



IES RAMOS DEL MANZANO
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º ESO
2023-2024



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º ESO



Índice

a) Introducción: conceptualización y características de la materia.....	3
b) Diseño de la evaluación inicial.....	3
c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.....	3
d) Metodología didáctica.....	3
e) Secuencia de unidades temporales de programación.....	4
f) En su caso, concreción de proyectos significativos.....	4
g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.....	5
h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.....	7
i) Actividades complementarias y extraescolares.....	7
j) Atención a las diferencias individuales del alumnado.....	8
k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.....	8
l) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.....	8
ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º DE ESO.....	12
ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO.....	15



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º DE ESO

a) Introducción: conceptualización y características de la materia.

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del *Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.*

b) Diseño de la evaluación inicial.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Número de sesiones</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>Observaciones</i>
2.4.	<i>Guía de observación</i>	4	<i>Heteroevaluación</i>	<i>La guía de observación se complementa con el uso de un registro anecdótico.</i>
3.1. 3.2.	<i>Guía de observación</i>		<i>Heteroevaluación</i>	
4.2. 3.3.	<i>Guía de observación</i>		<i>Heteroevaluación</i>	

c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

d) Metodología didáctica.

Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):

Se emplearán en la medida de lo posible estilos cognitivos como la resolución de problemas y el descubrimiento guiado, compaginados con estrategias del tipo global tanto de polarización de la atención como modificación de la situación real. Cuando la situación lo requiera haremos uso de algunos métodos más directivos como la asignación de tareas o el mando directo, empleando estrategias analíticas con el fin de descomponer la secuencia didáctica en pasos más sencillos para su aprendizaje.



Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:

Variarán desde individuales hasta pequeños o gran grupo, permitiendo que el alumnado asuma responsabilidades personales de manera autónoma y actúe de forma cooperativa en la resolución creativa del reto planteado.

e) Secuencia de unidades temporales de programación.

	Título	Fechas y sesiones
PRIMER TRIMESTRE	<i>Unidad didáctica 1: Juegos cooperativos</i>	4
	<i>Unidad didáctica 2: Calentamiento y desarrollo de CFB: Resistencia, velocidad y fuerza.</i>	9
	<i>Unidad didáctica 3: Habilidades motrices específicas y capacidades perceptivo motrices</i>	11
SEGUNDO TRIMESTRE	<i>Unidad didáctica 4: Expresión corporal: mímica, y representaciones.</i>	5
	<i>Unidad didáctica 5: Primeros auxilios y Hábitos saludables. AF y Sedentarismo; Alimentación saludable; Descanso y relación con el rendimiento</i>	7
	<i>Unidad Didáctica 6: Deportes alternativos I</i>	10
TERCER TRIMESTRE	<i>Unidad didáctica 7: Juegos populares-tradicionales</i>	4
	<i>Unidad Didáctica 8: Deportes alternativos II</i>	10
	<i>Unidad didáctica 9: Expresión corporal II: danzas y bailes.</i>	5
	<i>Unidad didáctica 10: Orientación</i>	5

Esta temporalización es susceptible a cambios producidos por diversos factores como puede ser la modificación de sesiones por la adaptación al nivel del alumnado o por otros motivos (charlas, excursiones) o simplemente por la climatología al estar planteadas algunas para realizarlas bien en el entorno natural o bien en el patio

f) En su caso, concreción de proyectos significativos.

Título	Temporalización por trimestres	Tipo de aprendizaje	Materia / Materias
	Elija un elemento.	Elija un elemento.	
	Elija un elemento.	Elija un elemento.	
	Elija un elemento.	Elija un elemento.	



g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.

En su caso, Libros de texto	<i>Editorial</i>	<i>Edición/ Proyecto</i>	<i>ISBN</i>

	<i>Materiales</i>	<i>Recursos</i>
<i>Impresos</i>	Autoevaluaciones, coevaluaciones, fichas de registro, fichas/materiales didácticos	Artículos, apuntes, libros de EF disponibles en la biblioteca.
<i>Digitales e informáticos</i>	Apps con fines educativos (Office 365, Kahoot, Geocaching, Teams)	Videos, documentales y películas relacionadas con la materia. Plataforma TEAMS

Además, adjunto un listado de material disponible en el propio departamento para el desarrollo de las sesiones:

MATERIA L	Nº	MATERIA L	Nº	MATERIAL	Nº
ALTÍMETROS	2	CHURROS PISCINA CORTADOS	2 3	PALA PÁDEL INICIACIÓN	1
AROS	16	CINTA ELÁSTICA	1	PALAS DE TELA	10
BALONES BALONM ANO TALLA PEQUEÑA	3	CINTUROS RUGBY TAG	2 2	PALAS PROPAGANDA	10
BALONES DE BALONCE STO	30	COLCHON ETAS	1 0	PALOS REDES	2
BALONES DE BALONM ANO	5	COMBAS	X	PELOTA KINBALL/BIG VOLEY	1



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

BALONES DE VOLEIBOL	30	COMPRESOR	1	PELOTAS DE COLORES	4 JUEGOS
BALONES FÚTBOL SALA	2	CONOS NARANJAS	23	PELOTAS GOMA ESPUMA MEDIANAS	2
BALONES MEDICINALES 2KG	4	CONOS VERDES	18	PELOTAS VARIAS	X
BALONES MEDICINALES 3KG	5	CONTRAPESOS	2	PELTOS DE GIMNASIA	>35
BALONES PROPAGANDA	X	DIANAS DE DARDOS	6	PELTOS GOMAESPUMA PEQUEÑAS	12
BANCOS SUECOS	15	STICK HOCKEY PLÁSTICO	30	PETOS AZUL-ROJO	X
BASES PICAS	3	ESTERILLAS	30	PETOS, ROPA...	X
BATE MADERA	1	FITBALL	1	PICAS DE MADERA	6
BATES DE GOMA	2	GOMAS ELÁSTICAS AMARILLAS	X	PIZARRA + BORRADOR	1
BOLA DE LANZAMIENTO DE PESO	1	JABALINAS	4	PORTERÍAS FÚTBOL SALA	2
BRÚJULAS	10	LIBROS EF	X	QUITAMIETOS	2
BRÚJULAS GRANDES	6	MESA PROFESOR + SILLA	1	RAQUETAS BÁDMINTON	32
CHINOS	1 JUEGO	MESAS	3	REDES BÁDMINTON	2



CHINOS REDONDOS COLORES	12	MINICADENA	1	REDES VOLEIBOL	1
CHURROS NORMALES	3	ORDENADOR DE SOBREMESA	1	RODILLERAS	>15
STICK HOCKEY PLÁSTICO	30	STEP AEROBIC	2	SILLAS	3

h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.

<i>Planes, programas y proyectos</i>	<i>Implicaciones de carácter general desde la materia</i>	<i>Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)</i>
Plan de Acogida	Juegos de carácter colaborativo	Primera semana de clase
Plan TIC	Manejo de diversas apps	En algunas unidades programadas.
Plan de Atención a la Diversidad	Uso de principios DUA	A lo largo de las unidades planteadas
Plan de Fomento de la Igualdad entre Hombres y Mujeres	Trabajo de principios coeducativos en las diferentes actividades planteadas.	A lo largo de las unidades planteadas

i) **Actividades complementarias y extraescolares.**

<i>Actividades complementarias y extraescolares</i>	<i>Breve descripción de la actividad</i>	<i>Temporalización (indicar la SA donde se realiza)</i>
Save the Children	Carrera solidaria	UD 2
Visita Club Petanqueros Valverdón	Iniciación a la petanca	UD 7
Parque multiaventura	Parque multiaventura	UD 10
Bautimos blancos		Enero-Febrero
Orientación por Vitigudino	Orientación	UD 10



j) Atención a las diferencias individuales del alumnado.

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Formas de representación</i>	<i>Formas de acción y expresión</i>	<i>Formas de implicación</i>
Uso de distintos canales de comunicación (visual, auditivo, kinestésico)	Adaptación de los tiempos o formas de ejecución en las actividades planteadas	Uso de vídeos o retos.

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Alumnado</i>	<i>Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa</i>	<i>Observaciones</i>
A	Elija un elemento.	
B	Elija un elemento.	
C	Elija un elemento.	
D	Elija un elemento.	

k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.

l) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

Siguiendo lo establecido en el **Apartado 5.11** de la Propuesta Curricular hablaremos de cuatro ítems que se presentan en la siguiente tabla:

INDICADORES DE EVALUACIÓN (QUÉ)	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN (CÓMO)	TEMPORALIZACIÓN (CUÁNDO)	AGENTE EVALUADOR (QUIÉN)
<ul style="list-style-type: none">- Elaboración de la PD- Contenido de la PF- Grado de cumplimiento- Revisión de la PA	<ul style="list-style-type: none">- Análisis- Observación- Grupos de discusión- Cuestionario- Diario del docente	<ul style="list-style-type: none">- 1er Trimestre- 2º Trimestre- 3er Trimestre	DOCENTE (Autoevaluación)



**Junta de
Castilla y León**
Consejería de Educación

Propuestas de mejora:

Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.
Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

