

**Programación 16-17      Educación Física 3º ESO**

**Departamento de Educación Física**

**I.E.S. Profesor Ángel Ysern**

# Índice

1.	<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>Pag. 3</b>
2.	<b>PROGRAMACIÓN POR BLOQUES DE CONTENIDOS: Contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje evaluables, competencias clave, instrumentos de evaluación, criterios de calificación.</b>	<b>Pag. 4</b>
3.	<b>METODOLOGÍA.</b>	<b>Pag. 10</b>
4.	<b>MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.</b>	<b>Pag. 14</b>
5.	<b>SISTEMA DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES.</b>	<b>Pag. 15</b>
6.	<b>SISTEMA DE RECUPERACIÓN PARA ALUMNOS CON MATERIAS PENDIENTES.</b>	<b>Pag. 16</b>
7.	<b>SISTEMA DE RECUPERACIÓN EN LA CONVOCATORIA DE SEPTIEMBRE.</b>	<b>Pag. 16</b>
8.	<b>PROCEDIMIENTO POR EL QUE LAS FAMILIAS CONOCEN LOS ASPECTOS MÁS RELEVANTES DE LA PROGRAMACIÓN.</b>	<b>Pag. 17</b>
9.	<b>MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Y ADAPTACIONES CURRICULARES.</b>	<b>Pag. 17</b>
10.	<b>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES PROGRAMADAS POR EL DEPARTAMENTO.</b>	<b>Pag. 19</b>
11.	<b>ESTRATEGIAS DE ANIMACIÓN A LA LECTURA Y DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA.</b>	<b>Pag. 23</b>
12.	<b>PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE.</b>	<b>Pag. 23</b>

## 1.- INTRODUCCIÓN

Esta programación se elabora haciendo una revisión del currículo oficial y de los contenidos que vienen impartándose en años anteriores, aplicando las siguientes normas legales:

- **Decreto 48/2015**, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de Enseñanza Secundaria Obligatoria
- **Orden 2398/21016**, de 22 de julio, de la, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación de la Educación Secundaria Obligatoria.
- **Instrucciones de 24 de junio de 2016** de la Dirección General de Educación Infantil, Primaria y Secundaria sobre diversos aspectos de los Programas de Mejora del Aprendizaje y del Rendimiento en la Educación Secundaria Obligatoria
- **Orden ECD/65/2015**, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria y el bachillerato.
- **Orden 2160/2016**, de 29 de junio, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte, por la que se aprueban materias de libre configuración autonómica en la Comunidad de Madrid.

Además de regirse por las “Orientaciones para la elaboración de la Programación General Anual del curso académico 2016-2017” del Servicio de inspección de Educación de la Dirección de Área territorial Madrid-Sur para los centros de Educación Secundaria

**2.- PROGRAMACIÓN POR BLOQUES DE CONTENIDOS: Contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje evaluables, competencias clave, instrumentos de evaluación, criterios de calificación.**

MATERIA: Educación Física 3º ESO		TRIMESTRE: 1º	
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje/Competencias clave	Instrumentos de evaluación/ Criterios de calificación %
<b>Bloque 1.-Actividades físico deportivas individuales en medio estable: Atletismo II</b>			
<p>Modalidades de atletismo: carrera de Vallas y salto de altura adaptado</p> <p>Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.</p> <p>Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad</p> <p>Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad, flexibilidad</p> <p>Formas de evaluar el nivel técnico en la carrera de vallas y el salto de altura</p> <p>Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación</p> <p>La capacidad de aprendizaje motor y el valor relativo de los resultados cuantitativos</p>	<p><b>1.-Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</b></p> <p><b>5.-Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.</b></p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.(Competencias sociales y cívicas)</p>	<p>Visualización de ejecuciones deportivas/ 25%</p>
		<p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.(Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor)</p>	
		<p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicándose en el modelo técnico.(aprender a aprender)</p>	<p>Medición de marcas deportivas / 15%</p>
		<p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.(Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor)</p>	<p>Medición de marcas en pruebas de condición física / 10%</p>
		<p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.(Competencia matemática, ciencia y tecnología)</p>	<p>Exámenes teóricos / 5%</p>
		<p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. (Competencia matemática, ciencia y tecnología)</p>	<p>Valoración de la actitud / 20%</p>
		<p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.(Sociales y cívicas)</p>	

**Bloque 6.-Salud:**

		4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía	
<p>Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas</p> <p>Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica</p> <p>Métodos para llegar a valores saludables en la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad.</p> <p>Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas.</p> <p>Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardíaca, la escala de percepción de esfuerzo.</p>	<p><b>4.-Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</b></p>	<p>con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.(Ciencia y tecnología)</p>	<p>Pruebas teóricas</p>
		4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.(Ciencia y tecnología) (Lingüística)	<p>/ 5%</p>
		4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.(Matemática) (Digital)	<p>Evaluación del interés y comprensión demostrado en la realización de los ejercicios</p>
		4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.(Conciencia y expresiones culturales) (Sociales y cívicas)	<p>/ 10%</p>
	<p><b>4.-Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</b></p>	4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.(Conciencia y expresiones culturales) (Sociales y cívicas)	<p>Exámenes teóricos</p> <p>/ 10%</p>

