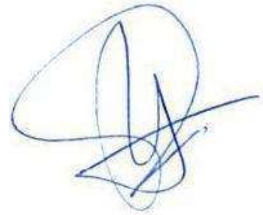


ACTIVIDAD FÍSICA SALUD Y SOCIEDAD

ELABORADO POR:  Alejandro Hewett Saseta	REVISADO POR:  Subdirectora académica Inmaculada Cuevas Molina	APROBADO POR:  Directora Cecilia Vega Martín
FECHA: 15/11/2025	FECHA: 15/11/2025	FECHA: 15/11/2025
Este documento es propiedad del COLEGIO LA ASUNCIÓN, quien se reserva el derecho de solicitar su devolución cuando así se estime oportuno. No se permite hacer copia parcial o total del mismo, así como mostrarlo a empresas o particulares sin la expresa autorización por escrito del COLEGIO LA ASUNCIÓN.		

ÍNDICE

0. Análisis de las dificultades para elaborar la Programación Didáctica

1. Descripción del departamento didáctico.

2. Marco legislativo.

3. Introducción: conceptualización y características de la materia, relación con el Plan de centro.

4. Objetivos, contenidos y su distribución temporal y los criterios de evaluación, posibilitando la adaptación de la secuenciación de contenidos a las características del centro y su entorno. *

5. Contribución de la materia a la adquisición de las competencias básicas.

6. Forma en la que se incorporan los criterios de carácter transversal al currículo.

7. Metodología.

8. Procedimientos de evaluación del alumnado y criterios de calificación, en consonancia con las orientaciones metodológicas establecidas. *

9. Medidas de atención a la diversidad.

10. Materiales y recursos didácticos.

11. Actividades complementarias y extraescolares relacionadas con el currículo que se proponen realizar por los departamentos de coordinación didáctica.

12. Desarrollo de la competencia espiritual.

12.1 Educación en valores

12.2. Actividades, técnicas o dinámicas para el desarrollo de la competencia espiritual.

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

14. Evaluación de la programación didáctica.

ANEXO: SECUENCIACIÓN DE LAS SITUACIONES DE APRENDIZAJE. **DESARROLLO DE LAS SITUACIONES DE APRENDIZAJE**

0. ANÁLISIS DE LAS DIFICULTADES PARA ELABORAR LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

INTRODUCCIÓN

La Educación Física en Bachillerato pretende consolidar un estilo de vida activo, desarrollar el disfrute de la propia corporalidad y de las manifestaciones culturales de carácter motor, desarrollar activamente actitudes eco- socialmente responsables o afianzar el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial del propio aprendizaje.

Además, en esta etapa la materia adopta un carácter propedéutico. En este sentido, la evolución que en la última década han experimentado la actividad física, el deporte, la salud y el uso del tiempo libre, explica el incremento exponencial que se ha producido en la oferta de titulaciones y opciones laborales relacionadas con la misma. La materia tratará de presentar una amplia gama de alternativas representativas de la versatilidad de la disciplina, que sirva para acercar al alumnado a esta serie de profesiones y posibilidades de estudio, ya sea en el ámbito universitario, en el de la formación profesional o en el de las enseñanzas deportivas.

Las capacidades de carácter cognitivo y motor siguen siendo, en esta etapa, claves para abordar con éxito diferentes situaciones motrices, para el desarrollo integral; seguirá siendo importante el desarrollo de las capacidades de carácter afectivo-motivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social. De este modo, el alumnado tendrá que ser capaz de gestionar sus emociones y sus habilidades sociales no solo en contextos variados de práctica motriz, sino también en el ejercicio de otros roles que rodean a la actividad física, que le permitirán demostrar liderazgo, empatía y capacidad para la gestión de grupos.

Además de la propia experimentación motriz, se pretende profundizar en el conocimiento de los factores sociales, económicos, políticos o culturales que conforman cada manifestación, para comprender mejor valores universales que fomentan.

Se deberá continuar insistiendo en la necesidad de convivir de manera respetuosa y activa con el medio ambiente y con los seres vivos que habitan en él, desarrollando, para ello, actividades físico-deportivas en contextos variados y participando en su organización desde planteamientos basados en la conservación y la sostenibilidad que involucren activamente a la comunidad educativa y al entorno cercano.

Los saberes básicos del área de Educación Física se organizan en seis bloques.

El bloque titulado «Vida activa y saludable» aborda los tres componentes de la salud: bienestar físico, mental y social, a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos de práctica físico-deportiva, rechazando comportamientos antisociales y contrarios a la salud, así como toda forma de discriminación y violencia que puedan producirse en estos

ámbitos. El segundo bloque, «Organización y gestión de la actividad física», incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, según intereses y posibilidades, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores, además de la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva. «Resolución de problemas en situaciones motrices» es un bloque con un carácter transdisciplinar y aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición. El cuarto bloque, «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices», se centra, por un lado, en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, mientras que, por otro, incide en el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones constructivas entre los participantes en este tipo de contextos motrices. El bloque «Manifestaciones de la cultura motriz» engloba tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico- expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural, profundizando en la perspectiva de género y en los factores que lo condicionan. Por último, el bloque «Interacción eficiente y sostenible con el entorno» incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno. Por la vital influencia del movimiento en el aprendizaje, se recomienda el desarrollo de distintas situaciones de aprendizaje que lo incorporen como recurso. Será igualmente importante tener en cuenta la regulación de los procesos comunicativos, el desarrollo de las relaciones interpersonales, la conversión de espacios y materiales en oportunidades de aprendizaje o la transferencia del conocimiento adquirido a otros contextos sociales próximos, que permitan comprobar el valor de lo aprendido, aspecto este último clave para una sociedad más justa y equitativa.

DIFICULTADES ENCONTRADAS

La mayor dificultad ha sido entender que quiere evaluar exactamente la ley así como realizar las situaciones de aprendizaje, ya que se necesita mucho tiempo para cuadrar lo que va a impartir y está todo acorde a la ley. Los saberes son excesivamente ambiguos de interpretar y, por lo tanto, muy difícilmente evaluables. Poder evaluar todo lo demandado con la LOMOE, supone mucha práctica de ensayo error hasta poder hacer práctico todo lo estipulado por ley. Por todo ello esta programación ESTARÁ EN CONSTANTE PROCESO DE RE-ESTRUCTURACIÓN.

1.

2. **DESCRIPCIÓN DEL DEPARTAMENTO DIDÁCTICO.**

- Alejandro Hewett Saseta. Profesor EF 3º y 4º ESO, 1º y 2º Bachillerato. (Jefe de departamento).

- Javier Caparrós Vereda. Profesor EF 1º y 2º ESO.

3. MARCO LEGISLATIVO.

Real Decreto 984/2021, de 16 de noviembre, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional.

Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.

Ley 17/2007, de 10 de diciembre, de Educación de Andalucía.