Criterios de evaluación	Peso CE	Contenidos de materia	Contenidos transversales	Indicadores de logro	Peso IL	Instrumento de evaluación	Agentes
Realizar secuencias sencillas de actividades al concepto integral de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del estado de la propia realidad e interrelacionando los contenidos (STEM1, STEM5, CPSAA4)	3%	A, C.	CT12	1.1.1 Realiza las pruebas y actividades referentes a la condición física con el fin de conocer su nivel inicial.	3%	Guía de observación	Heteroevaluación
Incorporar con progresiva intensidad ejercicios de activación corporal y fuerza, interiorizando las rutinas prácticas motriz saludable y aplicando mecanismos subjetivos de control de la intensidad de esos ejercicios. (STEM5)	5%	A	CT 2	1.2.1 Realiza un calentamiento general de manera autónoma.	2,5%	Prueba escrita	Heteroevaluación
				1.2.2 Expone un calentamiento general con tres fases bien diferenciadas, adaptando las tareas o ejercicios en base a criterios de intensidad o complejidad.	2,5%	Prueba oral	Heteroevaluación
				1.2.3		Elija un elemento.	Elija un agente
Conocer en sus rutinas diarias los beneficios de una alimentación saludable, una hidratación adecuada, y actividades de ocio adaptando sus características personales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	3%	A	CT 12	1.3.1 Ubica los alimentos saludables y no saludables dentro de su dieta semanal.	1,5%	Guía de observación	Heteroevaluación
				1.3.2 Conoce cómo llevar a cabo hábitos posturales saludables en sus rutinas diarias	1,5%	Guía de observación	Heteroevaluación
Incorporar hábitos saludables en su vida cotidiana y cumplir las normas de higiene después de las sesiones motrices. (STEM5, CPSAA2)	4%	A	CT12	1.4.1 Se asea después de cada sesión	4%	Guía de observación	Heteroevaluación
Adoptar de manera responsable y autónoma medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, aprendiendo a reconocer los riesgos para actuar de manera adecuada. (STEM5, CPSAA2)	4%	A,B	CT12	1.5.1. Adopta normas de seguridad individuales y colectivas en las actividades planteadas.	4%	Guía de observación	Heteroevaluación
Conocer los protocolos de intervención ante situaciones de la práctica de actividad física y aplicar medidas básicas de primeros auxilios. (STEM2)	4%	B,C	CT12	1.6.1 Actúa correctamente en función de la situación de emergencia planteada, empleando para ello técnicas básicas de primeros auxilios.	3%	Prueba práctica	Heteroevaluación
					1%	Prueba práctica	Coevaluación
Identificar que ciertas prácticas y hábitos tienen un impacto en la salud y en la capacidad de reproducirlos, evitando aquellos nocivos o perjudiciales para el desarrollo físico. (STEM2, STEM5, CPSAA2)	3%	A,B	CT12	1.7.1. Reconoce conductas no saludables para la salud.	3%	Guía de observación	Heteroevaluación
Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, investigando y comunicando información y elaborando documentos. (STEM3, CD1, CD3, CPSAA4)	8%	A,B,D.	CT4	1.9.1 Usa dispositivos digitales para buscar información relevante	2%	Otro:	Heteroevaluación
				1.9.2 Emplea aplicaciones para elaborar trabajos propios	3%	Otro:	Heteroevaluación



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

Proyectos motores de carácter cooperativo o colaborativo, mecanismos para reconducir el trabajo, incluyendo estrategias de coevaluación tanto del proceso como del producto. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CE3)	7%	A,B,C,D,E,F	CT12	2.1.1 Es capaz de identificar sus propios errores y/o los de sus compañeros y pone estrategias para solventarlos	4%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Autoevaluación</i>
					3%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Coevaluación</i>
					0%	Elija un elemento.	Elija un elemento.
Actuar correctamente en contextos con una limitada incertidumbre, reglas básicas de toma de decisiones lúdicas, juegos modificados y vivas a partir de la anticipación, demandas motrices, a la compañero o de la compañera y de la (si la hubiera) y a la lógica interna reales o simulados de actuación, de las soluciones y los resultados. (STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	5%	A,B,C,D,E,F	CT11	2.2.1. Se desenvuelve correctamente en situaciones reales y modificadas empleando los recursos técnico-táctico pertinentes.	3%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>
					2%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Autoevaluación</i>
					0%	Elija un elemento.	Elija un elemento.
Control y dominio corporal al emplear cualitativos y cuantitativos de la manera eficiente y creativa, haciendo demandas de resolución de problemas motrices con progresiva autonomía. (CE2, CE3)	7%	A,B,,D,E,F	CT12	2.3.1. Emplea sus capacidades físicas básicas y perceptivo-motrices correctamente con el fin de solventar el problema propuesto.	4,5%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>
					2,5	<i>Prueba escrita</i>	<i>Coevaluación</i>
					0%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Autoevaluación</i>
Actuar en una gran variedad de situaciones diferentes características, mostrando esfuerzo y superación personal durante la realización de estas. (CPSAA1, CE2, CE3)	8%	A,B,,D,E,F	CT11	2.4.1. Se involucra en cada tarea, mostrando actitudes de esfuerzo y superación	4%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>
				2.4.2. Se relaciona el resto del grupo en las diferentes actividades planteadas.	3%	Elija un elemento.	Elija un elemento.
Actuar en una gran variedad de actividades con una competitividad desmedida y fortitud al asumir los roles de frente u otros. (CCL1, CPSAA1, CC3)	7%	A, B,D,E,F	CT11	3.1.1. Realiza las funciones asignadas a su rol.	5%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>
					2%	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>
					0%	Elija un elemento.	Elija un elemento.
Trabajar en la práctica de diferentes demandas motrices para alcanzar el logro personal, asumiendo distintos roles y habilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CEC3)	7%	A, B,C,D,E,F	CT11	3.2.1. Realiza las funciones asignadas a su rol.	2%	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>
					5%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>
Actuar con progresiva autonomía de expresión, comunicación en otras lenguas, resolución de conflictos y respeto ante la diversidad de género, afectivo-sexual, de origen étnico, socioeconómica o de discapacidad, mostrando una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones de cualquier tipo de violencia, el propio cuerpo y el de los demás. (CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CE3)	5%	A, B,C,D,E,F	CT11	3.3.1 Respeto al resto independientemente de sus características evitando estereotipos o cualquier tipo de violencia.	5%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>
						<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>



Participación en juegos motores y expresiones artístico-expresivas de la cultura castellana y leonesa recurriendo su conservación. (CC2, CCEC4)	5%	A,B,C,E.	CT12	4.1.1 Vivencia juegos populares-tradicionales propios de Castilla y León.	5%	Guía de observación	Heteroevaluación	
En diferentes actividades y expresiones según sus características y evitando los posibles estereotipos de actitud o los comportamientos asociados a dichas manifestaciones. (CCEC1, CCEC3, CCEC4)	3%	A,B,C,E.	CT11	4.2.1. Respeta al resto independientemente de sus características evitando estereotipos o cualquier tipo de violencia.	3%	Diario del profesor	Heteroevaluación	
						Registro anecdótico	Heteroevaluación	
Participación activamente en la creación y composiciones de expresión individuales o colectivas con y sin base o intencionadamente y con conciencia el cuerpo como herramienta de comunicación a través de diversas expresiones. (CC1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC4)	4%	A,B,C,D,E.	CT9	4.3.1 Crea una composición junto al resto de compañeros con soporte musical, empleando el cuerpo y el movimiento como recursos principales.	3%	Prueba práctica	Coevaluación	
						1%	Prueba práctica	Heteroevaluación
Práctica de actividades físico-deportivas en entornos terrestres o acuáticos, de manera sostenible, teniendo en cuenta el impacto ambiental que estas puedan tener. (STEM5, CC4, CE1, CE3)	4%	A,B,C,D,E,F.	CT12	5.1.1 Experimenta actividades en el entorno natural cercano, llevando a cabo acciones para preservarlo.		Guía de observación	Heteroevaluación	
Práctica de actividades físico-deportivas en entornos rural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)	4%	A,B,C,D,E,F.	CT12	5.2.1. Adopta normas de seguridad individuales y colectivas en las actividades planteadas en el entorno cercano.		Guía de observación	Heteroevaluación	

ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º DE ESO

A. Vida activa y saludable.

- A.1. Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura del *core* (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- A.2. Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. Desarrollo de actitudes preventivas.
- A.3. Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos



alimenticios. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- B.1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- B.3. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.7. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- C.1. 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. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación 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. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- C.2. 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.
- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica.
- C.5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- C.6. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- D.1. Gestión emocional: 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.
- D.2. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- D.3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes



contextos. Técnicas de interpretación.

- E.3. Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: Presencia y relevancia de figuras del deporte masculinas y femeninas.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour*, *skate* u otras manifestaciones similares).
- F.4. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.
- F.5. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- F.6. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.



ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO

CT1. La comprensión lectora.

CT2. La expresión oral y escrita.

CT3. La comunicación audiovisual.

CT4. La competencia digital.

CT5. El emprendimiento social y empresarial.

CT6. El fomento del espíritu crítico y científico.

CT7. La educación emocional y en valores.

CT8. La igualdad de género.

CT9. La creatividad

CT10. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.

CT11. Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.

CT12. Educación para la salud.

CT13. La formación estética.

CT14. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable.

CT15. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales.



IES RAMOS DEL MANZANO
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 2º ESO
2023-2024



**Junta de
Castilla y León**

Consejería de Educación



**Junta de
Castilla y León**

Consejería de Educación

Índice

a) Introducción: conceptualización y características de la materia.	3
b) Diseño de la evaluación inicial.	3
c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.	3
d) Metodología didáctica.	3
e) Secuencia de unidades temporales de programación.	4
f) En su caso, concreción de proyectos significativos.	4
g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.	4
h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.	7
i) Actividades complementarias y extraescolares.	7
j) Atención a las diferencias individuales del alumnado.	7
k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.	8
l) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.	8
ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 2º DE ESO.	14
ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO.	16



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 2º DE ESO

a) Introducción: conceptualización y características de la materia.

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del *Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.*

b) Diseño de la evaluación inicial.

<i>Crterios de evaluación</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Número de sesiones</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>Observaciones</i>
2.4.	<i>Guía de observación</i>	4	<i>Heteroevaluación</i>	
3.1. 3.2.	<i>Guía de observación</i>		<i>Heteroevaluación</i>	
4.2. 3.3.	<i>Guía de observación</i>		<i>Heteroevaluación</i>	

c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

d) Metodología didáctica

Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):

Se emplearán en la medida de lo posible estilos cognitivos como la resolución de problemas y el descubrimiento guiado, compaginados con estrategias del tipo global tanto de polarización de la atención como modificación de la situación real. Cuando la situación lo requiera haremos uso de algunos métodos más directivos como la asignación de tareas o el mando directo, empleando estrategias analíticas con el fin de descomponer la secuencia didáctica en pasos más sencillos para su aprendizaje.

Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:



Variarán desde individuales hasta pequeños o gran grupo, permitiendo que el alumnado asuma responsabilidades personales de manera autónoma y actúe de forma cooperativa en la resolución creativa del reto planteado.

e) Secuencia de unidades temporales de programación.

	<i>Título</i>	<i>Fechas y sesiones</i>
PRIMER TRIMESTRE	<i>SA 1: Juegos cooperativos</i>	4
	<i>SA 2: Calentamiento y desarrollo de CFB: Resistencia, velocidad y fuerza.</i>	9
	<i>SA 3: Habilidades motrices específicas y capacidades perceptivo-motrices</i>	6
	<i>SA 4: Deportes alternativos I</i>	5
SEGUNDO TRIMESTRE	<i>SA 5: Expresión corporal: mímica, y representaciones.</i>	7
	<i>SA 6: Primeros auxilios y Hábitos saludables.</i>	7
	<i>SA 7: Deportes alternativos II</i>	8
TERCER TRIMESTRE	<i>SA 8: Deportes colectivos</i>	10
	<i>SA 9: Juegos populares-tradicionales</i>	4
	<i>SA 10: Expresión corporal II: danzas y bailes</i>	5
	<i>SA 11: Orientación</i>	5

Esta temporalización es susceptible a cambios producidos por diversos factores como puede ser la modificación de sesiones por la adaptación al nivel del alumnado o por otros motivos (charlas, excursiones) o simplemente por la climatología al estar planteadas algunas para realizarlas bien en el entorno natural o bien en el patio

f) En su caso, concreción de proyectos significativos.

<i>Título</i>	<i>Temporalización por trimestres</i>	<i>Tipo de aprendizaje</i>	<i>Materia / Materias</i>
	Elija un elemento.	Elija un elemento.	
	Elija un elemento.	Elija un elemento.	
	Elija un elemento.	Elija un elemento.	

g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.

	<i>Editorial</i>	<i>Edición/ Proyecto</i>	<i>ISBN</i>



En su caso, <i>Libros de texto</i>			

	<i>Materiales</i>	<i>Recursos</i>
<i>Impresos</i>	Autoevaluaciones, coevaluaciones, fichas de registro, fichas/materiales didácticos	Artículos, apuntes, libros de EF disponibles en la biblioteca.
<i>Digitales e informáticos</i>	Apps con fines educativos (Office 365, Kahoot, Geocaching, Teams)	Vídeos, documentales y películas relacionadas con la materia. Plataforma TEAMS

Además, adjunto un listado de material disponible en el propio departamento para el desarrollo de las sesiones:

MATERIA L	Nº	MATERIA L	Nº	MATERIAL	Nº
ALTÍMETROS	2	CHURROS PISCINA CORTADOS	2 3	PALA PÁDEL INICIACIÓN	1
AROS	16	CINTA ELÁSTICA	1	PALAS DE TELA	10
BALONES BALONM ANO TALLA PEQUEÑA	3	CINTUROS RUGBY TAG	2 2	PALAS PROPAGANDA	10
BALONES DE BALONCE STO	30	COLCHON ETAS	1 0	PALOS REDES	2
BALONES DE BALONM ANO	5	COMBAS	X	PELOTA KINBALL/BIG VOLEY	1
BALONES DE VOLEIBOL	30	COMPRES OR	1	PELOTAS DE COLORES	4 JUE GOS



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

BALONES FÚTBOL SALA	2	CONOS NARANJAS	23	PELOTAS GOMA ESPUMA MEDIANAS	2
BALONES MEDICINALES 2KG	4	CONOS VERDES	18	PELOTAS VARIAS	X
BALONES MEDICINALES 3KG	5	CONTRAPESOS	2	PELTOAS DE GIMNASIA	>35
BALONES PROPAGANDA	X	DIANAS DE DARDOS	6	PELTOAS GOMAESPUMA PEQUEÑAS	12
BANCOS SUECOS	15	STICK HOCKEY PLÁSTICO	30	PETOS AZUL-ROJO	X
BASES PICAS	3	ESTERILLAS	30	PETOS, ROPA...	X
BATE MADERA	1	FITBALL	1	PICAS DE MADERA	6
BATES DE GOMA	2	GOMAS ELÁSTICAS AMARILLAS	X	PIZARRA + BORRADOR	1
BOLA DE LANZAMIENTO DE PESO	1	JABALINAS	4	PORTERÍAS FÚTBOL SALA	2
BRÚJULAS	10	LIBROS EF	X	QUITAMIETOS	2
BRÚJULAS GRANDES	6	MESA PROFESOR + SILLA	1	RAQUETAS BÁDMINTON	32
CHINOS	1 JUEGO	MESAS	3	REDES BÁDMINTON	2
CHINOS REDONDOS COLORES	12	MINICADENA	1	REDES VOLEIBOL	1



CHURROS NORMALES	3	ORDENADOR DE SOBREMESA	1	RODILLERAS	>15
STICK HOCKEY PLÁSTICO	30	STEP AEROBIC	2	SILLAS	3

h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.

<i>Planes, programas y proyectos</i>	<i>Implicaciones de carácter general desde la materia</i>	<i>Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)</i>
Plan de Acogida	Juegos de carácter colaborativo	Primera semana de clase
Plan TIC	Manejo de diversas apps	En algunas unidades programadas.
Plan de Atención a la Diversidad	Uso de principios DUA	A lo largo de las unidades planteadas
Plan de Fomento de la Igualdad entre Hombres y Mujeres	Trabajo de principios coeducativos en las diferentes actividades planteadas.	A lo largo de las unidades planteadas

i) Actividades complementarias y extraescolares.

<i>Actividades complementarias y extraescolares</i>	<i>Breve descripción de la actividad</i>	<i>Temporalización (indicar la SA donde se realiza)</i>
Save the Children	Carrera solidaria	2
Visita Club Petanqueros Valverdón	Iniciación a la petanca	9
Actividades en la naturaleza en el anillo.	Parque multiaventura	11
Bautimos blancos		Enero-Febrero-Marzo
Orientación por Vitigudino	Orientación	11

j) Atención a las diferencias individuales del alumnado.



1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Formas de representación</i>	<i>Formas de acción y expresión</i>	<i>Formas de implicación</i>
Uso de distintos canales de comunicación (visual, auditivo, kinestésico)	Adaptación de los tiempos o formas de ejecución en las actividades planteadas	Uso de vídeos o retos.

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Alumnado</i>	<i>Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa</i>	<i>Observaciones</i>
A	Elija un elemento.	
B	Elija un elemento.	
C	Elija un elemento.	
D	Elija un elemento.	

k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.

l) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

Siguiendo lo establecido en el **Apartado 5.11** de la Propuesta Curricular hablaremos de cuatro ítems que se presentan en la siguiente tabla:

INDICADORES DE EVALUACIÓN (QUÉ)	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN (CÓMO)	TEMPORALIZACIÓN (CUÁNDO)	AGENTE EVALUADOR (QUIÉN)
<ul style="list-style-type: none"> - Elaboración de la PD - Contenido de la PF - Grado de cumplimiento - Revisión de la PA 	<ul style="list-style-type: none"> - Análisis - Observación - Grupos de discusión - Cuestionario - Diario del docente 	<ul style="list-style-type: none"> - 1er Trimestre - 2º Trimestre - 3er Trimestre 	DOCENTE (Autoevaluación)



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Peso CE</i>	<i>Contenidos de materia</i>	<i>Contenidos transversales</i>	<i>Indicadores de logro</i>	<i>Peso IL</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>SA</i>
1.1 Organizar y complementar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	3%	A, C.	CT12	1.1.1 Realiza las pruebas y actividades referentes a la condición física con el fin de conocer su nivel inicial.	3%	Guía de observación	Heteroevaluación	2
1.2 Incorporar con autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos variados de control de la intensidad de las actividades. (STEM1, STEM5)	5%	A	CT 2	1.2.1 Realiza un calentamiento general de manera autónoma.	1,5%	Prueba escrita	Heteroevaluación	2
				1.2.2 Expone un calentamiento general con tres fases bien diferenciadas, adaptando las tareas o ejercicios en base a criterios de intensidad o complejidad.	3,5%	Prueba oral	Heteroevaluación	2
1.3 Empezar a introducir en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	3%	A	CT 12	1.3.1 Ubica los alimentos saludables y no saludables dentro de su dieta semanal.	1,5%	Guía de observación	Heteroevaluación	5
				1.3.2 Conoce cómo llevar a cabo hábitos posturales saludables en sus rutinas diarias	1,5%	Guía de observación	Heteroevaluación	5
1.4 Incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)	4%	A	CT12	1.4.1 Se asea después de cada sesión	4%	Guía de observación	Heteroevaluación	
1.5 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de	4%	A,B	CT12	1.5.1. Adopta normas de seguridad individuales y	4%	Guía de observación	Heteroevaluación	1,2,3, 10



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)				colectivas en las actividades planteadas.				
1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	4%	B,C	CT12	1.6.1 Actúa correctamente en función de la situación de emergencia planteada, empleando para ello técnicas básicas de primeros auxilios.	3%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
					1%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Coevaluación</i>	
1.7 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)	3%	A,B	CT12	1.7.1. Analiza por qué ciertas conductas no son saludables para la salud.	1%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	5
				1.7.2 Crea una infografía exponiendo los motivos por lo que esas conductas son contraproducentes para la salud.	2%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando, seleccionando y comunicando información relevante, elaborando documentos propios y haciendo exposiciones y argumentaciones de estos. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	8%	A,B,D.	CT4	1.9.1 Usa dispositivos digitales para buscar información relevante	2%	<i>Otro:</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2,3,4,5,7,9,10
				1.9.2 Emplea aplicaciones para elaborar trabajos propios	3%	<i>Otro:</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2,5,7,9
2.1 Desarrollar de manera progresivamente autónoma 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. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)	7%	A,B,C,D,E,F	CT12	2.1.1 Es capaz de identificar sus propios errores y/o los de sus compañeros y pone estrategias para solventarlos	4%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Autoevaluación</i>	1,2,3,5,6,8,9.
				2.1.2	3%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Coevaluación</i>	
				2.1.3	0%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Autoevaluación</i>	



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 o de la compañera 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. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	5%	A,B,C,D,E,F	CT11	2.2.1. Se desenvuelve correctamente en situaciones reales y modificadas de los deportes planteados, empleando los recursos técnico-táctico pertinentes.	3%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	6,8.
					2%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Coevaluación</i>	
					0%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Autoevaluación</i>	
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. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	7%	A,B,,D,E,F	CT12	2.3.1. Adapta sus capacidades físicas básicas y perceptivo-motrices correctamente con el fin de solventar el problema propuesto.	4,5%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2,3.
					2,5	<i>Prueba escrita</i>	<i>Coevaluación</i>	
					0%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Autoevaluación</i>	
2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades. (CPSAA1, CE2, CE3)	8%	A,B,,D,E,F	CT11	2.4.1. Se involucra en cada tarea, mostrando actitudes de esfuerzo y superación	4%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	Todas
				2.4.2. Se relaciona el resto del grupo en las diferentes actividades planteadas.	3%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
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. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	7%	A, B,D,E,F	CT11	3.1.1. Realiza las funciones asignadas a su rol.	5%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	3,6,8.
					2%	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>	
					0%	<i>Guía de observación</i>	<i>Autoevaluación</i>	
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro	7%	A, B,C,D,E,F	CT11	3.2.1. Realiza las funciones asignadas a su rol.	4%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	3,6,8.