MATERIA: Educación Física 3º ESO		TRIMESTRE: 2 º	
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje/Competencias clave	Instrumentos de evaluación Criterios de calificación %
<b>Bloque 3: Actividades de colaboración- oposición: baloncesto</b>			
Habilidades específicas en baloncesto.	<b>1.-Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas del balonmano en condiciones reales o adaptadas.</b>  <b>3.-Resolver situaciones motrices de oposición- colaboración o colaboración- oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</b>	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.(Competencias sociales y cívicas)	Visualización de ejecuciones deportivas / 25%
Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes		1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.(Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor)	
Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas.		1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.(aprender a aprender)	Exámenes teóricos/ 5%
Estímulos relevantes que en baloncesto condicionan la conducta motriz: situación de los jugadores, del balón y de la canasta, ocupación de los espacios, etc		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.(Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor)	
		3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. (Aprender a aprender)	
La colaboración y la toma de decisiones en equipo.		3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas. (Lingüística) (Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor)	Evaluación del interés y comprensión demostrado en la realización de los ejercicios/ 10%

MATERIA: Educación Física 3º ESO		TRIMESTRE: 3 º		
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje/Competencias clave	Instrumentos de evaluación Criterios de calificación %	
<b>Bloque 2.-Actividades de adversario: bádminton II</b>				
<p>Golpeos básicos y desplazamientos.</p> <p>Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.</p> <p>Estrategias de juego. Colocación de los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario.</p> <p>Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición</p>	<p><b>1.-Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas del bádminton en condiciones reales o adaptadas.</b></p> <p><b>3.-Resolver situaciones motrices de oposición- colaboración o colaboración- oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</b></p>	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.(Competencias sociales y cívicas)	Visualización de ejecuciones deportivas / 25%	
		1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.(Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor)		
		1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.(aprender a aprender)	Exámenes teóricos/ 5%	
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.(Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor)		
		3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. (Aprender a aprender)		Valoración de la actitud/ 10%
		3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas. (Lingüística) (Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor)		

MATERIA: Educación Física 3º ESO		TRIMESTRE: 3º	
Bloque 5.-Actividades en medio no estable: orientación			
La orientación como actividad físico deportiva en medio no estable. Interpretación de mapas y uso de la brújula y otros sistemas de orientación (GPS, indicios naturales).	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	Visualización de ejecuciones artístico-deportivas/ 25%
		8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.	
Equipamiento básico para la realización de actividades de orientación en función de la duración y de las condiciones de las mismas.		8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual	Exámenes teóricos/ 5%
La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de orientación		9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás	Valoración de la actitud/ 10%
Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad.  Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de recorridos de orientación. Influencia de las actividades de orientación en la degradación del entorno natural próximo.  Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.	Evaluación del interés y comprensión demostrado en la realización de los ejercicios/10%
		9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	Evaluación del interés y comprensión demostrado en la realización de los ejercicios/10%



MATERIA: Educación Física 3º ESO		TRIMESTRE: 3 º	
Bloque 5.-Actividades artístico expresivas: danzas			
<p>-La danza como contenido cultural. Danzas históricas y danzas actuales.</p> <p>Diseño y realización de coreografías</p> <p>Agrupamientos y elementos coreográficos.</p>	<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos</p>	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. .(Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor)</p>	<p>Visualización de ejecuciones artístico-deportivas/ 25%</p> <p>Exámenes teóricos/ 5%</p>
		<p>2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. (Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor)</p>	
		<p>2.3 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. . (Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor)</p>	
	<p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	<p>2.4 Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. . (Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor)</p>	<p>Valoración de la actitud/ 10%</p> <p>Evaluación del interés y comprensión demostrado en la realización de los ejercicios/10%</p> <p>Evaluación del interés y comprensión demostrado en la realización de los ejercicios/10%</p>
		<p>7.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. (Competencias Sociales y Cívicas)</p>	
		<p>7.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. (Competencias Sociales y Cívicas)</p>	
		<p>7.3 Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. (Competencias Sociales y Cívicas)</p>	

### 3.- METODOLOGÍA

Los planteamientos didácticos deben atender al momento educativo y evolutivo de los chicos y chicas, en nuestro caso la Educación Secundaria y el Bachillerato. Los alumnos/as llegan a estas etapas con un bagaje individual de experiencias motrices previas elaborados en las etapas anteriores que no puede ser ignorado por el profesor, sino que al contrario debe suponer la base donde empezar a construir los aprendizajes.

Los diversos métodos de enseñanza serán utilizados en función de las características de los aprendizajes en cada momento. El proceso de enseñanza-aprendizaje debe contemplar la participación del alumnado. Para ello empezaremos por hacerles conocedores y participes de las capacidades que esperamos que alcancen en cada momento. Ellos aportarán su criterio de forma reflexiva, para ir alcanzando poco a poco la autonomía en el diseño y práctica de actividades físico-recreativas. Esta participación en su propio proceso de enseñanza proporcionará a los alumnos y alumnas una motivación adicional, como lo hará también la inclusión en el programa de actividades físicas de tipo alternativo, de actividades físicas y deportivas que se desarrollen en su entorno cotidiano y sobre todo de actividades variadas que permitan encontrar a los alumnos aquella que responda a sus expectativas e intereses concretos.