Decreto 102/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía,

Artículo 29 del Decreto 327/2010, de 13 de julio.

Instrucción conjunta 1/2022, de 23 de junio.

Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre las diferentes etapas educativas.

3. INTRODUCCIÓN: CONCEPTUALIZACIÓN Y CARACTERÍSTICAS DE LA MATERIA, RELACIÓN CON EL PLAN DE CENTRO.

La Educación Física es una materia de calidad que posibilita la alfabetización física del alumnado, planteamiento avalado incluso por la UNESCO. Este planteamiento necesario invita a organizar la asignatura con un carácter integrador e inclusivo. Entre ellos se encuentra la necesidad de educar a un alumnado comprometido con su sociedad, que sea responsable de su salud individual y colectiva, autónomo para la práctica de actividad física y que aprecie la riqueza de las manifestaciones culturales de carácter motriz, entre las que se incluye el Flamenco. Esta circunstancia convierte a la Educación Física en uno de los engranajes esenciales para el desarrollo de los fines educativos, permitiendo el desarrollo integral y competencial del alumnado a través del movimiento, presentándose así como una solución vital en el desarrollo de hábitos de vida saludables y deportivos en el alumnado que se mantendrá a lo largo de la vida. La Educación Física incide en la confirmación del conocimiento del cuerpo y en el disfrute de las manifestaciones expresivas y culturales de carácter motriz y en la mejora del desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices de diversa naturaleza. Las competencias específicas de la materia de Educación Física se orientan a consolidar un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado perpetuarlo a través de la planificación autónoma y la autorregulación de su práctica física y de todos los componentes que afecten a la salud, adoptando un estilo de vida sostenible y valorando la riqueza de las manifestaciones culturales. Desde esta materia, deberán reconocerse y ponerse en valor las diferentes manifestaciones de la cultura motriz, como parte relevante del patrimonio cultural, expresivo y artístico de Andalucía, que pueden convertirse en objeto de disfrute y aprendizaje. Este conocimiento en profundidad deberá dirigirse a comprender, desde una visión crítica, entre otros, el lugar que ocupa el deporte en las sociedades

actuales, así como sus implicaciones económicas, políticas, sociales y en el ámbito de la salud, como máxima representación de la cultura motriz en la actualidad. A tal efecto, desde la Educación Física se deben aportar los instrumentos oportunos para que puedan discriminar aquellos comportamientos que son fuente de conflicto, violencia, discriminación o intolerancia, además de poder discernir qué tipo de prácticas físicas son apropiadas y beneficiosas para la salud. Se insistirá en la necesidad de convivir de manera respetuosa con el medio ambiente y con los seres vivos que habitan en él, desarrollando para ello actividades físico-deportivas en contextos variados, identificando, reconociendo y valorando los espacios naturales del patrimonio andaluz, participando en su organización desde planteamientos basados en la conservación y la sostenibilidad. Para alcanzar las competencias específicas, el currículo de la materia de Educación Física se organiza en torno a seis bloques de saberes básicos.

El Bloque A, «Vida activa y saludable», aborda los tres componentes de la salud: física, mental y social, a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos de práctica físico-deportiva, rechazando comportamientos antisociales, discriminatorios o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos.

El Bloque B, «Organización y gestión de la actividad física», incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores, además de la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva. El Bloque C, «Resolución de problemas en situaciones motrices», tendrá un carácter transdisciplinar, atendiendo a tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Dichos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que deberán dar respuesta a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.

El Bloque D, «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices», se centra, por un lado, en el desarrollo de los procesos dirigidos a regular la respuesta emocional del alumnado ante situaciones derivadas de la práctica de la actividad física y deportiva, mientras que, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones inclusivas y constructivas entre quienes participan en este tipo de contextos motrices.

El Bloque E, «Manifestaciones de la cultura motriz», abarca tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artísticoexpresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.

El Bloque F, «Interacción eficiente y sostenible con el entorno», por último, incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno. Se ha de fomentar el estilo actitudinal, el modelo de responsabilidad personal y social, el vinculado a la salud, la gamificación, el aprendizaje-servicio, el aprendizaje cooperativo, la enseñanza personalizada, el basado en la autoconstrucción de materiales, la pedagogía de la aventura, el ecológico, el ludotécnico o centrado en valores, entre otros. La competencia motriz se trabajará en situaciones de aprendizaje que se realicen en un contexto determinado, por la presencia o no de otras personas y la incertidumbre o certidumbre que genera el medio. Con finalidades y objetivos variados: lúdicos, recreativos, agonísticos, higiénicos, funcionales, sociales, expresivos, catárticos, de interacción con el medio natural, y bajo unas reglas, implicando la movilización de manera integral y global de lo cognitivo, lo motor y lo afectivo-emocional, así como las relaciones interpersonales e intrapersonales. Las situaciones motrices de aprendizaje deben, por otro lado, responder a las necesidades psicológicas básicas del alumnado, generando dinámicas que permitan el desarrollo de su autonomía, otorgándole responsabilidades y permitiendo que participen en la toma de decisiones en las aulas. Así mismo, deben aportar un rico repertorio motriz desde una perspectiva comprensiva de la actividad física, en la que prevalezca el proceso por encima del resultado, el saber cómo y por qué por encima de la mera ejecución, de las interacciones sociales con los demás,

potenciando un clima de aula que estimule las relaciones entre los alumnos y alumnas positivas y constructivas, que canalicen la inclusión de todos y todas. Todo ello generará una predisposición positiva hacia la actividad física, necesaria en la intención de adherir a los alumnos y alumnas a la práctica físico-deportiva en horario extraescolar y consolidar con ello estilos de vida más activos y saludables.

La asignatura entra en consonancia con el Plan de Centro ya que se busca la formación integral del alumnado. Estableciendo un sentido del deber y hacer que consideren responsablemente la importancia del esfuerzo, del trabajo y del estudio, para que vayan creciendo como personas, formadas intelectualmente, a la vez que responsables y sensibles ante sus propios compromisos y los compromisos sociales. Procurar en los alumnos una experiencia de aprendizaje que les estimule a pensar y les capacite para que responsable y libremente puedan tomar decisiones personales y para que desarrollen y ejerzan el sentido crítico.

4. LOS OBJETIVOS, LOS CONTENIDOS Y SU DISTRIBUCIÓN TEMPORAL Y LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN, POSIBILITANDO LA ADAPTACIÓN DE LA SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS A LAS CARACTERÍSTICAS DEL CENTRO Y SU ENTORNO.

4.1 OBJETIVOS GENERALES DE LA ETAPA

- a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- b) Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.
- c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición o circunstancia personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad.
- d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana.
- f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
- g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
- h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
- i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.

- l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.
- n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.

4.2 .- CONTENIDO Y DISTRIBUCIÓN

Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Como consecuencia de ello, se deberá evitar centrar las situaciones de aprendizaje exclusivamente en un único bloque, tratando de integrar saberes de distintas procedencias.

