

Materia: Educación Física. Curso: 1º ESO Profesorado: Nicolás López Curso académico: 2023-2024

1. Programación-evaluación del aprendizaje

Evaluación 1

Situación de aprendizaje/ Proyecto/Unidad didáctica 1 Orientación con mapas por nuestro entorno 50 % para calificación trimestre:

Competencia específica	Criterios de evaluación	Concreción Objetivos didácticos	Instrumentos evaluación (%)
CE.EF.1 Adaptar la motricidad para resolver diferentes situaciones motrices según su lógica interna (las capacidades físicas, perceptivo motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución) para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos	1.5. Descodificar la incertidumbre generada por un entorno físico inestable para resolver las situaciones motrices que se lleven a cabo en dichos espacios de acción, aprovechando las posibilidades del centro escolar y del entorno próximo, aplicando normas de seguridad, individuales y colectivas.	1.5.1.-Orientarse en el espacio tomando puntos de referencia para ir de un sitio a otro de forma segura 1.5.2.- Resolver supuestos y evidenciar reglas de acción orientación	Prueba individual practica 75 % Ficha orientación 15 %
CE.EF.4. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	4.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, disfrutando de ellos de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.	4.1.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, disfrutando de ellos de manera sostenible, respetando espacios de Juego y realizando desplazamientos a los espacios en grupo minimizando el impacto ambiental	Registro anecdótico 10 %

Saberes	Descripción de la SA/UD	Producto final de la SA	Metodología y evaluación formativa
Observar el entorno, comparar con un mapa, decidir (en función de mis posibilidades y el entorno) y elaborar su propio plan de acción. Realización de un proyecto de acción en el medio natural Normas de seguridad asociadas a las diferentes prácticas Cuidado del entorno próximo y desarrollo de una actitud responsable, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos. Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible	Orientación buscando balizas (marcas en un entorno real) usando mapas en entornos cada vez más grandes generando unas estrategias generales para usar en cualquier entorno. También requiere de una activación por parte del alumnado ya que es clave para mejorar un desplazamiento rápido en función de cada alumno/a. También requiere de una conciencia ion de trasporte como grupo responsable y de un cuidado y observación de los entornos naturales	Progreso desde la situación inicial a la final	Aprendizaje basado en problemas Cooperativo

Situación de aprendizaje/ Proyecto/Unidad didáctica 2 CAMBIA LA DANZA 50% para calificación trimestre:

Competencia específica	Criterios de evaluación	Concreción Objetivos didácticos	Instrumentos evaluación (%)
CE.EF.1 Adaptar la motricidad para resolver diferentes situaciones motrices según su lógica interna (las capacidades físicas, perceptivo motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución) para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos	1.6. Expresar y comunicar a través del desarrollo de la motricidad simbólica mediante la representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas, con y sin base musical, creando de forma guiada su propio proyecto expresivo.	1.6.1 Transformar la danza en términos de movimientos distintos al modelo 1.6.2 Generar movimientos deben ser originales, amplios y con uso intencional del rostro 1.6.3 Llevar el ritmo según la música con las modificaciones pactadas	Hoja de observación coreografía final 75%
CE.EF. 2. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrece la acción motriz y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	2.1. Gestionar su participación, individual o colectiva, en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, teniendo en cuenta su lógica interna, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	2.1.1 Conoce el fragmento de la danza y los tiempos y relaciones que se dan entre los integrantes	Observación directa 10 %
CE.EF.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios conectados con el contexto social próximo en los que se participa.	3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades, respetando las normas consensuadas	3.2.1 El grupo de cooperativo es capaz de crear una secuencia propio y valorar	Producciones intermedias del grupo base 15 %

Saberes	Descripción de la SA/UD	Producto final de la SA	Metodología y evaluación formativa
Desinhibirse ante las prácticas motrices de expresión. Desarrollo de la expresión corporal a partir de estímulos externos (emociones, música, ideas, ...). Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.	A partir de un fragmento de una danza tradicional como el cadril establecer los tiempos y relaciones para transformarlas (respetando estos tiempos y relaciones) dándole un matiz creativo basado en gestos nuevos amplios, uso del rostro intencional. Todos estos aspectos serán consensuados en grupo que va compartiendo sus disantos procesos creativos	Danza final transformada	Cooperativo

<p>Proyectos de acción: el proceso creativo, producción colectiva o individual de, danza. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Las danzas como manifestación de la interculturalidad Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.</p>			
---	--	--	--

Evaluación 2

Situación de aprendizaje/ Proyecto/Unidad didáctica 3 EL KENDO 15 % para calificación trimestre:

Competencia específica	Criterios de evaluación	Concreción Objetivos didácticos	Instrumentos evaluación (%)
CE.EF.1 Adaptar la motricidad para resolver diferentes situaciones motrices según su lógica interna (las capacidades físicas, perceptivo motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución) para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos	1.1. Resolver situaciones motrices de oposición, aplicando los principios operacionales básicos del juego, para encadenar acciones tácticas sencillas propias de la lógica interna de dichas situaciones.	1.1.1 <u>Conoce y trata de utilizar los recursos adecuados para resolver con éxito situaciones de oposición con bates de kendo individual centrados la intención de mantener la guardia, amagar para atacar y bloquear para defender</u>	Hoja de observación combates 20 % Ficha escrita 40 %
CE.EF. 2. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrece la acción motriz y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	2.1. Gestionar su participación, individual o colectiva, en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, teniendo en cuenta su lógica interna, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	2.1.1.- Mantiene el control en la fuerza de los golpes y Cumple con las ordenes de hajime y mate	Hoja de observación 20 %
CE.EF.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios conectados con el contexto social próximo en los que se participa.	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.	3.1.1 valora su propia acción de arbitraje	Autoevaluación 20 %

Saberes	Descripción de la SA/UD	Producto final de la SA	Metodología y evaluación formativa
---------	-------------------------	-------------------------	------------------------------------

<p>Acciones motrices de oposición. Principios operacionales básicos: equilibrio-desequilibrio espacial en el espacio propio y del adversario/a, acción-reacción, elección del momento adecuado para actuar, descodificación de las conductas motrices del oponente en cuanto a disposición, velocidad de las acciones y orientación, uso de la fuerza del oponente, y encadenamiento de acciones</p> <p>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural</p> <p>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</p>	<p>Retomando aprendizajes de lógica común como la esgrima aplicarlos al kendo para tener recursos de ataque y defensa, así como de autocontrol participando como jugador/a y arbitro/a de forma activa respetando la idiosincrasia del kendo</p>	<p>Ficha de trucos básicos y observación de un torneo</p>	<p>Aprendizaje baso en problemas</p>
--	---	--	---

Situación de aprendizaje/ Proyecto/Unidad didáctica 4 PREPARANDO EL INTERCENTROS DE ATLETISMO 85 % para calificación trimestre:

Competencia específica	Criterios de evaluación	Concreción Objetivos didácticos	Instrumentos evaluación (%)
<p>CE.EF.1 Adaptar la motricidad para resolver diferentes situaciones motrices según su lógica interna (las capacidades físicas, perceptivo motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución) para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos</p>	<p>1.1. Aplicar los principios operacionales básicos en las situaciones motrices individuales, para resolver las situaciones propias de la especialidad.</p>	<p>1.1.1. Ser capaz de mejorar las marcas iniciales en las especialidades de relevos, lanzamiento de vortex, tras aplicar un proceso de mejora. 1.1.2 Conocer las reglas de acción iniciales en las especialidades de relevos, lanzamiento de vortex</p>	<p>Ficha de sesiones. Mejora de marcas 50 % Ficha sobre conceptos básicos 25 %</p>
<p>CE.EF.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios conectados con el contexto social</p>	<p>3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales en la práctica motriz trabajando la cohesión grupal, el dialogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.</p>	<p>3.3.1 El grupo de cooperativo es capaz de llegar a acuerdos de trabajo en las distintas modalidades y de respetar la competencia de cada miembro</p>	<p>Autoevaluación 10%</p>

próximo en los que se participa.			
<p>CE.EF.5. Adoptar un estilo de vida activo y saludable mediante la práctica física, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas, partiendo de la aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, para tomar decisiones encaminadas hacia la salud integral (física, mental y social), y hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre, mejorando su calidad de vida.</p>	<p>5.1 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía rutinas de higiene antes y después de las sesiones, utilizando el atuendo adecuado e interiorizando cuestiones de educación postural en las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. 5.2. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 5.3. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios</p>	<p>5.1.1 conocer hábitos de higiene después de la af 5.2.1 conocer el calentamiento general como medio de prevención de lesiones 5.3.1 Conocer los primeros auxilios asociados a huesos, músculos y articulaciones</p>	<p>Ficha sobre conceptos básicos 15%</p>

Saberes	Descripción de la SA/UD	Producto final de la SA	Metodología y evaluación formativa
<p>- Acciones motrices individuales. Principios operacionales: uso consciente de la motricidad en función de las características de la actividad, uso y transformación de la energía, crear y mantener la velocidad de las acciones, alineación de fuerzas, alineación de segmentos o elementos en función de las características de la actividad, desarrollo de la práctica motriz en el contexto y parámetros espaciales en las que se desarrollan las situaciones motrices individuales</p> <p>Identificación y rechazo 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</p> <p>La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. - Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas, atuendo básico para la práctica física en diferentes situaciones. -. - Principios del calentamiento y de la vuelta a la calma adaptada a diferentes prácticas físicas. Desarrollo de las capacidades físicas básicas. –</p> <p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices: medidas de seguridad en actividades físicas dentro y</p>	<p>Partiendo de situaciones iniciales diagnosticas progresar en distintas especialidades del atletismo de forma que la principal referencia sea el progreso en relación a las prestaciones propias y del equipo, teniendo en cuenta factores propios del atletismo y factores alrededor de la preparación y gestión de la actividad física (higiene, calentamiento...Importante el trabajo autónomo para descubrir mediante tareas guía los principios operativos de las pruebas llegando a acuerdos y probando distintas opciones</p>	<p>Prueba escrita Mejora de marca Participación del alumnado en un encuentro inter centros de atletismo</p>	<p>Estilo interrogativo cooperativo</p>