Desde el programa debemos ser conscientes de la orientación androcéntrica de la sociedad y poner en juego las tareas y las medidas oportunas para que tanto ellos como ellas puedan desarrollar su potencial en libertad.

El proceso de aprendizaje se debe ir desarrollando de forma progresiva, ya que precisa que el alumno se vaya adaptando a un determinado proceder didáctico en el que se suceden dos fases:

**Fase directiva:** en la cual el profesor asume el rol de protagonista principal, es el encargado de plantear todas las cuestiones referidas al proceso de enseñanza-aprendizaje y procura presentar el conocimiento de forma que pueda ser captado por los alumnos y generar en éstos procesos reflexivos que les lleven a comprender e integrar en su estructura cognitiva los nuevos aprendizajes. El alumno, por su parte, realiza las propuestas planteadas y va adquiriendo un bagaje de conocimientos y experiencias amplio.

**Fase autónoma:** en ella el alumno participa, de forma reflexiva y responsable en numerosos aspectos de la programación como selección de tareas y medios a utilizar, organización de actividades, etc. hasta llegar a planificar su propia actividad.

## **Papel del profesor**

El profesorado se considera el agente mediador entre los contenidos del currículo escolar, por una parte, y el alumno que construye el conocimiento relativo a dichos contenidos, por otra.

La tarea del docente debe consistir en programar las actividades y situaciones de aprendizaje adecuadas, que permitan conectar activamente la estructura conceptual de la disciplina con la estructura cognoscitiva previa de cada alumno.

La actuación del profesor debe orientarse al desarrollo de patrones motivacionales relacionados de modo fundamental con dos tipos de metas: el incremento de la propia competencia y la experiencia de autonomía y responsabilidad personal, dado que los datos empíricos demuestran que el desarrollo de estos patrones redundará en una mejor adaptación escolar y personal de los alumnos.

Una de las finalidades de los profesores es la de promover el desarrollo de los alumnos mediante la realización de aprendizajes específicos, para lo cual ha de moverse simultáneamente en dos planos: el de la construcción de significados compartidos a través de la interacción social conjunta sobre el contenido del aprendizaje, y el de la construcción personal de significados mediante la interacción directa de los alumnos con dicho contenido. En ambos planos, ya sea implicándose directamente en la interacción, ya sea organizando materiales y actividades, su papel es decisivo y su influencia determinante.

## **Estrategias generales**

Teniendo en cuenta todo lo anteriormente citado, debemos atender a que el diseño de las actividades de aprendizaje:

1- Activar la curiosidad y el interés del alumno por el contenido del tema que se va a tratar o de la tarea que se va a realizar utilizando estrategias del tipo de:

- Presentar información nueva, sorprendente, incongruente con los conocimientos previos del alumno.
- Plantear en el alumno problemas que haya de resolver.
- Variar los elementos de la tarea para mantener la atención.

2- Mostrar la relevancia del contenido o de la tarea para el alumno:

- Relacionando el contenido de la instrucción por medio de un uso del lenguaje y de una selección de ejemplos familiares a los alumnos, con sus experiencias, con sus conocimientos previos y con sus valores.
- Mostrando la meta para la que puede ser relevante aprender lo que se presenta como el contenido de la instrucción, a ser posible mediante ejemplos.

3- En la medida en que lo permita la naturaleza de la tarea, plantear la posibilidad de organizar la actividad en grupos cooperativos, haciendo depender la evaluación de cada alumno de los resultados globales obtenidos por el grupo.

4- Orientar la atención de los alumnos antes, durante y después de la tarea:

- Antes: hacia el proceso de solución más que hacia el resultado.
- Durante: hacia la búsqueda y comprobación de posibles medios de superar las dificultades, dividiendo la tarea en pasos para que eviten pensar que no pueden superarlas.
- Después: informar sobre lo correcto e incorrecto del resultado, pero centrando la atención del alumno en el proceso seguido y en lo que se ha aprendido, tanto si el resultado ha sido un éxito como si ha sido un fracaso.

### **Adquisición de destrezas**

Para mejorar las destrezas básicas necesarias para pensar eficazmente sobre lo que vemos u oímos o sobre lo que tenemos que hacer, y para conseguir la generalización del aprendizaje de tales destrezas a tareas distintas de aquéllas, en relación con las cuales se ha realizado el entrenamiento, se deben dar las siguientes condiciones:

- Ha de ser un objetivo explícito para los alumnos, pues de lo que se trata no es de resolver tal o cual cuestión concreta, sino de prestar atención a cómo se resuelve.
- En el contexto del aula, lo fundamental en la práctica es el tipo de interacción que se establece entre el profesor y el alumno, interacción definida fundamentalmente por la forma en que el profesorado estructura las tareas y por los tipos de cuestiones, instrucciones, mensajes y valoración que se hace de la actuación del alumno.
- La práctica debe tener duración suficiente para ser efectiva y permitir la consolidación y generalización de lo aprendido.