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)					3%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Coevaluación</i>	
3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	5%	A, B,C,D,E,F	CT11	3.3.1 Respeto al resto independientemente de sus características evitando estereotipos o cualquier tipo de violencia.	5%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
						<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. (CC2, CC3, CEC1, CCEC3, CCEC4)	5%	A,B,C,E.	CT12	4.1.1 Vivencia juegos populares-tradicionales propios de Castilla y León.	5%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	7
4.2 Experimentar y 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. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	3%	A,B,C,E.	CT11	4.2.1. Respeto al resto independientemente de sus características evitando estereotipos o cualquier tipo de violencia.	3%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
						<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	



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 autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	4%	A,B,C,D,E.	CT9	4.3.1 Crea una composición junto al resto de compañeros con soporte musical, empleando el cuerpo y el movimiento como recursos principales.	1,5%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Coevaluación</i>	4,9.
					2,5	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
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. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	4%	A,B,C,D,E,F.	CT12	5.1.1 Lleva a cabo actividades en el entorno natural cercano, llevando a cabo acciones para preservarlo.	4%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	3,11
5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)	4%	A,B,C,D,E,F.	CT12	5.2.1. Adopta normas de seguridad individuales y colectivas en las actividades planteadas en el entorno cercano.		<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	1,2,3, 10



ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 2º DE ESO

A. Vida activa y saludable.

- A.1. Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias, de relajación y su aplicación. Musculatura del *core* (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento y su relación con el mantenimiento de la postura. Reconocimiento de posturas incorrectas propias y su corrección. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- A.2. Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. Desarrollo de actitudes preventivas.
- A.3. Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- B.1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- B.3. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación y coevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.7. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- C.1. 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. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación 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. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- C.2. 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.
- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su



aplicación práctica.

- C.5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- C.6. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- D.1. Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. 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.
- D.2. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- D.3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación y dramatización.
- E.3. Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos, etc.).
- E.5. Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour*, *skate* u otras manifestaciones similares).
- F.4. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.
- F.5. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- F.6. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.



ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO

CT1. La comprensión lectora.

CT2. La expresión oral y escrita.

CT3. La comunicación audiovisual.

CT4. La competencia digital.

CT5. El emprendimiento social y empresarial.

CT6. El fomento del espíritu crítico y científico.

CT7. La educación emocional y en valores.

CT8. La igualdad de género.

CT9. La creatividad

CT10. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.

CT11. Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.

CT12. Educación para la salud.

CT13. La formación estética.

CT14. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable.

CT15. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales.



IES RAMOS DEL MANZANO
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 3º ESO
2023-2024



Índice

a) Introducción: conceptualización y características de la materia.....	3
b) Diseño de la evaluación inicial.....	3
Observaciones.....	3
c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.....	3
d) Metodología didáctica.....	3
e) Secuencia de unidades temporales de programación.....	4
f) En su caso, concreción de proyectos significativos.....	4
g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.....	4
h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.....	7
i) Actividades complementarias y extraescolares.....	7
j) Atención a las diferencias individuales del alumnado.....	7
k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.....	8
l) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.....	8
ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 3º DE ESO.....	14
ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO.....	16



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 3º DE ESO

a) Introducción: conceptualización y características de la materia.

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del *Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.*

b) Diseño de la evaluación inicial.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Número de sesiones</i>	<i>Agente evaluador</i>	Observaciones
2.4.	<i>Guía de observación</i>	4	<i>Heteroevaluación</i>	
3.1. 3.2.	<i>Guía de observación</i>		<i>Heteroevaluación</i>	
4.2. 3.3.	<i>Guía de observación</i>		<i>Heteroevaluación</i>	

c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

d) Metodología didáctica.

Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):

Se emplearán en la medida de lo posible estilos cognitivos como la resolución de problemas y el descubrimiento guiado, compaginados con estrategias del tipo global tanto de polarización de la atención como modificación de la situación real. Cuando la situación lo requiera haremos uso de algunos métodos más directivos como la asignación de tareas o el mando directo, empleando estrategias analíticas con el fin de descomponer la secuencia didáctica en pasos más sencillos para su aprendizaje.



Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:

Variarán desde individuales hasta pequeños o gran grupo, permitiendo que el alumnado asuma responsabilidades personales de manera autónoma y actúe de forma cooperativa en la resolución creativa del reto planteado.

e) Secuencia de unidades temporales de programación.

	Título	Fechas y sesiones
PRIMER TRIMESTRE	<i>SA 1: Juegos cooperativos</i>	4
	<i>SA 2: Calentamiento general y específico y habilidades motrices específicas</i>	11
	<i>SA 3: Capacidades físicas básicas: métodos entrenamiento</i>	9
SEGUNDO TRIMESTRE	<i>SA 4: Expresión corporal: mímica y representaciones.</i>	4
	<i>SA 5: Primeros auxilios y soporte vital básico. Alimentación y nutrición saludable.</i>	4
	<i>SA 6: Acrosport</i>	6
	<i>SA 7: Deportes alternativos I</i>	8
TERCER TRIMESTRE	<i>SA 8: Ritmo y expresión: coreografías</i>	8
	<i>SA 9: Deportes colectivos.</i>	7
	<i>SA 10: Juegos y deportes alternativos</i>	5
	<i>SA 11: Actividades en el medio natural: orientación y senderismo</i>	4

f) En su caso, concreción de proyectos significativos.

Título	Temporalización por trimestres	Tipo de aprendizaje	Materia / Materias
	Elija un elemento.	Elija un elemento.	
	Elija un elemento.	Elija un elemento.	
	Elija un elemento.	Elija un elemento.	

g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.



En su caso, Libros de texto	<i>Editorial</i>	<i>Edición/ Proyecto</i>	<i>ISBN</i>

	<i>Materiales</i>	<i>Recursos</i>
<i>Impresos</i>	Autoevaluaciones, coevaluaciones, fichas de registro, fichas/materiales didácticos	Artículos, apuntes, libros de EF disponibles en la biblioteca.
<i>Digitales e informáticos</i>	Apps con fines educativos (Office 365, Kahoot, Geocaching, Teams)	Videos, documentales y películas relacionadas con la materia. Plataforma TEAMS

Además, adjunto un listado de material disponible en el propio departamento para el desarrollo de las sesiones:

MATERIA L	Nº	MATERIA L	Nº	MATERIA L	Nº
ALTÍMETROS	2	CHURROS PISCINA CORTADOS	2 3	PALA PÁDEL INICIACIÓN	1
AROS	16	CINTA ELÁSTICA	1	PALAS DE TELA	10
BALONES BALONM ANO TALLA PEQUEÑA	3	CINTUROS RUGBY TAG	2 2	PALAS PROPAGANDA	10
BALONES DE BALONCE STO	30	COLCHON ETAS	1 0	PALOS REDES	2
BALONES DE BALONM ANO	5	COMBAS	X	PELOTA KINBALL/BIG VOLEY	1
BALONES DE VOLEIBOL	30	COMPRESOR	1	PELOTAS DE COLORES	4 JUEGOS



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

BALONES FÚTBOL SALA	2	CONOS NARANJAS	23	PELOTAS GOMA ESPUMA MEDIANAS	2
BALONES MEDICINALES 2KG	4	CONOS VERDES	18	PELOTAS VARIAS	X
BALONES MEDICINALES 3KG	5	CONTRAPESOS	2	PELTOAS DE GIMNASIA	>35
BALONES PROPAGANDA	X	DIANAS DE DARDOS	6	PELTOAS GOMAESPUMA PEQUEÑAS	12
BANCOS SUECOS	15	STICK HOCKEY PLÁSTICO	30	PETOS AZUL-ROJO	X
BASES PICAS	3	ESTERILLAS	30	PETOS, ROPA...	X
BATE MADERA	1	FITBALL	1	PICAS DE MADERA	6
BATES DE GOMA	2	GOMAS ELÁSTICAS AMARILLAS	X	PIZARRA + BORRADOR	1
BOLA DE LANZAMIENTO DE PESO	1	JABALINAS	4	PORTERÍAS FÚTBOL SALA	2
BRÚJULAS	10	LIBROS EF	X	QUITAMIETOS	2
BRÚJULAS GRANDES	6	MESA PROFESOR + SILLA	1	RAQUETAS BÁDMINTON	32
CHINOS	1 JUEGO	MESAS	3	REDES BÁDMINTON	2
CHINOS REDONDOS COLORES	12	MINICADENA	1	REDES VOLEIBOL	1



CHURROS NORMALES	3	ORDENADOR DE SOBREMESA	1	RODILLERAS	>15
STICK HOCKEY PLÁSTICO	30	STEP AEROBIC	2	SILLAS	3

h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.