1- El primer bloque titulado «Vida activa y saludable» aborda los tres componentes de la salud –física, social y mental– a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos funcionales de práctica físico-deportiva, rechazando los comportamientos antisociales, discriminatorios o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos.

2- El segundo bloque, «Organización y gestión de la actividad física», incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores y la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.

3- Tercer bloque: «Resolución de problemas en situaciones motrices» es un bloque con un carácter transdisciplinar que aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.

4- El cuarto bloque, «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices», se centra, por un lado, en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, y, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones inclusivas y constructivas entre quienes participan en este tipo de contextos motrices.

5- El quinto bloque «Manifestaciones de la cultura motriz» engloba componentes como: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea, el deporte como manifestación cultural y deporte, política y economía.

6- Y, por último, el sexto bloque «Interacción eficiente y sostenible con el entorno» incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

Por la vital influencia del movimiento en el aprendizaje, se recomienda el desarrollo de distintas situaciones de aprendizaje que incorporen el movimiento como recurso, así como enfoques y proyectos interdisciplinares en la medida en que sea posible. Estas situaciones integrarán procesos orientados a la adquisición de las competencias y deberán enfocarse desde diferentes bloques de saberes, evitando centrarse en uno de manera exclusiva y, simultáneamente, desde la articulación con elementos plurales como las diferentes opciones metodológicas de carácter participativo, modelos pedagógicos, el tipo y la intención de las actividades planteadas, la organización de los grupos, la consolidación de una autoestima positiva en el alumnado o la creación de una conciencia de grupo-clase. Será igualmente importante tener en cuenta la regulación de los procesos comunicativos, el desarrollo de las relaciones interpersonales, la conversión de espacios y materiales en

oportunidades de aprendizaje o la transferencia del conocimiento adquirido a otros contextos sociales próximos que permitan comprobar el valor de lo aprendido, aspecto este último clave para una sociedad más justa y equitativa. Todos estos procesos deben establecerse en función de la interrelación de los saberes, el docente, el alumnado y el contexto en el que se aplican; pero, sobre todo, teniendo claro por qué y para qué se utilizan.

SABERES BÁSICOS - DESGLOSE

A. Vida activa y saludable

AFSS.2.A.1. Programación de la actividad física orientada a la salud, atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad, recuperación y tipo de actividad en función de los objetivos y de las necesidades y características individuales. Orientación de los programas hacia el logro de objetivos específicos.

AFSS.2.A.2. Beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud física, social y mental.

AFSS.2.A.3. Evaluación de las capacidades físicas y coordinativas como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida.

AFSS.2.A.4. Exigencias específicas, condicionales y coordinativas de los distintos tipos de actividad física y deportiva. AFSS.2.A.5. Sistemas y métodos de entrenamiento de las capacidades físicas y coordinativas, características de las actividades físicas según el objetivo de mejora y su relación con la salud.

AFSS.2.A.6. Control de los parámetros de carga, evaluación de su efecto y mecanismos de reorientación. Aplicación de los principios del entrenamiento en los métodos de mejora de las capacidades físicas básicas.

AFSS.2.A.7. Aplicaciones y dispositivos digitales para la evaluación y planificación de programas de actividad física y de factores asociados como la nutrición, el descanso y los parámetros biométricos.

AFSS.2.A.8. Nutrición en la vida diaria y en la actividad física de forma específica. Relación ingesta y gasto calórico. Diseño de dietas saludables. Análisis de productos alimenticios: valor alimenticio y energético.

AFSS.2.A.9. Corrección de problemas posturales, ajuste ergonómico de las actividades, lesiones más comunes en la práctica de actividades físicas.

AFSS.2.A.10. Orientaciones profesionales vinculadas a la programación y dirección de la actividad física y la salud. Centros de estudio en la comunidad andaluza: ubicación, currículo y acceso.

AFSS.2.A.11. Factores de riesgo en las actividades físicas, medidas de prevención, análisis de la ejecución de los ejercicios y actuación ante lesiones y accidentes deportivos. Medidas preventivas y compensatorias del entrenamiento físico. Hábitos saludables. Protocolos de seguridad en los diferentes tipos de actividad.

AFSS.2.A.12. Actuaciones críticas ante accidentes. Primeros auxilios. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo de reanimación cardiopulmonar (RCP). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus, y similares). Contenido básico del kit de asistencia (botiquín)

Organización y gestión de la actividad física.

AFSS.2.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: material necesario, instalaciones, características del grupo al que se dirige,

objetivos de la preparación, actividades, seguridad, etc. Herramientas de los medios tecnológicos que están a su disposición para la gestión de la actividad física.

AFSS.2.B.2. Modelos de creación y gestión de empresas relacionadas con las actividades físicas. Análisis de la realidad cercana. Empresas referentes en Andalucía.

AFSS.2.B.3. Selección responsable y sostenible de material deportivo. Reutilización del material disponible. Construcción de material deportivo alternativo y reciclado. Medidas de adecuación de instalaciones y materiales para una práctica físico-deportiva inclusiva.

AFSS.2.B.4. Profesiones vinculadas a la gestión organizativa de eventos, programas, escuelas, asociaciones, federaciones y clubes deportivos.

AFSS.2.B.5. Regulación normativa para la organización de actividades físicas: responsabilidades, seguros y autorizaciones.

AFSS.2.B.6. Organización, gestión y dinamización de actividades colectivas en diferentes contextos de práctica. AFSS.2.B.7. Dirección de grupos deportivos, garantizando la participación, el aprendizaje, la seguridad, la diversión y la interacción social de sus componentes.

Resolución de problemas en situaciones motrices.

AFSS.2.C.1. Observación y evaluación de las situaciones motrices variadas, sus factores condicionales, técnicos, de participación y de resolución táctica individual y colectiva: técnicas, estrategias y herramientas de medida.

AFSS.2.C.2. Aplicaciones y dispositivos para la observación de elementos técnicos y tácticos en situaciones motrices variadas que permitan el análisis de los resultados.

AFSS.2.C.3. Habilidades para la resolución de problemas tácticos, utilizando los recursos adecuados y mejorando la toma de decisiones.

AFSS.2.C.4. Resolución de situaciones motrices variadas, ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Secuencias de aprendizaje de habilidades específicas de distintos deportes individuales que incluyan todos los patrones motrices básicos.

AFSS.2.C.5. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición, sin o con contacto corporal, y con el uso o no de implementos.

AFSS.2.C.6. Resolución de actividades cooperativas, su análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito. Tipos de feedback.

AFSS.2.C.7. Resolución de problemas tácticos en situaciones de cooperación-oposición, desde distintos roles, ajustados a la estrategia colectiva planteada en las diferentes fases del ciclo del juego.

AFSS.2.C.8. Mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, que permitan el ajuste y modificación de la propia

intervención para resolver situaciones motrices adecuadamente respecto a sí mismo, a móviles e implementos, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica según el objetivo planteado.