## **Aprendizaje de contenidos**

Uno de los objetivos centrales de la enseñanza es que los alumnos sean capaces de aplicar los conocimientos que se les enseñan a las situaciones que los requieran, y para que esta aplicación sea posible, es preciso que los alumnos aprendan previamente estos conocimientos y que los conserven hasta que sea necesario echar mano de ellos. Pero no siempre son capaces de recordar la información que buscan, a pesar de haber dedicado tiempo y esfuerzo a su estudio. Sin embargo, recordar es un problema como otro cualquiera que puede resolverse, al menos en parte, si se aplican las estrategias adecuadas.

El recuerdo depende:

- De la atención prestada a lo que se pretende recordar, siendo la novedad, la forma de presentación y el contenido de la información, uno de los factores que influyen a que le prestemos atención.
- De los conocimientos previos sobre lo que se pretende aprender y de la forma en que se hallan organizados.
- Del significado de la nueva información. Para mejorar el recuerdo es preciso mejorar la comprensión, esto es, la integración de la nueva información con la que ya se conoce mediante algún tipo de esquema que facilite su recuperación. Esto puede conseguirse actuando sobre el contenido que vamos a aprender, bien sea presentándolo organizado, o bien facilitando el desarrollo de estrategias de organización y elaboración de la información que faciliten su comprensión.

Para facilitar el aprendizaje, ponemos a disposición del alumnado el uso de las tecnologías de la información y comunicación (TIC), tanto por parte del profesor como de los alumnos. Las TIC nos ayudarán para la introducción de contenidos teóricos, elaboración de documentos, etc. mediante el uso de la página Web del centro y el aula virtual.

#### **4.- MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS**

El instituto cuenta con un gimnasio de reducidas dimensiones para el número de alumnos que hay que atender y una pista polideportiva exterior, así como con la posibilidad de utilizar el pabellón cubierto de la Estación, gestionado por el Ayuntamiento, aunque solo en determinadas horas.

El material del Departamento es suficiente aunque el material de larga duración (colchonetas, mini-tramp, etc.) está bastante desgastado y será necesaria una renovación cuando sea posible.

El Departamento, tanto en su sede como en la Biblioteca del centro, va disponiendo de un fondo bibliográfico que puede permitir a los alumnos documentarse adecuadamente.

La elección de los recursos y materiales a utilizar debe estar guiada por el enfoque didáctico recientemente planteado ya que muchas veces condiciona la práctica misma. En general elegiremos aquellos que:

- Favorezcan la coeducación eliminando las orientaciones androcéntricas.
- Estimulen el proceso de búsqueda.
- Sean variados y por lo tanto motivadores.
- Agilicen los procesos comprensivos (audiovisuales).
- Favorezcan los procesos evaluativos.
- Puedan ser aportados por los alumnos sin esfuerzo económico, favoreciendo así su uso extraescolar.
- Favorezcan el trabajo en distintos niveles.
- Tengan implicaciones temáticas transversales.
- Puedan ser elaborados por los propios alumnos sin un gran gasto de tiempo de clase.

### **1- Material convencional:**

- Material correspondiente a las actividades físico deportivas convencionales.
- Material para deportes alternativos.
- Material para deportes tradicionales.

### **2- Material no convencional:**

Materiales no fabricados expresamente para actividades físico-deportivas como ruedas, periódicos, trapos, cartones, cajas, botellas lastradas, sacos, escobas, gomas elásticas, materiales de construcción propia...etc.

### **3- Material facilitador:**

De alto poder motivador. Es similar al material reglamentario pero ofrece una mayor seguridad y facilita las progresiones.

## **5.- SISTEMA DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES**

El Departamento de Educación física opta por un sistema dinámico de recuperación, según el cual se facilitará la realización de pruebas específicas para la recuperación de las evaluaciones pendientes. Así mismo se considerará la actitud favorable del alumno a mejorar en la materia, lo que supondrá una evaluación positiva para la recuperación.

En este sistema se primará el control diario del alumno con evaluaciones suspensas en contraposición a la prueba única de recuperación.

Se facilitará al alumno los instrumentos necesarios para que pueda progresar en su rendimiento académico y así alcanzar el nivel necesario para recuperar las evaluaciones pendientes

## **6.- SISTEMA DE RECUPERACIÓN PARA ALUMNOS CON MATERIAS PENDIENTES DE AÑOS ANTERIORES**

➤ Para los alumnos que tengan pendiente la materia de Educación Física de 2º ESO:

- Aprobar la 1ª y la 2ª evaluación de 3º ESO. Sólo se consideran aprobadas si lo son las dos evaluaciones, no considerándose superadas cuando una de ellas no esté aprobada aunque la media de las dos sea superior a 5.
- En caso de no aprobar esas 2 evaluaciones deberá entregarse antes del 31 de mayo de 2017 un trabajo teórico respondiendo al guión detallado que se le dará por escrito sobre los contenidos mínimos desarrollados en 2º ESO y superar el examen de los contenidos de este nivel convocado a estos efectos.