<p>fuera del centro escolar.</p> <p>Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Posición lateral de seguridad. Técnicas PAS (proteger, ayudar, socorrer).</p>			
---	--	--	--

Evaluación 3

Situación de aprendizaje/ Proyecto/Unidad didáctica 5 Y ULTIMATE, EL DISCO VOLADOR 100% para calificación trimestre:

Competencia específica	Criterios de evaluación	Concreción Objetivos didácticos	Instrumentos evaluación (%)
CE.EF.1 Adaptar la motricidad para resolver diferentes situaciones motrices según su lógica interna (las capacidades físicas, perceptivo motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución) para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos	1.4. Resolver situaciones motrices basadas en la colaboración y la oposición, aplicando los principios operacionales básicos para elaborar acciones tácticas sencillas propias de estas situaciones motrices.	1.4.1 resolver de forma positiva aspectos tácticos tanto de ataque como de defensa en situaciones reducidas 1.4.2 resolver supuestos y evidenciar reglas de acción ultimate	Hoja de observación 70 % Ficha 15 %
CE.EF.3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios conectados con el contexto social próximo en los que se participa.	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.	3.1.1.-mostrar actitudes positivas para el normal desarrollo de las sesiones referentes a ayuda y respeto a los compañeros /as en la actividad de ultimate	Autoevaluación 15 %

Saberes	Descripción de la SA/UD	Producto final de la SA	Metodología y evaluación formativa
Acciones motrices de colaboración-oposición. Principios operacionales básicos: toma de decisiones y acciones basadas en crear un desequilibrio a mi favor y/o a favor de un compañero/a, control significativo individual del móvil y conservación colectiva del móvil/desposesión e interceptación del móvil. Movimiento hacia el blanco/ ocupación defensiva de espacios peligrosos. Cambio de rol identificando y desarrollando la acción motriz a desarrollar. Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.)	El ultimate es un juego colectivo de cooperación oposición, verdaderamente colectivo y con un reglamento que fomenta la deportividad, los equipos mixtos como normalidad. partiendo de unas situaciones diagnósticas analizaremos los problemas derivados del juego e iremos evolucionando a través de distintas propuestas	Cuaderno de equipo. Evolución de la situación inicial a la final	Estilo interrogativo cooperativo

<p>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. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. - Identificación y rechazo 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.</p>			
--	--	--	--

2. Criterio calificación nota final

- Calificación media de las 3 evaluaciones
- Calificación de la última evaluación
- Calificaciones ponderadas de diferentes evaluaciones EV1 % EV2 % EV3 %
- Calificación media de los criterios de evaluación
- Calificación ponderada de los criterios de evaluación de las 3 evaluaciones
- Otros. Especificar:

3. Proceso de recuperación durante el curso

1. Informar criterios de evaluación no alcanzados para recuperación y proponer actividades de refuerzo
2. Re-aplicación de instrumentos de evaluación al final de cada unidad didáctica
3. Re-aplicación de instrumentos de evaluación al final de cada evaluación
4. Recuperación de criterios de evaluación no alcanzados durante el mes de junio

4. Recuperación de la materia suspendida el curso anterior/ apoyo al alumnado que permanece en el mismo curso

AREAS PENDIENTES Adjunto en R547: PLAN DE REFUERZO PERSONALIZADO (Elabora: Departamentos Aprueba: Dirección pedagógica)

ALUMNO QUE PERMANECE Adjunto en R548: PLAN DE SEGUIMIENTO PERSONAL (Elabora: Tutor y departamento orientación Aprueba: Dirección pedagógica)

5. Otros

Metodologías Adaptado de Mario de Miguel 2006

Lección magistral	LM
Aprendizaje basado en problemas-situaciones reales	ABS
Aprendizaje basado en proyectos, proyectos de comprensión	ABP
Aprendizaje cooperativo	AC
Grupos interactivos	GI
Aprendizaje servicio	AS
Paletas de inteligencias	PI
Aprendizaje a través de TIC-TAC	TIC-TAC
Contrato aprendizaje	CA
Otros	O

Instrumentos de evaluación (R228) Cualquier instrumento, situación, recurso o procedimiento que se utilice para obtener información sobre la marcha del proceso. (Zabalza, 1991)

Actividad de evaluación escrita	AEE
Actividad de evaluación oral	AEO
Observación directa: lista de control	OD-LT
Observación directa: escala de estimación	OD-EE
Observación directa: registro anecdótico	OD-RA
Análisis producción alumnado (cuaderno, portfolio, producción musical, plástica, motriz...)	APA
Diario sesiones aprendizaje cooperativo	DSC
Rúbrica (expresión escrita, oral, proyecto, trabajo, cuaderno alumno...)	RUB
Autoevaluación	AUT
Coevaluación	COE
Otros	OTR