<i>Planes, programas y proyectos</i>	<i>Implicaciones de carácter general desde la materia</i>	<i>Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)</i>
Plan TIC	Manejo de diversas apps	En algunas unidades programadas.
Plan de Atención a la Diversidad	Uso de principios DUA	A lo largo de las unidades planteadas
Plan de Fomento de la Igualdad entre Hombres y Mujeres	Trabajo de principios coeducativos en las diferentes actividades planteadas.	A lo largo de las unidades planteadas

i) Actividades complementarias y extraescolares

<i>Actividades complementarias y extraescolares</i>	<i>Breve descripción de la actividad</i>	<i>Temporalización (indicar la SA donde se realiza)</i>
Save the Children	Carrera solidaria	UD 2
Orientación por Vitigudino	Orientación en parques cercanos del municipio	UD 10
Patinaje sobre hielo	Visita práctica	1º Trimestre.
Rutas senderistas Vitigudino Sostenible- Fuente del Cojonudo-Majuges	Ruta senderista	SA 10

j) Atención a las diferencias individuales del alumnado.

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:



<i>Formas de representación</i>	<i>Formas de acción y expresión</i>	<i>Formas de implicación</i>
Uso de distintos canales de comunicación (visual, auditivo, kinestésico)	Adaptación de los tiempos o formas de ejecución en las actividades planteadas	Uso de vídeos o retos.

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Alumnado</i>	<i>Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa</i>	<i>Observaciones</i>
A	Elija un elemento.	
B	Elija un elemento.	
C	Elija un elemento.	
D	Elija un elemento.	

k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.

l) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

Siguiendo lo establecido en el **Apartado 5.11** de la Propuesta Curricular hablaremos de cuatro ítems que se presentan en la siguiente tabla:

INDICADORES DE EVALUACIÓN (QUÉ)	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN (CÓMO)	TEMPORALIZACIÓN (CUÁNDO)	AGENTE EVALUADOR (QUIÉN)
<ul style="list-style-type: none"> - Elaboración de la PD - Contenido de la PF - Grado de cumplimiento - Revisión de la PA 	<ul style="list-style-type: none"> - Análisis - Observación - Grupos de discusión - Cuestionario - Diario del docente 	<ul style="list-style-type: none"> - 1er Trimestre - 2º Trimestre - 3er Trimestre 	DOCENTE (Autoevaluación)

Propuestas de mejora:



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

Criterios de evaluación	Peso CE	Contenidos de materia	Contenidos transversales	Indicadores de logro	Peso IL	Instrumento de evaluación	Agente evaluador	SA
1.1 Autorregular la práctica organizada de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	3%	A,C	CT12	1.1.1 <i>Aplica los métodos de entrenamiento para la mejora de las capacidades físicas básicas.</i>	3%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	3
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	5%	A	CT 2	1.2.1 Realiza un calentamiento específico de un deporte en concreto de manera autónoma	2%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2%
				1.2.2. <i>Dirige un calentamiento general y específico aplicado a un deporte en concreto, adaptando las tareas o ejercicios en base a criterios de intensidad o complejidad.</i>	3%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
1.3 Introducir en sus rutinas diarias el desarrollo de una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	3%	A	CT 12	1.3.1 Realiza una dieta semanal con una distribución de macronutrientes correcta.	3%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	5
1.4 Comenzar a adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)	4%	A	CT12	1.4.1 Se asea después de cada sesión		<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	Todas



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

1.5 Empezar a 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. (STEM5, CPSAA2)	4%	A,B	CT12	1.5.1 Adopta normas de seguridad individuales y colectivas en las actividades planteadas.		Guía de observación	Heteroevaluación	1,2,3,10.
1.6 Conocer los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	4%	B,C	CT12	1.6.1 Actúa correctamente en función de la situación de emergencia planteada, empleando para ello técnicas básicas de primeros auxilios	3%	Prueba práctica	Heteroevaluación	5
					1%	Prueba práctica	Coevaluación	
1.7 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 cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)	3%	A,B	CT12	1.7.1 Crea un póster referente a una práctica que pone en riesgo su salud.	1,5%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	5
				1.7.2. Explica la información contenida en un póster referente a una práctica que pone en riesgo su salud.	1,5%	Prueba oral	Heteroevaluación	5
1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	8%	A,B,D.	CT4	1.9.1. Usa dispositivos digitales para buscar información relevante	2%	Otro:	Heteroevaluación	2,3,4,5,8,10
				1.9.2. Emplea aplicaciones para elaborar trabajos propios	3%	Otro:	Heteroevaluación	2,5,8
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	7%	A,B,C,D,E,F	CT12	2.1.1. Es capaz de identificar sus propios errores y/o los de	4%	Prueba práctica	Heteroevaluación	1,2,3,5,7,9,10.
					3%	Prueba práctica	Coevaluación	



autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)				sus compañeros y pone estrategias para solventarlos	0%	<i>Guía de observación</i>	<i>Autoevaluación</i>	
2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	7%	A,B,C,D,E,F	CT11	2.2.1. Se desenvuelve correctamente en situaciones reales y modificadas empleando los recursos técnico-táctico pertinentes.	4%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	7,9,10.
					3%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Coevaluación</i>	
					0%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Autoevaluación</i>	
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. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	5%	A,B,,D,E,F	CT12	2.3.1. Emplea sus capacidades físicas básicas y perceptivo-motrices correctamente con el fin de solventar el problema propuesto.	3%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2,3.
					2%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Coevaluación</i>	
					0%	<i>Guía de observación</i>	<i>Autoevaluación</i>	
2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades y valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)	8%	A,B,,D,E,F	CT11	2.4.1. Se involucra en cada tarea, mostrando actitudes de esfuerzo y superación	4%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	Todas
				2.4.2. Se relaciona con el resto del grupo en las diferentes actividades planteadas.	4%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	Todas
3.1 Practicar y colaborar 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,	7%	A, B,D,E,F	CT11	3.1.1 Realiza las funciones asignadas a su rol.	5%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	3,7,9.
					2%	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>	



participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)					0%	<i>Guía de observación</i>	<i>Autoevaluación</i>	
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con progresiva autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	7%	A, B,C,D,E,F	CT11	3.2.1. Realiza las funciones asignadas a su rol.	5%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	3,7,9.
					2%	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>	
					0%	<i>Guía de observación</i>	<i>Autoevaluación</i>	
3.3 Relacionarse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica 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. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	7%	A, B,C,D,E,F	CT11	3.3.1. Respeta al resto independientemente de sus características evitando estereotipos o cualquier tipo de violencia.	5%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	Todas
			<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>				
4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes y evolución. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	3%	A,B,C,E.	CT12	4.1.1 Vivencia juegos populares-tradicionales propios de Castilla y León.	5%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	10



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. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	3%	A,B,C,E.	CT11	4.2.1 Respeto al resto independientemente de sus características evitando estereotipos o cualquier tipo de violencia.	3%	Diario del profesor	Heteroevaluación	Todas
						Registro anecdótico	Heteroevaluación	
4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	4%	A,B,C,D,E.	CT9	4.3.1. Crea una composición junto al resto de compañeros con soporte musical, empleando el cuerpo y el movimiento como recursos principales.	3%	Prueba práctica	Heteroevaluación	4,8.
						Prueba práctica	Coevaluación	
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 dirigidas a la conservación de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	4%	A,B,C,D,E,F.	CT12	5.1.1. Experimenta actividades en el entorno natural cercano, llevando a cabo acciones para preservarlo.	4%	Guía de observación	Heteroevaluación	,3,10.
5.2 Organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)	4%	A,B,C,D,E,F.	CT12	5.2.1. Adopta normas de seguridad individuales y colectivas en las actividades planteadas en el entorno cercano.	4%	Guía de observación	Heteroevaluación	1,2,3,10.

Opcional



ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 3º DE ESO

A. Vida activa y saludable.

- A.1. Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación del entrenamiento. Alimentación saludable. Balance energético y actividad física. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.
- A.2. Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte.
- A.3. Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- B.1. 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.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo convencional y autoconstruido.
- B.3. Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.7. Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- C.1. Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: identificación y corrección de errores comunes.
- C.5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles.
- C.6. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- D.1. Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- D.2. Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- D.3. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- E.3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (*crossfit*, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares).
- F.4. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
- F.5. Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- F.6. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.



ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO

CT1. La comprensión lectora.

CT2. La expresión oral y escrita.

CT3. La comunicación audiovisual.

CT4. La competencia digital.

CT5. El emprendimiento social y empresarial.

CT6. El fomento del espíritu crítico y científico.

CT7. La educación emocional y en valores.

CT8. La igualdad de género.

CT9. La creatividad

CT10. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.

CT11. Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.

CT12. Educación para la salud.

CT13. La formación estética.

CT14. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable.

CT15. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales.



IES RAMOS DEL MANZANO
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 4º ESO
2023-2024



**Junta de
Castilla y León**

Consejería de Educación



**Junta de
Castilla y León**

Consejería de Educación

Índice

a) Introducción: conceptualización y características de la materia.....	3
b) Diseño de la evaluación inicial.....	3
c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.....	3
d) Metodología didáctica.....	3
e) Secuencia de unidades temporales de programación.....	4
f) En su caso, concreción de proyectos significativos.....	4
g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.....	4
h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.....	7
a) Actividades complementarias y extraescolares.....	7
b) Atención a las diferencias individuales del alumnado.....	7
k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.....	8
l) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.....	8
ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 4º DE ESO.....	15
ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO.....	17



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 4º DE ESO

a) Introducción: conceptualización y características de la materia.

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del *Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.*

b) Diseño de la evaluación inicial.

Crterios de evaluación	Instrumento de evaluación	Número de sesiones	Agente evaluador	Observaciones
2.4.	Guía de observación	4	Heteroevaluación	
3.1. 3.2.	Guía de observación		Heteroevaluación	
4.2. 3.3.	Guía de observación		Heteroevaluación	

c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

d) Metodología didáctica.

Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):

Se emplearán en la medida de lo posible estilos cognitivos como la resolución de problemas y el descubrimiento guiado, compaginados con estrategias del tipo global tanto de polarización de la atención como modificación de la situación real. Cuando la situación lo requiera haremos uso de algunos métodos más directivos como la asignación de tareas o el mando directo, empleando estrategias analíticas con el fin de descomponer la secuencia didáctica en pasos más sencillos para su aprendizaje.

Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:



e) Secuencia de unidades temporales de programación.

	Título	Fechas y sesiones
PRIMER TRIMESTRE	SA 1: Juegos cooperativos	4
	SA 2: Calentamiento general y específico.	11
	SA 3: Capacidades físicas básicas: métodos entrenamiento	9
SEGUNDO TRIMESTRE	SA 4: Expresión corporal: mímica y representaciones.	4
	SA 5: Primeros auxilios y soporte vital básico. Alimentación y nutrición saludable.	4
	SA 6: Acrosport	6
	SA 7: Deportes alternativos I	8
	SA 8: Ritmo y expresión: coreografías	8
TERCER TRIMESTRE	SA 9: Deportes colectivo y adaptado.	7
	SA 10: Juegos y deportes alternativos	5
	SA 11: Actividades en el medio natural: orientación y senderismo	4

f) En su caso, concreción de proyectos significativos.

Título	Temporalización por trimestres	Tipo de aprendizaje	Materia / Materias
	Elija un elemento.	Elija un elemento.	
	Elija un elemento.	Elija un elemento.	
	Elija un elemento.	Elija un elemento.	

g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.

	Editorial	Edición/ Proyecto	ISBN
En su caso, Libros de texto			

Materiales	Recursos



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

<i>Impresos</i>	Autoevaluaciones, coevaluaciones, fichas de registro, fichas/materiales didácticos	Artículos, apuntes, libros de EF disponibles en la biblioteca.
<i>Digitales e informáticos</i>	Apps con fines educativos (Office 365, Kahoot, Geocaching, Teams)	Vídeos, documentales y películas relacionadas con la materia. Plataforma TEAMS

Además, adjunto un listado de material disponible en el propio departamento para el desarrollo de las sesiones:

MATERIA L	Nº	MATERIA L	Nº	MATERIAL	Nº
ALTÍMETROS	2	CHURROS PISCINA CORTADOS	23	PALA PÁDEL INICIACIÓN	1
AROS	16	CINTA ELÁSTICA	1	PALAS DE TELA	10
BALONES BALONM ANO TALLA PEQUEÑA	3	CINTUROS RUGBY TAG	22	PALAS PROPAGANDA	10
BALONES DE BALONCE STO	30	COLCHON ETAS	10	PALOS REDES	2
BALONES DE BALONM ANO	5	COMBAS	X	PELOTA KINBALL/BIG VOLEY	1
BALONES DE VOLEIBOL	30	COMPRESOR	1	PELOTAS DE COLORES	4 JUEGOS
BALONES FÚTBOL SALA	2	CONOS NARANJAS	23	PELOTAS GOMA ESPUMA MEDIANAS	2
BALONES MEDICINALES 2KG	4	CONOS VERDES	18	PELOTAS VARIAS	X
BALONES MEDICINALES 3KG	5	CONTRAPESOS	2	PELTOAS DE GIMNASIA	>35



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

BALONES PROPAGANDA	X	DIANAS DE DARDOS	6	PELTOAS GOMAESPUMA PEQUEÑAS	12
BANCOS SUECOS	15	STICK HOCKEY PLÁSTICO	30	PETOS AZUL-ROJO	X
BASES PICAS	3	ESTERILLAS	30	PETOS, ROPA...	X
BATE MADERA	1	FITBALL	1	PICAS DE MADERA	6
BATES DE GOMA	2	GOMAS ELÁSTICAS AMARILLAS	X	PIZARRA + BORRADOR	1
BOLA DE LANZAMIENTO DE PESO	1	JABALINAS	4	PORTERÍAS FÚTBOL SALA	2
BRÚJULAS	10	LIBROS EF	X	QUITAMIETOS	2
BRÚJULAS GRANDES	6	MESA PROFESOR + SILLA	1	RAQUETAS BÁDMINTON	32
CHINOS	1 JUEGO	MESAS	3	REDES BÁDMINTON	2
CHINOS REDONDOS COLORES	12	MINICADENA	1	REDES VOLEIBOL	1
CHURROS NORMALES	3	ORDENADOR DE SOBREMESA	1	RODILLERAS	>15
STICK HOCKEY PLÁSTICO	30	STEP AEROBIC	2	SILLAS	3



h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.

Planes, programas y proyectos	Implicaciones de carácter general desde la materia	Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)
Plan TIC	Manejo de diversas apps	En algunas unidades programadas.
Plan de Atención a la Diversidad	Uso de principios DUA	A lo largo de las unidades planteadas
Plan de Fomento de la Igualdad entre Hombres y Mujeres	Trabajo de principios coeducativos en las diferentes actividades planteadas.	A lo largo de las unidades planteadas

a) Actividades complementarias y extraescolares.

Actividades complementarias y extraescolares	Breve descripción de la actividad	Temporalización (indicar la SA donde se realiza)
Patinaje sobre hielo	Visita práctica	1º Trimestre.
Visita a la caja mágica	Visita práctica	2º trimestre
Orientación por Vitigudino	Orientación en parques cercanos del municipio	3º trimestre
Rutas senderistas Vitigudino Sostenible- Fuente del Cojonudo-Majuges	Ruta senderista	3º trimestre

b) Atención a las diferencias individuales del alumnado.

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

Formas de representación	Formas de acción y expresión	Formas de implicación
Uso de distintos canales de comunicación (visual, auditivo, kinestésico)	Adaptación de los tiempos o formas de ejecución en las actividades planteadas	Uso de vídeos o retos.

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

Alumnado	Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa	Observaciones
A	Elija un elemento.	
B	Elija un elemento.	



C	Elija un elemento.	
D	Elija un elemento.	

k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.

l) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

Siguiendo lo establecido en el **Apartado 5.11** de la Propuesta Curricular hablaremos de cuatro ítems que se presentan en la siguiente tabla:

INDICADORES DE EVALUACIÓN (QUÉ)	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN (CÓMO)	TEMPORALIZACIÓN (CUÁNDO)	AGENTE EVALUADOR (QUIÉN)
<ul style="list-style-type: none">- Elaboración de la PD- Contenido de la PF- Grado de cumplimiento- Revisión de la PA	<ul style="list-style-type: none">- Análisis- Observación- Grupos de discusión- Cuestionario- Diario del docente	<ul style="list-style-type: none">- 1er Trimestre- 2º Trimestre- 3er Trimestre	DOCENTE (Autoevaluación)

Propuestas de mejora:



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Peso CE</i>	<i>Contenidos de materia</i>	<i>Contenidos transversales</i>	<i>Indicadores de logro</i>	<i>Peso IL</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>SA</i>
1.1 Planificar y autorregular la actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	3%	A,C	CT12	1.1.1 <i>Aplica los métodos de entrenamiento para la mejora de las capacidades físicas básicas.</i>	3%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	3
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, específicos a la actividad realizada posteriormente y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	5%	A	CT 2	1.2.1 Realiza un calentamiento específico de un deporte en concreto de manera autónoma	2%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2
				1.2.2. <i>Dirige un calentamiento general y específico aplicado a un deporte en concreto, adaptando las tareas o ejercicios en base a criterios de intensidad o complejidad.</i>	3%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
1.3 Incorporar en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	3%	A	CT 12	1.3.1 Realiza una dieta semanal con una distribución de macronutrientes correcta.	3%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2
1.4 Adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)	4%	A	CT12	1.4.1 Se asea después de cada sesión		<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>



1.5 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. (STEM5, CPSAA2)	4%	A,B	CT12	1.5.1 Adopta normas de seguridad individuales y colectivas en las actividades planteadas.		Guía de observación	Heteroevaluación	1,2,3,6,11.
1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	4%	B,C	CT12	1.6.1 Actúa correctamente en función de la situación de emergencia planteada, empleando para ello técnicas básicas de primeros auxilios	3%	Prueba práctica	Heteroevaluación	5
					1%	Prueba práctica	Coevaluación	
1.7 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. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)	3%	A,B	CT12	1.7.1 Crea un póster referente a una práctica que pone en riesgo su salud.	1,5%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	5
				1.7.2. Explica la información contenida en un póster referente a una práctica que pone en riesgo su salud.	1,5%	Prueba oral	Heteroevaluación	5
				1.7.3		Elija un elemento.	Elija un elemento.	
1.8 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	8%	A, B, D.	CT4	1.9.1. Usa dispositivos digitales para buscar información relevante	2%	Otro:	Heteroevaluación	2,3,4,5,8,11
				1.9.2. Emplea aplicaciones para elaborar trabajos propios	3%	Otro:	Heteroevaluación	2,6,8,7,11
1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando y seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)								



2.1 Desarrollar de manera autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada e inclusiva, utilizando estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)	7%	A,B,C,D,E,F	CT12	2.1.1. Es capaz de identificar sus propios errores y/o los de sus compañeros y pone estrategias para solventarlos	4%	Prueba práctica	Heteroevaluación	1,2,3,5,6,7,8,9,10.
					3%	Prueba práctica	Coevaluación	
2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, 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. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	7%	A,B,C,D,E,F	CT11	2.2.1. Se desenvuelve correctamente en situaciones reales y modificadas empleando los recursos técnico-táctico pertinentes.	4%	Prueba práctica	Heteroevaluación	7,9,10
					3%	Prueba práctica	Coevaluación	
					0%	Prueba práctica	Autoevaluación	
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 y teniendo en cuenta la influencia en otros posibles participantes. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	5%	A,B,,D,E,F	CT12	2.3.1. Emplea sus capacidades físicas básicas y perceptivo-motrices correctamente con el fin de solventar el problema propuesto.	3%	Prueba práctica	Heteroevaluación	1,2,3,6,7,9,10,11
					2%	Prueba práctica	Coevaluación	
					0%	Guía de observación	Autoevaluación	
2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando una progresiva autoestima y valorando todas sus actuaciones durante la ejecución de las tareas motrices. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)	8%	A,B,,D,E,F	CT11	2.4.1. Se involucra en cada tarea, mostrando actitudes de esfuerzo y superación	4%	Diario del profesor	Heteroevaluación	Todas
				2.4.2. Se relaciona con el resto del grupo en las diferentes actividades planteadas.	4%	Diario del profesor	Heteroevaluación	Todas