➤ Si además tiene pendiente la Educación Física de 1º ESO, tendrá que:

- Aprobar la 1ª y la 2ª evaluación de 3º ESO. Sólo se consideran aprobadas si lo son las dos evaluaciones, no considerándose superadas cuando una de ellas no esté aprobada aunque la media de las dos sea superior a 5.
- En caso de no aprobar esas 2 evaluaciones deberá entregarse antes del 31 de mayo de 2017 un trabajo teórico respondiendo al guión detallado que se le dará por escrito sobre los contenidos mínimos desarrollados en 1º ESO y superar el examen de los contenidos de este nivel convocado a estos efectos.

## **7.- SISTEMA DE RECUPERACIÓN EN LA CONVOCATORIA DE SEPTIEMBRE**

### **EXÁMENES DE SEPTIEMBRE**

#### Prueba para 1º de E.S.O.

- 1- Examen teórico sobre los contenidos del curso.
- 2- Ejercicio práctico sobre Atletismo y Badminton.
- 3- Ejercicio práctico sobre los elementos de juego individual en Baloncesto.
- 4- Ejecución de las pruebas de condición física correspondientes.



## **8.-PROCEDIMIENTO POR EL QUE LAS FAMILIAS CONOCEN LOS ASPECTOS MÁS RELEVANTES DE LA**

### **PROGRAMACIÓN**

A comienzo de curso, cada profesor realizará una exposición verbal apoyada con medios informáticos sobre los contenidos a desarrollar durante el curso y los medios por los que se van a evaluar los diferentes contenidos. De esta exposición, el Departamento de Educación Física publicará en la página web del Instituto los aspectos más relevantes de la programación para que la comunidad educativa (alumnos, padres, profesores, etc) pueda conocerlos.

## **9.- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Y ADAPTACIONES CURRICULARES**

El tratamiento de las diferencias individuales toma una dimensión substancial en este momento educativo, si bien es cierto que los profesores y profesoras de Educación Física, dadas las características de la materia, ya realizábamos adaptaciones curriculares, el proceso de atención a la diversidad debe sistematizarse. En este momento se plantean las circunstancias siguientes:

- Las diferencias en función de sexo aumentan ahora con la aparición de los caracteres sexuales secundarios.
- Las diferencias de nivel motriz se hacen más patentes y toman connotaciones de diferencias de interés y motivación en general y hacia nuestra área en particular.
- Los distintos ritmos de crecimiento desunifican el nivel motriz de la clase.
- La aparición de los periodos críticos restan continuidad al proceso.

Para prever esta contingencia, además de los elementos que ya nos proporciona el currículo (adaptaciones, diversificaciones, optatividad) seguiremos unos criterios generales:

- Adaptaremos los objetivos
- Priorizaremos los contenidos
- Procederemos a una gradación de los criterios de evaluación

- Facilitaremos distintos ritmos de aprendizaje
- Plantearemos actividades de integración para aquellos alumnos y alumnas que padezcan cualquier tipo de problema que suponga una merma de facultades para la realización de nuestros programas, atendiendo así los requerimientos de la Orden de 10 de Julio de 1995 por la que se regula la adaptación del currículo de la Educación Física para los alumnos con necesidades educativas especiales.
- Ofreceremos alternativas diversificadas para facilitar la conexión con los intereses de la mayoría.

Para favorecer la atención a la diversidad en el aula podemos utilizar una serie de recursos como:

- Adecuar las programaciones didácticas, a través de medidas de prevención como son por ejemplo una programación de contenidos flexibles que parta de una evaluación inicial.
- Programar contenidos no solo conceptuales sino procedimentales y actitudinales.
- Organizar los objetivos y contenidos a través de núcleos de interés.
- Especificar criterios de evaluación conocidos por todos y asequibles al alumnado.
- Prever y programar actividades de recuperación, prever aprendizajes con diferente nivel de dificultad, utilizar en lo posible metodologías participativas y cooperativas, etc.
- En la intervención educativa con el grupo de alumnos, estableciendo grupos de trabajo cooperativo, prestando atención diaria individualizada, desarrollando formas de auto evaluación.
- Evaluar los puntos de partida individuales.
- Realizar agrupamientos flexibles.
- Desarrollar los contenidos mediante trabajos prácticos, etc.

Hay otra serie de factores de gran importancia y que condicionan enormemente la acción del profesor en este sentido, pero no está en su mano la posibilidad de jugar con esas variables: el número de alumnos por aula, el número de periodos semanales, las instalaciones y recursos, la inclusión de periodos adicionales de repaso, rehabilitación, ampliación, actividades de refuerzo, etc.

Desglosamos aquí las medidas prescriptivas actuales para atender a la diversidad de nuestros alumnos y alumnas.

### ***Carácter abierto y flexible del currículo***

Se podrán realizar adaptaciones curriculares tanto significativas como no significativas para aquellos alumnos y alumnas que, a pesar de sus especiales circunstancias, pueden seguir una parte importante de los contenidos de la materia y alcanzar una buena parte de los objetivos educativos que se persiguen.

### ***Diversificación curricular***

Este tipo de acción constituye una medida extrema en la que el departamento de Educación Física colaborará siempre que sea requerido por el Departamento de Orientación a tal fin.

