibidos al verse observados por sus iguales mientras realizan algún tipo de tarea física.

Mucho menos lógica tiene intentar meterse en el gimnasio con un grupo de guardia, donde tenemos material preparado y dispuesto para siguientes sesiones, donde hay equipos informáticos, equipos de música, espejos en algunas paredes y numeroso material fungible fácil de hacer desaparecer y cuyo control requiere un trabajo concienzudo y minucioso que los componentes del departamento de Educación Física asumimos en nuestro día a día.

Para terminar con este punto, recalca que si, hoy por hoy, ni nosotros mismos podemos utilizar el gimnasio en su totalidad por el estado en el que se encuentra parte del techo, cómo van a meterse grupos de guardia allí dentro.

12. COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN CON ALUMNADO Y FAMILIAS. ORIENTACIÓN PROFESIONAL Y ACADÉMICA.

La comunicación con el alumnado y sus familias para realizar el seguimiento de su evolución y tareas e impartir docencia llegado el caso, será realizado bien a través de la atención presencial o telefónica en la hora semanal de atención a familias que cada uno de los componentes del departamento tiene asignadas en su horario personal, previa petición de cita si no es para tratar un tema muy urgente o bien a través de las plataformas oficiales y encriptadas que nos ha facilitado y recomendado la Consejería de Educación de la Junta de Comunidades de Castilla La Mancha, las cuales propician un entorno seguro de aprendizaje y que son las siguientes:

- Seguimiento Educativo de la Plataforma “EducamosCLM”.
- Aula virtual del Entorno de Aprendizaje de la Plataforma “EducamosCLM”.
- Plataforma Microsoft Teams en caso de tener que impartir docencia de forma virtual.
- Correo institucional (Outlook docente de la Consejería de Educación de la JCCM).

Las horas de atención presencial o telefónica a las familias establecidas en el horario semanal del centro antes citadas para cada uno de los componentes del departamento son las siguientes:

- + D. Emilio Córdoba Vázquez de Ágredos: viernes a tercera hora lectiva (10:35-11:30).
- + D. Pedro Rubí Pato (sustituido por D. Carlos Sánchez Paéz): jueves a cuarta hora lectiva (12:00-12:55).
- + D. Daniel Martínez González-Mohíno: miércoles a quinta hora lectiva (12:55-13:50).

En lo referente a la orientación profesional y académica, a lo largo de toda la etapa educativa tratamos de orientar al alumnado de nuestro centro para que conozcan las posibles opciones de futuro en relación con los estudios de Educación Física; más concretamente, en 4º de ESO, tenemos la unidad didáctica 8 referente a esta temática, denominada “Salidas Profesionales de la Educación Física. Principales Pruebas Físicas Requeridas” y que impartimos en el segundo trimestre.

En esta unidad, a la vez de conocer y practicar algunas de las principales pruebas físicas requeridas para el acceso a diferentes cuerpos de seguridad del estado, analizamos, junto a los alumnos, las posibles salidas profesionales relacionadas con la Educación Física, partiendo de los ciclos formativos de grado medio (Conducción de Actividades Físico-Deportivas en el Medio Natural), pasando por los ciclos formativos de grado superior (Técnico Superior en Animación de Actividades Físicas y Deportivas y Técnico Superior en Acondicionamiento Físico) y llegando al Grado de Magisterio en Educación Física y al Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.