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

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. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	7%	A, B,D,E,F	CT11	3.1.1 Realiza las funciones asignadas a su rol.	5%	Diario del profesor	Heteroevaluación	3,7,9,10.
					2%	Guía de observación	Coevaluación	
3.2 Cooperar y 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. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	7%	A, B,C,D,E,F	CT11	3.2.1. Realiza las funciones asignadas a su rol.	5%	Diario del profesor	Heteroevaluación	3,7,9,10
					2%	Guía de observación	Coevaluación	
					0%	Guía de observación	Autoevaluación	
3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica 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. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	7%	A, B,C,D,E,F	CT11	3.3.1. Respeta al resto independientemente de sus características evitando estereotipos o cualquier tipo de violencia.	5%	Diario del profesor	Heteroevaluación	
						Registro anecdótico	Heteroevaluación	
4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la	3%	A,B,C,E.	CT12	4.1.1 Vivencia juegos populares-tradicionales propios de Castilla y León.	5%	Guía de observación	Heteroevaluación	10



influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)								
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-deportivo. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	3%	A,B,C,E.	CT11	4.2.1 Respeta al resto independientemente de sus características evitando estereotipos o cualquier tipo de violencia.	3%	Diario del profesor	Heteroevaluación	Todas
						Registro anecdótico	Heteroevaluación	
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 diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	4%	A,B,C,D,E.	CT9	4.3.1. Crea una composición junto al resto de compañeros con soporte musical, empleando el cuerpo y el movimiento como recursos principales.	3%	Prueba práctica	Heteroevaluación	4,6,8
						1%	Prueba práctica	
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. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	4%	A,B,C,D,E,F.	CT12	5.1.1. Experimenta actividades en el entorno natural cercano, llevando a cabo acciones para preservarlo.	4%	Guía de observación	Heteroevaluación	3,11.



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)	4%	A,B,C,D,E,F.	CT12	5.2.1. Adopta normas de seguridad individuales y colectivas en las actividades planteadas en el entorno cercano.	4%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	1,2,3,6,11.
---	----	--------------	------	--	----	----------------------------	-------------------------	-------------



ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 4º DE ESO

A. Vida activa y saludable.

- A.1. Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento, zona de actividad. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Balance energético y actividad física. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Reconocimiento y corrección de posturas incorrectas en otros. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.
- A.2. Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.
- A.3. Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- B.1. 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.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo convencional y autoconstruido.
- B.3. Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física y reflexión crítica sobre su importancia.
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.7. Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- C.1. Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.



- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
- C.5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles.
- C.6. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- D.1. Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- D.2. Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- D.3. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- E.3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.
- E.5. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (*crossfit*, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares).
- F.4. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
- F.5. Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- F.6. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.



ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO

CT1. La comprensión lectora.

CT2. La expresión oral y escrita.

CT3. La comunicación audiovisual.

CT4. La competencia digital.

CT5. El emprendimiento social y empresarial.

CT6. El fomento del espíritu crítico y científico.

CT7. La educación emocional y en valores.

CT8. La igualdad de género.

CT9. La creatividad

CT10. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.

CT11. Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.

CT12. Educación para la salud.

CT13. La formación estética.

CT14. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable.

CT15. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales.



IES RAMOS DEL MANZANO
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE QUÍMICA 1º BACHILLERATO
2023-2024



**Junta de
Castilla y León**

Consejería de Educación



**Junta de
Castilla y León**

Consejería de Educación

Índice:

a) Introducción: conceptualización y características de la materia.....	3
b) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.....	3
c) Metodología didáctica.....	3
d) Secuencia de unidades temporales de programación.....	3
e) Materiales y recursos de desarrollo curricular.....	4
f) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.....	6
g) Actividades complementarias y extraescolares.....	6
h) Atención a las diferencias individuales del alumnado.....	6
i) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.....	7
j) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.....	7
ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º BACHILLERATO	14
ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE BACHILLERATO	17



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º BACHILLERATO

a) Introducción: conceptualización y características de la materia.

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo del bachillerato en la Comunidad de Castilla y León.

b) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre.

c) Metodología didáctica.

Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):

Se emplearán en la medida de lo posible estilos cognitivos como la resolución de problemas y el descubrimiento guiado, compaginados con estrategias del tipo global tanto de polarización de la atención como modificación de la situación real. Cuando la situación lo requiera haremos uso de algunos métodos más directivos como la asignación de tareas o el mando directo, empleando estrategias analíticas con el fin de descomponer la secuencia didáctica en pasos más sencillos para su aprendizaje.

Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:

Variarán desde individuales hasta pequeños o gran grupo, permitiendo que el alumnado asuma responsabilidades personales de manera autónoma y actúe de forma cooperativa en la resolución creativa del reto planteado.

d) Secuencia de unidades temporales de programación.

	Título	Fechas y sesiones
PRIMER TRIMESTRE	<i>SA 1: Juegos cooperativos</i>	4
	<i>SA 2: Calentamiento general y específico</i>	4
	<i>SA 3: CFB: Resistencia, fuerza y velocidad.</i>	9
	<i>SA 4: CFB: Fuerza</i>	7
SEGUNDO TRIMESTRE	<i>SA 5: Expresión corporal 1: mímica y representaciones</i>	4
	<i>SA 6: Primeros auxilios, SVB. Nutrición</i>	5
	<i>SA 7: Acrosport</i>	7
	<i>SA 8: Organización de torneos en deportes Alternativos I</i>	5
TERCER TRIMESTRE	<i>SA 9: Ritmo y expresión: coreografías</i>	6
	<i>SA 10: Orientación en el medio natural</i>	8
	<i>SA 11: Deportes colectivos</i>	5
	<i>SA 12: Juegos y deportes alternativos II</i>	5

Esta temporalización es susceptible a cambios producidos por diversos factores como puede ser la modificación de sesiones por la adaptación al nivel del alumnado o por otros motivos



(charlas, excursiones) o simplemente por la climatología al estar planteadas algunas para realizarlas bien en el entorno natural o bien en el patio.

e) Materiales y recursos de desarrollo curricular.

	<i>Editorial</i>	<i>Edición/ Proyecto</i>	<i>ISBN</i>
En su caso, <i>Libros de texto</i>			

	<i>Materiales</i>	<i>Recursos</i>
<i>Impresos</i>	Autoevaluaciones, coevaluaciones, fichas de registro, fichas/materiales didácticos	Artículos, apuntes, libros de EF disponibles en la biblioteca.
<i>Digitales e informáticos</i>	Apps con fines educativos (Office 365, Kahoot, Geocaching, Teams)	Vídeos, documentales y películas relacionadas con la materia. Plataforma TEAMS

Además, adjunto un listado de material disponible en el propio departamento para el desarrollo de las sesiones:

MATERIA L	Nº	MATERIA L	Nº	MATERIAL	Nº
ALTÍMETROS	2	CHURROS PISCINA CORTADOS	2 3	PALA PÁDEL INICIACIÓN	1
AROS	16	CINTA ELÁSTICA	1	PALAS DE TELA	10
BALONES BALONM ANO TALLA PEQUEÑA	3	CINTUROS RUGBY TAG	2 2	PALAS PROPAGANDA	10
BALONES DE BALONCE STO	30	COLCHON ETAS	1 0	PALOS REDES	2
BALONES DE BALONM ANO	5	COMBAS	X	PELOTA KINBALL/BIG VOLEY	1



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

BALONES DE VOLEIBOL	30	COMPRESOR	1	PELOTAS DE COLORES	4 JUEGOS
BALONES FÚTBOL SALA	2	CONOS NARANJAS	23	PELOTAS GOMA ESPUMA MEDIANAS	2
BALONES MEDICINALES 2KG	4	CONOS VERDES	18	PELOTAS VARIAS	X
BALONES MEDICINALES 3KG	5	CONTRAPESOS	2	PELTOS DE GIMNASIA	>35
BALONES PROPAGANDA	X	DIANAS DE DARDOS	6	PELTOS GOMAESPUMA PEQUEÑAS	12
BANCOS SUECOS	15	STICK HOCKEY PLÁSTICO	30	PETOS AZUL-ROJO	X
BASES PICAS	3	ESTERILLAS	30	PETOS, ROPA...	X
BATE MADERA	1	FITBALL	1	PICAS DE MADERA	6
BATES DE GOMA	2	GOMAS ELÁSTICAS AMARILLAS	X	PIZARRA + BORRADOR	1
BOLA DE LANZAMIENTO DE PESO	1	JABALINAS	4	PORTERÍAS FÚTBOL SALA	2
BRÚJULAS	10	LIBROS EF	X	QUITAMIETOS	2
BRÚJULAS GRANDES	6	MESA PROFESOR + SILLA	1	RAQUETAS BÁDMINTON	32
CHINOS	1 JUEGO	MESAS	3	REDES BÁDMINTON	2



CHINOS REDONDOS COLORES	12	MINICADENA	1	REDES VOLEIBOL	1
CHURROS NORMALES	3	ORDENADOR DE SOBREMESA	1	RODILLERAS	>15
STICK HOCKEY PLÁSTICO	30	STEP AEROBIC	2	SILLAS	3

f) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.

<i>Planes, programas y proyectos</i>	<i>Implicaciones de carácter general desde la materia</i>	<i>Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)</i>
Plan TIC	Manejo de diversas apps	En algunas unidades programadas.
Plan de Atención a la Diversidad	Uso de principios DUA	A lo largo de las unidades planteadas
Plan de fomento de la igualdad entre hombres y mujeres	Trabajo de principios coeducativos en las diferentes actividades planteadas.	A lo largo de las unidades planteadas

g) Actividades complementarias y extraescolares.