Todos los alumnos evaluados especialmente, recibirán la información y el apoyo necesarios para que, según los casos, dentro o fuera del horario lectivo, puedan ir compensando esa deficiencia.

La atención a los alumnos que no pueden realizar los contenidos procedimentales por prescripción médica, se realizará intentando alcanzar los objetivos referidos a las actitudes (de gran importancia dado que son un índice fiable de una toma de conciencia perdurable) a través de la teoría, la ayuda a los compañeros/as, el análisis de su problema físico desde puntos de vista anatómico - funcional, fisiológico, de recuperación, búsqueda de actividades alternativas, etc.

## **10.-ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES PROGRAMADAS POR EL DEPARTAMENTO**

Como sabemos las actividades complementarias son aquellas actividades desarrolladas por los centros, incluidas en el Proyecto Curricular de Centro, que tienen un carácter diferenciado de las propiamente lectivas y son obligatorias y evaluables.

No obstante, debido a su duración, a veces fuera del horario habitual del centro, y a su coste económico, que puede ser gravoso para algunas familias, estas actividades podrán ser abordadas desde un punto de vista conceptual por aquellos alumnos que así lo soliciten. Estos alumnos deberán realizar trabajos teóricos sustitutivos y presentar la autorización de no asistencia a la actividad firmada por sus padres o tutores, con los motivos de su ausencia.

Estas actividades están encaminadas a procurar la formación integral del alumnado en aspectos referidos a la ampliación de su horizonte cultural, la preparación para su inserción en la sociedad y el uso del tiempo libre.

El área de Educación Física, eminentemente procedimental, no puede cubrir totalmente sus objetivos con los periodos lectivos dentro del centro escolar. Existe además el bloque de contenidos de “Actividades en la Naturaleza” en todos los cursos de la Enseñanza Secundaria y en el 1º de Bachillerato, que necesita de un espacio y un tiempo diferentes, que solamente las actividades complementarias permiten. El alumno establece una interacción con la naturaleza de la que puede extraer oportunidades formativas por la práctica en grupo, la separación del ambiente familiar, la convivencia con otros compañeros, el trato con profesores fuera del aula, el respeto mutuo, la toma de responsabilidades, el desenvolvimiento en entornos no habituales, su organización personal... etc., son aspectos que el alumno está obligado a considerar y resolver durante estos breves periodos.

Entendemos que este tipo de actividades, posibilita desde múltiples áreas, una educación integral.

A continuación exponemos las actividades complementarias programadas para este curso:

## IES PROFESOR ÁNGEL YSERN - DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

### Actividades complementarias previstas para el curso 2016 / 2016

<u>ACTIVIDAD</u>	<u>NIVEL</u>	<u>CARACTERÍSTICAS</u>	<u>HORARIO</u>	<u>FECHAS</u>	<u>OBJETIVOS</u>
<b>Senderismo I</b>	1º curso de ESO	Ruta a pie desde Robledo de Chavela a la Ermita de Navahonda.	8,15 a 14,15 h	20 de octubre	Conocer las rutas del sendero de gran recorrido que discurren por Madrid (GR-10)S <b>I,II,III</b> y <b>IV</b>
<b>Senderismo II</b>	2º curso de ESO	Ruta a pie desde Robledo de Chavela a la Ermita de Navahonda.	8,15 a 14,15 h	25 de octubre	Conocer las rutas del sendero de gran recorrido que discurren por Madrid (GR-10)S <b>I,II,III</b> y <b>IV</b>
<b>Semana Blanca</b>	Alumnos del centro	Semana de esquí en el pirineo aragonés	de 4 a 7 días	18 al 23 de diciembre	Practicar el esquí o snowboard en un entorno favorable
<b>Patínaje I</b>	1º y 2º de ESO	Iniciación al patínaje sobre hielo.	8,15 a 14 h	Febrero	Conocer el equipo y las técnicas básicas del patínaje. <b>Patínaje I</b> y <b>II</b>
<b>Patínaje II</b>	3º curso de ESO	Patínaje sobre hielo en pista.	8,15 a 14 h	Febrero	Integración grupal y aceptación

					de las normas. <b>Patinaje I y II</b>
<b>Bowling I</b>	4º curso de ESO	Iniciación al juego de los bolos en una bolera cercana	8,15 a 14 h	Marzo	Conocer el equipo y las técnicas básicas del Bowling. <b>Bowling I y II</b>
<b>Bowling II</b>	1º curso bachiller.	Jugar a los bolos, compitiendo con otros centros educativos	8,15 a 14 h	Marzo	Trabajo en equipo y aceptación de las normas. <b>Bowling I y II</b>
<b>Pádel y Escalada</b>	2º curso y 4º curso ESO	Combinar el pádel con la iniciación a la escalada	8,15 a 15 h	Mayo	Conocer el juego del pádel e iniciarse a la actividad de escalar
<b>Piragua y Orientación</b>	1er curso y 3er curso de ESO	Navegar en piragua y orientarse en la naturaleza	8,15 a 15 h	Mayo	Iniciarse a la navegación en piragua y practicar el deporte de la orientación

**Otras actividades:** Se podrán realizar otras actividades complementarias al currículo, siempre que el Departamento de Educación Física lo considere viable y conveniente.