AFSS.2.C.9. Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses, considerando la inclusión de deportes individuales y colectivos y la realización de actividades expresivas y en el medio natural.

AFSS.2.C.10. Elaboración de montajes individuales y colectivos, con o sin base musical.

Actividad física y sociedad.

AFSS.2.D.1. Distintas perspectivas del deporte para todos, escolar, de base, competitivo, profesional, etc. AFSS.2.D.2. Análisis crítico de la actividad física y el deporte en los medios de comunicación.

AFSS.2.D.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices, tales como, comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas.

AFSS.2.D.4. Hábitos y estereotipos sociales que inciden en la calidad de vida, condición física y salud, así como en la convivencia democrática.

AFSS.2.D.5. Biografías de personalidades relevantes del mundo del deporte y la actividad física, a nivel mundial, español y andaluz. La mujer en el deporte: situación actual, evolución histórica de su acceso y participación, biografías de mujeres deportistas relevantes.

AFSS.2.D.6. Historia y evolución de las competiciones deportivas: los Juegos Olímpicos y Paralímpicos.

AFSS.2.D.7. Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.

AFSS.2.D.8. Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito artístico-expresivo a nivel mundial, nacional y andaluz.

AFSS.2.D.9. La cultura motriz en manifestaciones con intencionalidad estética o expresiva.

AFSS.2.D.10. Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Marketing del deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte en ámbitos como docencia, gestión, rendimiento o recreación.

Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

AFSS.2.E.1. Fomento del desplazamiento activo y sostenible en actividades cotidianas.

AFSS.2.E.2. Análisis de las posibilidades del entorno urbano y natural para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. Adecuación de espacios y ofertas de actividades en el entorno local y de Andalucía.

AFSS.2.E.3. Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad, por ejemplo, el uso deportivo y la accesibilidad. Adecuación a la normativa europea, estatal y andaluza.

AFSS.2.E.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. Materiales y equipamientos: su uso según las especificaciones técnicas de los mismos.

AFSS.2.E.5. Cuidado, adecuación y uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad.

AFSS.2.E.6. Proyectos de actividad física y deportiva en el entorno natural y urbano

4.3- CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Actividad Física, Salud y Sociedad		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Saberes Básicos
1. Asentar, practicar y promover en su entorno próximo estilos de vida activos y saludables, planificando la actividad física propia y de terceros, partiendo de una evaluación inicial con base en parámetros científicos asequibles de las características fisiológicas y biométricas de los	1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma programas de actividad física dirigidos al mantenimiento y mejora de la salud y calidad de vida, intentando incrementar el nivel inicial de las mismas, teniendo en cuenta su estado de salud y su condición física, realizando una valoración ajustada de todos los factores de rendimiento, temporizando adecuadamente las acciones, aplicando sistemas y métodos adecuados, observando los principios de	AFSS.2.A.1 AFSS.2.A.2. AFSS.2.A.3. AFSS.2.A.5. AFSS.2.B.1.

participantes, sus necesidades y motivaciones, así como de las condiciones del contexto para incorporar estilos de vida saludables. STEM2, STEM5, CD4, CPSAA1.2, CPSAA2, CPSAA5.	acondicionamiento físico e incluyendo elementos motivacionales.	
	1.2. Incorporar de forma consciente y autónoma en su actividad diaria, así como asesorar y orientar a terceros, medidas específicas para la prevención de lesiones, la autorregulación y dosificación del esfuerzo, aspectos saludables en la nutrición, conductas de riesgo para la salud, descanso adecuado, educación postural y ajustes ergonómicos del movimiento, entendiendo su relación con la calidad de vida y la eficiencia en diferentes desempeños deportivos y profesionales.	AFSS.2.A.4. AFSS.2.A.5. AFSS.2.A.8. AFSS.2.A.9. AFSS.2.A.11. AFSS.2.A.12.
	1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, todo ello identificando y transmitiendo las posibles transferencias de estos conocimientos a todo tipo de situaciones habituales de ocio y laborales.	AFSS.2.A.9. AFSS.2.A.11. AFSS.2.A.12.
	1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales, comportamientos e informaciones falaces de diversas fuentes, contrarios a la salud física, mental o social, así como a los valores de convivencia democrática y aplicando con autonomía e independencia criterios de validez, fiabilidad y objetividad.	AFSS.2.A.10. AFSS.2.A.11. AFSS.2.D.4.
	1.5. Emplear de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con el análisis, control y gestión de la actividad física, incrementando la eficiencia de sus acciones, favoreciendo la interrelación entre participantes y respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la utilización y difusión de datos personales.	AFSS.2.A.6. AFSS.2.A.7. AFSS.2.A.8.

2. Experimentar y desarrollar competencias, además de la motriz, implicadas en los estudios y salidas profesionales asociadas a la actividad	2.1. Elaborar y aplicar instrumentos de observación cualitativa y cuantitativa a los diferentes contextos de actividad física, evaluando los factores implicados en la consecución de los objetivos propuestos y aplicando	AFSS.2.B.1. AFSS.2.B.2.
física y el deporte, tales como dirección de grupos, organización de actividades, observación de situaciones motoras, diseño de actividades creativas, de ocio y de enseñanzas deportivas para dotar al alumnado de una visión global de las actividades motrices en los diferentes contextos que se pueda encontrar en su futuro desempeño laboral.	criterios de validez y fiabilidad.	
CCL1, CCL5, STEM5, CD2, CD3, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CE3.	2.2. Diseñar, planificar y dirigir actividades individuales y colectivas de aprendizaje, recreación o acondicionamiento físico, adaptado al grupo, observando las medidas de seguridad y cuidado de la salud pertinentes y garantizando un tiempo de desempeño motor suficiente, así como la eficiencia en los procesos de comunicación inicial y de feedback necesarios que incluirá tanto información técnica como motivacional.	AFSS.2.B.1. AFSS.2.B.3. AFSS.2.B.7.
	2.3. Organizar y gestionar las acciones previas y posteriores a la ejecución de diferentes actividades colectivas de actividad física, deportiva o expresiva, asegurando la disponibilidad de los recursos necesarios para la realización de las actividades, preparando los espacios, los equipos y los materiales requeridos, ajustándose a los objetivos y características de estas, proporcionando seguridad en su práctica, y promoviendo la participación.	AFSS.2.B.1. AFSS.2.B.2. AFSS.2.B.3. AFSS.2.B.4. AFSS.2.B.5.
	2.4. Participar y vivenciar las actividades físicas, deportivas o expresivas que se planteen desde los diferentes roles implicados: participante, espectador, organizador, árbitro o dinamizador, y reflexionar sobre la experiencia, comunicándose con respeto, trabajando en grupo y comprendiendo las diferentes visiones y experiencias propias y de los demás.	AFSS.2.B.4. AFSS.2.B.6. AFSS.2.D.3.
	2.5. Incorporar el uso de aplicaciones y dispositivos digitales a las diferentes fases del proceso: diseño y planificación, evaluación y comunicación, de las diferentes actividades en contextos variados.	AFSS.2.A.7. AFSS.2.B.1. AFSS.2.B.7.
3. Resolver con seguridad, estabilidad y creatividad situaciones motrices variadas vinculadas a diferentes manifestaciones deportivas, recreativas y creativas, consolidando su	3.1. Identificar, analizar, comprender y progresar en 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,	AFSS.2.C.1. AFSS.2.C.2. AFSS.2.C.4. AFSS.2.C.8.