<i>Actividades complementarias y extraescolares</i>	<i>Breve descripción de la actividad</i>	<i>Temporalización (indicar la SA donde se realiza)</i>
Aprendizaje Servicio junto al colegio de primaria	Clase práctica	8
Rutas senderistas por La Alberca-Béjar-Candelario	Ruta senderista	12
Rutas senderistas Vitigudino Sostenible- Fuente del Cojonudo-Majuges	Ruta senderista	12

h) Atención a las diferencias individuales del alumnado.

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:



<i>Formas de representación</i>	<i>Formas de acción y expresión</i>	<i>Formas de implicación</i>
Uso de distintos canales de comunicación (visual, auditivo, kinestésico)	Adaptación de los tiempos o formas de ejecución en las actividades planteadas	Uso de vídeos o retos.

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Alumnado</i>	<i>Adaptación curricular de acceso /no significativa</i>	<i>Observaciones</i>
A	Elija un elemento.	
B	Elija un elemento.	
C	Elija un elemento.	
D	Elija un elemento.	

i) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.

j) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

Siguiendo lo establecido en el **Apartado 5.11** de la Propuesta Curricular hablaremos de cuatro ítems que se presentan en la siguiente tabla:

INDICADORES DE EVALUACIÓN (QUÉ)	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN (CÓMO)	TEMPORALIZACIÓN (CUÁNDO)	AGENTE EVALUADOR (QUIÉN)
<ul style="list-style-type: none"> - Elaboración de la PD - Contenido de la PF - Grado de cumplimiento - Revisión de la PA 	<ul style="list-style-type: none"> - Análisis - Observación - Grupos de discusión - Cuestionario - Diario del docente 	<ul style="list-style-type: none"> - 1er Trimestre - 2º Trimestre - 3er Trimestre 	DOCENTE (Autoevaluación)

Propuestas de mejora:



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 9 del Decreto 40/2022, de 29 de septiembre.

Criterios de evaluación	Peso CE	Contenidos de materia	Contenidos transversales	Indicadores de logro	Peso IL	Instrumento de evaluación	Agente evaluador	SA
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. (CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3)	3%	A, C	CT4	1.1.1 Planifica métodos de entrenamiento para la mejora de las capacidades físicas básicas.	3%	Prueba escrita	Heteroevaluación	3
1.2 Incorporar de forma autónoma, y según las preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, aplicando diferentes mecanismos de control de la intensidad. (STEM1, STEM2, STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2)	5%	A	CT3 CT5	1.2.1 Realiza un calentamiento específico de un deporte en concreto de manera autónoma	2%	Prueba escrita	Heteroevaluación	2
				1.2.2 Dirige un calentamiento general y específico aplicado a un deporte en concreto, adaptando las tareas o ejercicios en base a criterios de intensidad o complejidad.	3%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2
1.3 Introducir en las rutinas diarias pautas de una alimentación saludable, una correcta educación postural y actividades de relajación, teniendo en cuenta las características y necesidades personales. (STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5)	3%	A	CT1	1.3.1. Realiza una dieta semanal con una distribución de macronutrientes correcta.	3%	Prueba escrita	Heteroevaluación	6



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

1.4 Desarrollar y afianzar hábitos saludables en la vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA5)	4%	A	CT3	1.4.1 Se asea después de cada sesión	4%	Diario del profesor	Heteroevaluación	
1.5 Favorecer el desarrollo de las capacidades físicas y habilidades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales. (STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3)	4%	A,B	CT4	1.5.1 1.1.1 Aplica métodos de entrenamiento para la mejora de las capacidades físicas básicas.		Guía de observación	Heteroevaluación	3,4.
1.6 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 en cualquier contexto, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. (CCL2, CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA1.2)	3%	A,B,C	CT3	1.6.1. Actúa correctamente en función de la situación de emergencia planteada, empleando para ello técnicas básicas de primeros auxilios	3%	Prueba práctica	Heteroevaluación	6
					1%	Prueba práctica	Coevaluación	6
1.7 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 escrita, visual o auditiva recibida. (CCL2, CCL3, STEM2, CD1, CPSAA1.2)	3%	A,D	CT1,CT5	1.7.1. Crea un mapa conceptual sobre dos hábitos nocivos para su salud.	1%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	6
				1.7.2 Busca noticias actuales sobre hábitos nocivos para la salud.	1%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	
				1.7.3 Expresa oralmente la información contenida en la noticia.	1%	Prueba oral	Heteroevaluación	
1.8 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	4%	A,B,D	CT1	1.8.1. Emplea aplicaciones para elaborar trabajos propios	4%	Otro:	Heteroevaluación	



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

difusión pública de datos personales. (STEM2, STEM4, CD3, CD4, CPSAA1.2)								
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la mejora de su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participación en entornos colaborativos con intereses comunes. (CCL2, CCL3, STEM2, STEM4, CD1, CD2)	4%	A,B,D	CT1	1.9.1 Usa dispositivos digitales para buscar información relevante	4%	Otro:	Heteroevaluación	2,4,6,12
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. (STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3)	7%	A,B,C,D,E,F	CT3	2.1.1 Es capaz de identificar sus propios errores y/o los de sus compañeros y pone estrategias para solventarlos	4%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2,4,6,7,8,9,10,11,12.
					3%	Prueba práctica	Coevaluación	
					0%	Prueba práctica	Autoevaluación	
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. (STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3)	7%	A, B,C,D,E,F	CT3	2.2.1 Se desenvuelve correctamente en situaciones reales y modificadas empleando los recursos técnico-táctico pertinentes	4%	Prueba práctica	Heteroevaluación	8,11,12
					3%	Prueba práctica	Coevaluación	
					0%	Guía de observación	Autoevaluación	
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	5%	A, B,C,D,E,F	CT3	2.3.1 Emplea sus capacidades físicas básicas y perceptivo-motrices correctamente con el fin de solventar el problema propuesto.	3%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2,3,4.
					2%	Prueba práctica	Coevaluación	



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

comunes y proponiendo soluciones a los mismos. (STEM1, STEM2, CPSAA4, CE2, CE3)					0%	<i>Guía de observación</i>	<i>Autoevaluación</i>	
2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución de esas actividades, valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1.2, CE2, CE3)	8%	A, B, C, D, E, F.	CT2	2.4.1 Se involucra en cada tarea, mostrando actitudes de esfuerzo y superación	4%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>
				2.4.2 Se relaciona con el resto del grupo en las diferentes actividades planteadas.	4%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
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. (STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2)	7%	A, B,D,E,F	CT11	3.1.1 Cumple con las funciones asignadas a su rol.	5%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	4,7, 8,9,11.
					2%	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>	
					0%	<i>Guía de observación</i>	<i>Autoevaluación</i>	
3.2 Cooperar y 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. (CCL1, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2)	7%	A, B,D,E,F	CT11	3.2.1 Cumple con las funciones asignadas a su rol.	5%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	4,7, 8,9,11.
					2%	<i>Guía de observación</i>	<i>Coevaluación</i>	
					0%	<i>Guía de observación</i>	<i>Autoevaluación</i>	
3.3 Establecer mecanismos de relación, entendimiento y comunicación con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso	7%	A,B,C,D,E,F.	CT2	3.3.1 Respeta al resto independientemente de sus características evitando	5%	<i>Diario del profesor</i>	<i>Heteroevaluación</i>	<i>Todas</i>



efectivo de habilidades sociales, de diálogo en la resolución de conflictos (incluso en otras lenguas) y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y 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. (CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA5, CC2, CC3)				estereotipos o cualquier tipo de violencia.		<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
4.1 Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, incluidas las pertenecientes a la cultura castellana y leonesa, analizando sus orígenes y evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. (STEM5, CD2, CC1, CCEC1)	3%	D, E	CT2	4.1.1 Vivencia juegos populares-tradicionales propios de Castilla y León	3%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
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 u otros miembros de la comunidad. (CD2, CPSAA1.2, CCEC3.2, CCEC4.1)	7%	D, E.	CT1, CT3.	4.2.1 Crea una composición junto al resto de compañeros con soporte musical, empleando el cuerpo y el movimiento como recursos principales. 4.2.2	4,5%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	7,9
					2,5%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Coevaluación</i>	
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	2%	A,B,C,D,E,F.	CT3	5.1.1 Experimenta actividades en el entorno natural cercano, llevando a cabo acciones para preservarlo.	2%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	



condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1)								
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. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1)	6%	A, B,C,D,E,F.	CT3	5.2.1. Planifica actividades físico-deportivas en el entorno cercano	4%	<i>Prueba práctica</i>	<i>Heteroevaluación</i>	12
				5.2.3 Adopta normas de seguridad individuales y colectivas en las actividades planteadas en el entorno cercano.	2%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	1,2,3,4,6,7,8,11,12.



ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º BACHILLERATO

A. Vida activa y saludable.

- A.1 Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.
- A.2 Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.
- A.3 Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- B.1 Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades, higiene y similares).
- B.2 Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.
- B.3 Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).
- B.4 Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.5 Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Técnicas de primeros auxilios. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).
- B.6 Protocolos ante alertas escolares.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- C.1 Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

- C.2 Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.
- C.3 Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
- C.4 Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.
- C.5 Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo con los recursos disponibles.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- D.1 Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.
- D.2 Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
- D.3 Deporte adaptado y su práctica como medio de sensibilización hacia otras realidades.
- D.4 Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.
- D.5 Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
- D.6 Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBifóbicas).

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- E.1 Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos, fundamentalmente los castellanos y leoneses, y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
- E.2 Técnicas específicas de expresión corporal.
- E.3 Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva.
- E.4 Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.
- E.5 Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia en medios de comunicación.
- E.6 Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- F.1 Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.
- F.2 Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.
- F.3 Actuaciones para la mejora del entorno natural y urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).



Junta de Castilla y León

Consejería de Educación

- F.4 Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.
- F.5 Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.
- F.6 Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.



ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE BACHILLERATO

CT1. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.

CT2. La educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.

CT3. Las técnicas y estrategias propias de la oratoria que proporcionen al alumnado confianza en sí mismo, gestión de sus emociones y mejora de sus habilidades sociales.

CT4. Las actividades que fomenten el interés y el hábito de lectura.

CT5. Las destrezas para una correcta expresión escrita.