## **11.-ESTRATEGIAS DE ANIMACIÓN A LA LECTURA Y DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA**

Se animará a que los alumnos lean temas relacionados con la actividad física. Se recomendarán libros y textos para que sean leídos por el alumnado y posteriormente se evaluará su lectura comprensiva. Se realizarán exámenes orales y escritos a lo largo del curso a juicio del profesor.

Se mandarán trabajos teóricos escritos que, posteriormente, se leerán en público para su calificación.

## **12.-PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE**

Deben ser evaluados:

- Los objetivos; tanto de etapa como de área. Su consecución progresiva permite redefinirlos o profundizar en aspectos no adquiridos.
- Los contenidos; sobre los que se deben ejercer reformulaciones y adaptaciones, en función de su propia naturaleza y de la consecución de los objetivos.
- Las actividades; o formas externas que facilitan el aprendizaje, mediante las que potenciamos las capacidades de los escolares.
- Los métodos; o procedimientos empleados en el proceso de enseñanza/aprendizaje, y el sistema empleado en el aula.
- Los recursos; o medios que favorecen esa acción educativa (libros, elementos didácticos...).
- La propia práctica docente y todos los elementos que se relacionan con la función educativa: centro, entorno físico, sistema...

### **Instrumentos de evaluación**

Este modelo de evaluación, continua, formativa y procesual, precisa una información puntual que permita ser interpretada. Esta información debe ser también continua y puntual para así completar todo el proceso evaluador:

*Recogida de información -- Interpretación y evaluación -- Adaptación al proceso -- Re-programación*

El proceso evaluador puede realizarse, dentro del currículo, en tres momentos didácticos que configuran los tres tipos básicos de evaluación: inicial, formativa o procesual y sumativa o final.

La evaluación inicial permite adecuar el aprendizaje a las posibilidades del alumnado, tras la observación e interpretación de conocimientos, actitudes y capacidades. Tiene su momento idóneo al comienzo de una unidad didáctica, un período educativo o un proceso formativo.

La evaluación formativa o procesual (también denominada orientadora, criterial y continua) permite ajustar los componentes curriculares (objetivos, actividades, métodos...) al ritmo de aprendizaje de los educandos. Es una evaluación valorativa, global y personal, y se desarrolla durante todo el proceso.

La evaluación sumativa o final pretende valorar rendimientos. Es la reflexión última sobre el grado de consecución de los objetivos propuestos. Es sumativa en cuanto que registra resultados alcanzados, y es final en su aspecto de valoración, no sólo de los resultados, sino de los diversos momentos del aprendizaje y del desarrollo educativo. Esta valoración permite emitir un juicio y extraer conclusiones válidas para otros procesos.

Los medios que facilitan esta recogida de información son, básicamente, la observación directa y el análisis de tareas docentes.

□ La observación sistemática supone un examen constante, atento y crítico, sobre adquisición de contenidos, dominio de procedimientos o manifestación de conductas. Esto supone un “complejo evaluador” que debe utilizar instrumentos materiales adecuados. Dichos instrumentos permiten plasmar en cada momento unos datos que son posteriormente valorados. Estos instrumentos son, entre otros, el diario de clase, con datos sobre la actividad cotidiana, los anecdóticos, que reflejan anotaciones puntuales sobre alguna incidencia especial, o las listas de control, que evalúan el grado de consecución de determinados objetivos.

□ El análisis de tareas docentes es un elemento clave para la valoración de ciertas adquisiciones educativas, a través de tareas llevadas a cabo en horario lectivo. Al igual que la observación, nos permite analizar, mediante determinadas actividades, elementos de interés en el proceso evaluador. Para ello, el docente puede servirse de debates, presentaciones, grabaciones, pruebas específicas orales o escritas que no rompan el



ritmo habitual de trabajo en el aula..., o cualquiera otra actividad de enseñanza/aprendizaje que nos permita obtener información, y que haya sido previamente programada.

### **Evaluación del programa**

Los planteamientos relativos a la evaluación del programa están condicionados por las múltiples variables que influyen en el desarrollo de éste, pero eso no es razón suficiente para no incluir en la programación los objetivos de la evaluación del programa y los criterios de selección de los medios a emplear. Sabemos que la evaluación supone una valoración aproximativa basada en medidas cuantitativas y estimaciones cualitativas que no debe implicar solo a los aprendizajes, sino a la metodología y a todos los elementos implicados en el proceso de enseñanza - aprendizaje y entre ellos como no, a la propia programación.

### **Objetivos:**

1. Implantación en el centro de la arquitectura y filosofía del modelo tipo
2. Continuidad del programa debidamente fundamentada
3. Inclusión de modificaciones sobre una base contrastada y racional
4. Datos fiables para su apoyo
5. Datos fiables para su comprensión
6. Datos fiables para su realización

### **Evaluación de los elementos del programa:**

1. Elementos de entrada: humanos, económicos y materiales
2. Proceso: objetivos, contenidos, metodología, sistemas de evaluación; la evaluación de cada elemento interactúa sobre los demás
3. Salida: aprendizajes, niveles, satisfacción, grado de utilidad, hábitos, etc.
4. Contexto

Para llevar a cabo la evaluación del programa diseñaremos unos indicadores educativos cuyo posterior análisis nos sugiera la dirección de las correcciones necesarias para reenfocar el desarrollo del programa.