capacidad de aprendizaje individual y compartido, fundamentadas sobre habilidades para la autorregulación emocional, la observación y el análisis, la planificación y la comunicación. CCL1, STEM2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA3	proponiendo y aplicando soluciones a los mismos.	
	3.2. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, ajustándose a los objetivos y resolviendo eficiente y creativamente los imprevistos, demostrando dominio de los patrones motores básicos y progresando en la adquisición de habilidades específicas para cada contexto.	AFSS.2.C.6. AFSS.2.C.7.
	3.3. Ser capaces de percibir los elementos clave, comprender las opciones de resolución y tomar decisiones	AFSS.2.C.2. AFSS.2.C.3.
	ajustadas en situaciones de cooperación-oposición, favoreciendo la resolución de estas, de forma exitosa, adaptada y creativa, desde los distintos roles ofensivos y defensivos, así como en distintos momentos del ciclo del juego.	AFSS.2.C.5. AFSS.2.C.6. AFSS.2.C.7.
	3.4. Aplicar proyectos motores en la creación de composiciones individuales y colectivas, con y sin base musical, de manera coordinada y creativa, utilizando el movimiento como elemento expresivo y optimizando los recursos disponibles.	AFSS.2.C.2. AFSS.2.C.6. AFSS.2.C.8. AFSS.2.C.10.
	3.5. Comprender y analizar proyectos motores, propios y de los otros, siendo capaces de gestionar autónomamente cualquier imprevisto y realizar ajustes eficientes y creativos, a partir de las informaciones propias o compartidas, gracias a la capacidad de resiliencia, su motivación, el análisis y la utilización de la información disponible.	AFSS.2.C.9. AFSS.2.C.10.
4. Recopilar, vivenciar y promover actividades físico-deportivas que destaquen por su carácter mixto e inclusivo, proponiendo alternativas creativas que favorezcan la implantación de hábitos de actividad física y deportiva que superen las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, para	4.1. Conocer y participar en actividades deportivas reconocidas de carácter mixto, además de organizar y promover la adaptación de otras a este carácter, reconociendo su riqueza y demostrando valores de respeto y superación de los estereotipos de género.	AFSS.2.D.2. AFSS.2.D.3. AFSS.2.D.5.
	4.2. Organizar, promover y participar en actividades físicas inclusivas, desde el conocimiento de los diferentes tipos de discapacidad, adaptándose a los requerimientos físicos, psíquicos y sociales, realizando adaptaciones creativas de las reglas y los materiales, estableciendo los medios y ayudas	AFSS.2.D.3. AFSS.2.D.6.

desarrollar procesos de autorregulación emocional y entendimiento social en los diferentes espacios en los que se participa. CCL2, CCL5, STEM5, CPSAA3.1, CC2, CC3, CE3.	técnicas específicas que facilitan la realización de las actividades y posibilitando la inclusión desde el respeto y la empatía.	
	4.3. Conocer, y comprender las características y organización del deporte adaptado, experimentando alguna de sus modalidades mediante la autoconstrucción de espacios de práctica y materiales, según los medios disponibles, siempre teniendo en cuenta las medidas de seguridad.	AFSS.2.D.1. AFSS.2.D.2. AFSS.2.D.3. AFSS.2.D.6.
	4.4. Organizar, promover y gestionar actividades físico- deportivas, aplicando técnicas didácticas, organizadas con base en criterios de igualdad y evitando las agrupaciones por niveles, mediante la propuesta creativa de reglas que propicien la heterogeneidad de grupos y criterios múltiples de valoración.	AFSS.2.C.10. AFSS.2.D.7. AFSS.2.D.9.
5. Investigar, descubrir y analizar críticamente las influencias sociales,	5.1. Comprender, contextualizar y analizar desde una postura crítica la influencia cultural y social, sus relaciones	AFSS.2.D.2. AFSS.2.D.9.
políticas y económicas que conforman las distintas manifestaciones de la cultura motriz, incluida la cultura andaluza, así como sus mecanismos de arraigo social y transmisión de valores, adoptando una postura ética y proactiva en la defensa y fomento de valores democráticos de inclusión, respeto a las normas y a los demás, rechazo a la violencia y a la discriminación, y a aquellos tópicos o estereotipos perjudiciales para la salud para favorecer un desarrollo integral tanto individual como social. CCL1, CCL3, CCL5, CD1, CPSAA4, CC1, CC2, CCEC1, CCEC2, CCEC4.	con los medios de comunicación y los intereses económicos y políticos, de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria y aquellos perjudiciales para la salud.	AFSS.2.D.10.
	5.2. Aplicar técnicas y métodos de investigación social para valorar la implantación e influencia de la cultura motriz en su entorno cercano, rechazando aquellos componentes contrarios a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria, y aquellos perjudiciales para la salud.	AFSS.2.D.4. AFSS.2.D.9.
	5.3. Conocer, comparar y analizar las diferencias entre las manifestaciones representativas de la cultura motriz de diferentes zonas y culturas del mundo y de España.	AFSS.2.D.5. AFSS.2.D.6. AFSS.2.D.7.
	5.4. Identificar, recopilar, conocer, participar, practicar y difundir aquellas actividades físicas propias de la cultura	AFSS.2.D.7. AFSS.2.D.8.

	motriz andaluza.	
6. Organizar, desarrollar y promover acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y el deporte en el medio natural y urbano, integrándose en ella, asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, optimizando los recursos próximos, y contribuyendo al cuidado y mantenimiento del entorno para un desarrollo sostenible para impulsar acciones que fomenten un desarrollo sostenible. STEM5, CD2, CPSAA2, CPSAA3.2, CC4, CE1, CE2, CE3.	6.1. Analizar, diseñar, planificar y ofertar proyectos de colaboración con asociaciones u organismos de su entorno, teniendo como base la actividad física, promoviendo hábitos de vida saludable y la inclusión social de diferentes colectivos.	AFSS.2.B.2. AFSS.2.B.6. AFSS.2.B.7. AFSS.2.E.4.
	6.2. Diseñar, planificar, promover y organizar proyectos de actividad física en el entorno urbano o natural, optimizando los recursos, garantizando la seguridad, incluyendo elementos culturales propios de ese entorno, y realizando acciones que contribuyan a su cuidado y mantenimiento.	AFSS.2.E.1. AFSS.2.E.2. AFSS.2.E.5. AFSS.2.E.6.
	6.3. Diseñar cooperativamente un proyecto de empresa relacionada con la actividad física o deportiva, contemplando todos los elementos necesarios: análisis DAFO, recursos financieros y humanos, trámites administrativos y estrategias de promoción.	AFSS.2.B.2. AFSS.2.E.3. AFSS.2.E.4.