***Indicadores relativos a los elementos de entrada.***

- Instalaciones del centro relacionadas con el área (utilizando las variables metros cuadrados - número de alumnos)
- Aspectos relativos al profesorado; formación, horario, etc.
- Presupuestos del área. (variables: asignación y número de alumnos)

***Indicadores relativos al proceso.***

- Programa. Valoración de los criterios utilizados y su puesta en práctica, aspectos preceptivos, etc.
- Adecuación de los contenidos - objetivos. En consonancia con la edad madurativa, etc.

***Indicadores relativos a los elementos de salida***

- Grado de consecución de los objetivos
- Grado de conformidad con respecto a la asignatura

**Evaluación inicial de la condición física**

El departamento, en sintonía con las últimas corrientes relativas a las líneas de actuación de la materia (Educación en el cuidado del cuerpo y de la salud, para la mejora corporal, para la mejora de la forma física y para la utilización constructiva del ocio mediante la práctica de actividades recreativas y deportivas individuales y colectivas), ha diseñado una evaluación inicial que se apoya en la siguiente Batería de test adaptada del modelo Eurofit

- Índice de masa corporal (Análisis y reflexión)
- Test cardiovascular (elaboración de curvas de recuperación de la frecuencia cardiaca individualizadas)
- Test de resistencia (Course-Navette)
- Test de flexibilidad (Flexión profunda del troco sentados)

- Test de fuerza (Abdominales en 30 seg., Lanzamiento de balón medicinal de 3 kg. desde la posición de sentados y Salto horizontal)
- Test de velocidad (6x9)

### **Criterios generales de calificación**

La calificación del alumno deberá atender tanto a resultados de las pruebas teóricas y prácticas que se realicen a lo largo del curso como a la actitud del alumno y a su asistencia y participación en las sesiones de educación física recibidas.

Para ello el departamento establece que un 80% de la nota corresponderá a las pruebas sucesivas que se realicen durante el curso y un 20% de esta nota reflejará la actitud del alumno.

### **Plan de mejora**

Los resultados académicos del anterior curso en Educación Física podemos considerarlos satisfactorios, acordes con los parámetros de los centros educativos de Navacarnero y también son similares con los de los centros de la DAT sur y del resto de la Comunidad de Madrid.

Aun así consideramos que puede haber un margen de mejora en los cursos de ESO, especialmente en aquellos alumnos que suspenden la asignatura por tener un perfil de actitud pasiva o negativa hacia esta materia; en este perfil de alumno suele coincidir también una mala actitud en otras materias y, en resumen, un desinterés generalizado por los estudios.

En este plan de mejora intentaremos incidir en los alumnos con perfiles de mala actitud, desmotivados o poco adaptados a las tareas escolares tomando las siguientes iniciativas:

- 1.- Lograr una mayor coordinación con los tutores y las familias de estos alumnos.
- 2.- Priorizar las metodologías más participativas como la enseñanza por grupos y la enseñanza recíproca para aumentar su interés por las clases y una mejor integración en su grupo.
- 3.- Adaptar el currículo en lo posible para facilitar la incorporación efectiva de estos alumnos al trabajo diario en las sesiones de Educación Física.

El siguiente cuadro se refiere a los alumnos con perfiles de mala actitud antes mencionados y en relación al siguiente objetivo del plan de mejora del centro:

**Objetivo 1:** Trabajar diariamente en las clases para que los alumnos logren una sólida formación académica y superen el curso, al menos el 75% de ellos

ACCIONES	TEMPORALIZACIÓN	RESPONSABLES	INDICADORES
Coordinación frecuente con los tutores de los grupos de los alumnos con mala actitud.	Todo el curso.	Profesores del Departamento coordinados por el Jefe del mismo.	Resultados académicos de los alumnos.
Coordinación frecuente con sus familias.	Todo el curso.		Resultados académicos de los alumnos.
Priorizar las metodologías más participativas.	Todo el curso.		Resultados académicos de los alumnos.
Adaptar el currículo para incorporar a estos alumnos al trabajo diario.	Todo el curso.		Resultados académicos de los alumnos.

**Objetivo 2:** Impulsar los hábitos de trabajo y las habilidades de comunicación de los alumnos en las programaciones de todos los Departamentos.

Con respecto a este objetivo de mejora del centro el Departamento realizará la siguiente acción:

<b>ACCIONES</b>	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>INDICADORES</b>
-----------------	------------------------	---------------------	--------------------

Realizar actividades en las clases que se promueva la comunicación oral.	Todo el curso	Profesores del Departamento coordinados por el Jefe del mismo.	Evaluación específica de estas actividades.
--	---------------	--	---

En Navalcarnero a 22 de octubre de 2016

Fdo. Agustín Martín Zazo