5.- CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

El Bachillerato tiene como finalidad proporcionar al alumnado formación, madurez intelectual y humana, conocimientos, habilidades y actitudes que le permitan desarrollar funciones sociales e incorporarse a la vida activa con responsabilidad y aptitud. Debe, asimismo, facilitar la adquisición y el logro de las competencias indispensables para su futuro formativo y profesional, y capacitarlo para el acceso a la educación superior.

Para cumplir estos fines, es preciso que esta etapa contribuya a que el alumnado progrese en el grado de desarrollo de las competencias que, de acuerdo con el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica, debe haberse alcanzado al finalizar la Educación Secundaria Obligatoria. Con carácter general, debe entenderse que la consecución de las competencias y objetivos previstos en la LOMLOE para las distintas etapas educativas está vinculada a la adquisición y desarrollo de las competencias clave recogidas tanto en el Perfil de salida al término de la enseñanza básica como en el Perfil competencial al término del Bachillerato, y que son las siguientes:

- **Competencia en comunicación lingüística.**
- **Competencia plurilingüe.**
- **Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.**
- **Competencia digital.**
- **Competencia personal, social y de aprender a aprender.**
- **Competencia ciudadana.**
- **Competencia emprendedora.**
- **Competencia en conciencia y expresiones culturales.**

Estas competencias clave son la adaptación al sistema educativo español de las establecidas en la Recomendación del Consejo de la Unión Europea, de 22 de mayo de

2018, relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente. Esta adaptación responde a la necesidad de vincular dichas competencias a los retos y desafíos del siglo XXI, así como al contexto de la educación formal y, más concretamente, a los principios y fines del sistema educativo establecidos en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

Si bien la Recomendación se refiere al aprendizaje permanente, que debe producirse a lo largo de toda la vida, el Perfil de salida remite al momento preciso del final de la enseñanza básica. Del mismo modo, y dado que las competencias clave se adquieren necesariamente de forma secuencial y progresiva a lo largo de toda la vida, resulta necesario adecuar las mismas a ese otro momento del desarrollo personal, social y formativo del alumnado que supone el final del Bachillerato. Consecuentemente, en el presente anexo, se definen para cada una de las competencias clave un conjunto de descriptores operativos, que dan continuidad, profundizan y amplían los niveles de desempeño previstos al final de la enseñanza básica, con el fin de adaptarlos a las necesidades y fines de esta etapa postobligatoria.

De la misma manera, en el diseño de las enseñanzas mínimas de las materias de Bachillerato, se mantiene y adapta a las especificidades de la etapa la necesaria vinculación entre dichas competencias clave y los principales retos y desafíos globales del siglo XXI a los que el alumnado va a verse confrontado. Esta vinculación seguirá dando sentido a los aprendizajes y proporcionará el punto de partida para favorecer situaciones de aprendizaje relevantes y significativas, tanto para el alumnado como para el personal docente.

Con carácter general, debe entenderse que la consecución de las competencias y objetivos del Bachillerato está vinculada a la adquisición y desarrollo de dichas competencias clave. Por este motivo, los descriptores operativos de cada una de las competencias clave constituyen el marco referencial a partir del cual se concretan las competencias específicas de las diferentes materias. Esta vinculación entre descriptores operativos y competencias específicas propicia que de la evaluación de estas últimas pueda colegirse el grado de adquisición de las competencias clave esperadas en Bachillerato y, por tanto, la consecución de las competencias y objetivos previstos para la etapa.

DESCRIPTORES OPERATIVOS AL FINALIZAR BACHILLERATO

Los descriptores operativos de las competencias clave constituyen, junto con los objetivos de la etapa, el marco referencial a partir del cual se concretan las competencias específicas de la asignatura o área de Educación Física. Esta vinculación entre descriptores operativos y competencias específicas propicia que de la evaluación de estas últimas pueda colegirse el grado de adquisición de las competencias clave definidas en el Perfil competencial y, por tanto, la consecución de las competencias y objetivos previstos para la etapa.

Es importante señalar que la adquisición de cada una de las competencias clave contribuye a la adquisición de todas las demás. No existe jerarquía entre ellas, ni puede establecerse una correspondencia exclusiva con una única materia, sino que todas se concretan en los aprendizajes de las distintas materias y, a su vez, se adquieren y desarrollan a partir de los aprendizajes que se producen en el conjunto de las mismas.

Perfil de Salida:

-COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA (CCL)

- CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con fluidez, coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales y académicos, y participa en

interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y argumentar sus opiniones como para establecer y cuidar sus relaciones interpersonales.

- CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los distintos ámbitos, con especial énfasis en los textos académicos y de los medios de comunicación, para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

- CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera clara y rigurosa adoptando un punto de vista creativo y crítico a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

- CCL4. Lee con autonomía obras relevantes de la literatura poniéndolas en relación con su contexto sociohistórico de producción, con la tradición literaria anterior y posterior y examinando la huella de su legado en la actualidad, para construir y compartir su propia interpretación argumentada de las obras, crear y recrear obras de intención literaria y conformar progresivamente un mapa cultural.

- CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando y rechazando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

- COMPETENCIA PLURILINGÜE (CP)

CP1. Utiliza con fluidez, adecuación y aceptable corrección una o más lenguas, además de la lengua familiar o de las lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas con espontaneidad y autonomía en diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, desarrolla estrategias que le permitan ampliar y enriquecer de forma sistemática su repertorio lingüístico individual con el fin de comunicarse de manera eficaz.

CP3. Conoce y valora críticamente la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal y anteponiendo la comprensión mutua como característica central de la comunicación, para fomentar la cohesión social.

- COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIA EN CIENCIA, TECNOLOGÍA E INGENIERÍA (STEM)

STEM1. Selecciona y utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones propias de la modalidad elegida y emplea estrategias variadas para la resolución de problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando y creando prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma colaborativa, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y evaluando el producto obtenido de acuerdo a los objetivos propuestos, la sostenibilidad y el impacto transformador en la sociedad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de investigaciones de forma clara y precisa, en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas,

símbolos.) y aprovechando la cultura digital con ética y responsabilidad y valorando de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.

- COMPETENCIA DIGITAL (CD)

CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla posteriormente.

CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales de forma individual o colectiva, aplicando medidas de seguridad y respetando, en todo momento, los derechos de autoría digital para ampliar sus recursos y generar nuevo conocimiento

CD3. Selecciona, configura y utiliza dispositivos digitales, herramientas, aplicaciones y servicios en línea y los incorpora en su entorno personal de aprendizaje digital para comunicarse, trabajar colaborativamente y compartir información, gestionando de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red y ejerciendo una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías

CD5. Desarrolla soluciones tecnológicas innovadoras y sostenibles para dar respuesta a necesidades concretas, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

- COMPETENCIA PERSONAL, SOCIAL Y DE APRENDER A APRENDER (CPSAA)

CPSAA1.1 Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.

CPSAA1.2 Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida.

CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.

CPSAA3.1 Muestra sensibilidad hacia las emociones y experiencias de los demás, siendo consciente de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia.

CPSAA3.2 Distribuye en un grupo las tareas, recursos y responsabilidades de manera ecuatoriana, según sus objetivos, favoreciendo un enfoque sistémico para contribuir a la consecución de objetivos compartidos.

CPSAA4. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.

CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.

- COMPETENCIA CIUDADANA (CC)

CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el

espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.

CC2. Reconoce, analiza y aplica en diversos contextos, de forma crítica y consecuente, los principios, ideales y valores relativos al proceso de integración europea, la Constitución Española, los derechos humanos, y la historia y el patrimonio cultural propios, a la vez que participa en todo tipo de actividades grupales con una actitud fundamentada en los principios y procedimientos democráticos, el compromiso ético con la igualdad, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad y corresponsabilidad efectiva entre mujeres y hombres.

CC4. Analiza las relaciones de interdependencia y ecodependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.

- COMPETENCIA EMPRENDEDORA (CE)

CE1. Evalúa necesidades y oportunidades y afronta retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico con proyección profesional emprendedora.

CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.

CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.

- COMPETENCIA EN CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES (CCEC)

CCEC1. Reflexiona, promueve y valora críticamente el patrimonio cultural y artístico de cualquier época, contrastando sus singularidades y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.

CCEC2. Investiga las especificidades e intencionalidades de diversas manifestaciones artísticas y culturales del patrimonio, mediante una postura de recepción activa y deleite, diferenciando y analizando los distintos contextos, medios y soportes en que se materializan, así como los lenguajes y elementos técnicos y estéticos que las caracterizan.

CCEC3.1 Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones con creatividad y espíritu crítico, realizando con rigor sus propias producciones culturales y artísticas, para participar de forma activa en la promoción de los derechos humanos y los procesos de socialización y de construcción de la identidad personal que se derivan de la práctica artística.

CCEC3.2 Descubre la autoexpresión, a través de la interacción corporal y la experimentación con diferentes herramientas y lenguajes artísticos, enfrentándose a situaciones creativas con una actitud empática y colaborativa, y con autoestima, iniciativa e imaginación.

CCEC4.1 Selecciona e integra con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para diseñar y producir

proyectos artísticos y culturales sostenibles, analizando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral que ofrecen sirviéndose de la interpretación, la ejecución, la improvisación o la composición.

CCEC4.2 Planifica, adapta y organiza sus conocimientos, destrezas y actitudes para responder con creatividad y eficacia a los desempeños derivados de una producción cultural o artística, individual o colectiva, utilizando diversos lenguajes, códigos, técnicas, herramientas y recursos plásticos, visuales, audiovisuales, musicales, corporales o escénicos, valorando tanto el proceso como el producto final y comprendiendo las oportunidades personales, sociales, inclusivas y económicas que ofrecen.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Competencias específicas

1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

La adquisición de esta competencia específica se materializará cuando el alumnado, consciente de todos los elementos que condicionan la salud y la actividad física, sea capaz de tenerlos en cuenta, adaptarlos y coordinarlos para gestionar, planificar y autorregular su propia práctica motriz y sus estilos de vida, en base a sus intereses y objetivos personales. Esta competencia de carácter trans e intra disciplinar, impregna a la globalidad de la materia Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, que deben seguir trabajándose en relación con la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una educación nutricional, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención y el cuidado de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana.

El buen uso de la tecnología debe ser un aliado desde un punto de vista transdisciplinar en nuestra área, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores : STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.

2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y

consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. El bagaje motor que el alumnado de esta etapa posee en estas edades le permitirá anticiparse a las distintas situaciones y adaptar sus habilidades motrices a las exigencias de cada situación. Esta ventaja le permitirá focalizar su atención en aspectos que hasta ahora quedaban en un segundo plano, mejorando y perfeccionando así su ejecución técnico-táctica e identificando los errores más habituales que se dan en cada situación, para así poder evitarlos. Esto le permitirá incluso avanzar un paso más y planificar, dirigir y supervisar actividades físicas para otras personas, desarrollando funciones de entrenador o técnico.

Como en anteriores etapas, estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, sin dejar de lado necesariamente los más habituales o tradicionales y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, *ultimate*, *lacrosse*, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (*rounders*, *softball*, etc.), de blanco y diana (*boccia*, tiro con arco o similares, de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (*skate*, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros), procurando, en la medida de lo posible y según el contexto particular de cada centro, priorizar las manifestaciones más desconocidas para el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.

3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

Esta competencia específica pretende superar las desigualdades y comportamientos incívicos y antidemocráticos que a veces se reproducen en los contextos físico-deportivos. Para ello, por un lado, incide en la gestión personal de las emociones y en el fomento de actitudes de superación, tolerancia a la frustración y manejo del éxito y del fracaso en contextos de práctica motriz. Mientras que, por otro, en el plano colectivo, implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se plantearán situaciones en las que el alumnado tenga que desempeñar roles diversos relacionados con la práctica física, tales como participante, espectador, árbitro, entrenador, organizador o narrador crítico, que ayudarán a analizar y vivenciar las relaciones sociales desde diferentes perspectivas. Por otro lado, esta competencia pretende ir un paso más allá en esta etapa, contribuyendo a generalizar y democratizar las prácticas motrices que se

practiquen en el centro, así como los espacios de interacción en los que se reproduzcan, fomentando la difusión de manifestaciones deportivas que no están afectadas por estereotipos de género o competencia motriz, como sí ocurre en ocasiones con las más predominantes o extendidas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5, CC3.

4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante las etapas anteriores. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento en profundidad que permita analizar y comprender globalmente sus manifestaciones, así como sus factores condicionantes. En esta etapa, además, se pretende que el alumnado comprenda los valores que transmite y que hacen interesante su conservación, ya que en ellos reside la clave de su propia existencia y su principal aportación a la cultura global.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en etapas anteriores, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales, populares y autóctonos, danzas propias del folclore tradicional, flamenco, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro: teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle y musical o similares; representaciones más elaboradas: lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses, entre otros; o actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo: percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes. Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos ajenos a la salud de las personas o a la sana competición.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CPSAA1.2, CC1, CCEC1.

5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

Llegada esta etapa, el alumnado de Bachillerato es plenamente consciente de lo que implica desarrollar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno. Por eso, los esfuerzos en esta etapa no irán dirigidos tanto a la profundización en estos aprendizajes como a su consolidación a partir de la realización de actividades de concienciación para otros miembros de la comunidad educativa.

Continuando con el trabajo iniciado en etapas previas, el alumnado de Bachillerato deberá participar en numerosas actividades en contextos naturales y urbanos, las cuales ampliarán su bagaje motor y sus experiencias fuera del contexto escolar. Sin embargo, y más importante aún si cabe; también diseñarán y organizarán actividades para otras personas que respeten el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratando de mejorarlo y concienciando a través de ello. Este enfoque de responsabilidad ecológica y

social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio y que favorecen la ciudadanía activa.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el *crossfit*, el patinaje, el *skate*, el *parkour* o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, el *plogging*, las rutas por vías verdes, la escalada, vía ferratas, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1.

6.- FORMA EN LA QUE SE INCORPORAN LOS CRITERIOS DE CARÁCTER TRANSVERSAL AL CURRÍCULO.

Según de la ley de Educación de Andalucía (a la espera de Real decreto o decreto en Andalucía) se irán introduciendo los siguientes artículos:

Educación en valores.

1. Las actividades de las enseñanzas, en general, el desarrollo de la vida de los centros y el currículo tomarán en consideración como elementos transversales el fortalecimiento del respeto de los derechos humanos y de las libertades fundamentales y los valores que preparan al alumnado para asumir una vida responsable en una sociedad libre y democrática.

2. Asimismo, se incluirá el conocimiento y el respeto a los valores recogidos en la Constitución Española y en el Estatuto de Autonomía para Andalucía.

3. Con objeto de favorecer la igualdad real y efectiva entre hombres y mujeres, el currículo contribuirá a la superación de las desigualdades por razón del género, cuando las hubiere, y permitirá apreciar la aportación de las mujeres al desarrollo de nuestra sociedad y al conocimiento acumulado por la humanidad.

4. El currículo contemplará la presencia de contenidos y actividades que promuevan la práctica real y efectiva de la igualdad, la adquisición de hábitos de vida saludable y deportiva y la capacitación para decidir entre las opciones que favorezcan un adecuado bienestar físico, mental y social para sí y para los demás.

5. Asimismo, el currículo incluirá aspectos de educación vial, de educación para el consumo, de salud laboral, de respeto a la interculturalidad, a la diversidad, al medio ambiente y para la utilización responsable del tiempo libre y del ocio.

Cultura andaluza.

El currículo deberá contemplar la presencia de contenidos y de actividades relacionadas con el medio natural, la historia, la cultura y otros hechos diferenciadores de Andalucía, como el flamenco, para que sean conocidos, valorados y respetados como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.

7. METODOLOGÍA

7.1 - INTENCIONES METODOLÓGICAS.

Las intenciones metodológicas que serán referentes en la actuación didáctica serán las siguientes:

- Fomentar la autonomía de los alumnos/as.
- Incrementar el tiempo de compromiso motor y fisiológicos de los alumnos/as.
- Evitar situaciones de riesgo.
- Implicar cognoscitivamente a los alumnos/as.
- Fomentar el interés hacia la práctica de actividad física.
- Favorecer las relaciones sociales, coeducativas y entre iguales.
- Favorecer la individualización de la enseñanza.

7.2 - ESTILOS DE ENSEÑANZA.

Los estilos de enseñanza que se plantean serán:

Tradicionales. Principalmente la asignación de tareas. Delimitarán las normas de clase y las rutinas del desarrollo de las sesiones.

Individualizadores. De manera paulatina, se irán desarrollando sesiones en las que el alumnado podrá elegir en función de intereses, nivel de habilidad, necesidades, etc.

Participativos. Durante el curso se realizarán actividades dónde el alumnado tendrá que evaluarse recíprocamente, tanto por parejas como en pequeños grupos, reflexionando a través de estos estilos la reflexión grupal y el diálogo.

Socializadores. Dado el carácter específico de la asignatura, siempre estarán presentes a lo largo de todo el curso, con el objetivo de crear un ambiente de aula positivo, en el que el alumnado sienta confianza y afecto, evitando conductas contrarias tales como faltas de respeto, discriminaciones, etc.

Cognoscitivos. Fundamentalmente presentes en los juegos y deportes de colaboración y colaboración-oposición, destacando la resolución de problemas.

Creativos. Irán apareciendo durante el curso, en actividades donde se utilice la libre exploración, la identificación expresiva y la creatividad corporal.

7.3 - INNOVACIÓN METODOLÓGICA

Para este curso, continuamos usando una metodología innovadora, con la base de las inteligencias múltiples, pero trabajaremos de forma cooperativa con estructuras distintas como lápices al centro, folio giratorio, un dos, cuatro, cabezas numerados entre otras.

Se intentará enseñar a cada alumno estrategias o formas a través de las cuales pueda comprender mejor. Para ello, se utilizarán destrezas de pensamiento, organizadores gráficos, rúbricas... Con esta metodología se pretende estimular, fomentando el interés y la confianza en sí mismo, a través de actividades próximas a la vida cotidiana, buscando la aplicación directa a la vida. Así de esta forma, se desarrollará en los alumnos capacidades que les permitan emprender, planificar, tomar decisiones y asumir

Además, se organizan las clases de formas distintas, para poder llevar a cabo este trabajo cooperativo y fomentar el trabajo en equipo y la escucha a los demás, compartir las tareas y respetar a los compañeros.

Se utilizarán las tecnologías de la información y la comunicación como herramientas para investigar, analizar, intercambiar y presentar la información, además de que es en sí misma medio de aprendizaje.

Especialmente este curso se ha acordado trabajar dos rutinas de aprendizaje cada trimestre dependiendo del tema y contenido a trabajar:

- Veo, pienso, me pregunto. Partiremos en un primer momento de lo que estamos observando, se podrá anotar si fuera necesario en la pizarra o bien de forma oral en la motivación inicial de la sesión de clase. Seguidamente se realizará el momento del “Pienso”, qué es lo que pienso que significa u opinión personal. Y, por último, se realizará un tercer momento de qué te preguntas. Esta rutina se utilizará en la introducción de un tema o como momentos que marcamos a lo largo del desarrollo del tema.
- Compara, contrasta. Esta destreza de pensamiento es útil para estructurar y analizar la información. A partir de dos conceptos se detalla en qué se parecen, en que se diferencian y, por último, se realizan conclusiones más significativas. Es útil para comprender en profundidad un contenido dado.

8.LOS PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL ALUMNADO Y LOS CRITERIOS DE CALIFICACIÓN, EN CONSONANCIA CON LAS ORIENTACIONES METODOLÓGICAS ESTABLECIDAS

Actividad Física, Salud y Sociedad	
Competencias específicas	Criterios de evaluación
1. Asentar, practicar y promover en su entorno próximo estilos de vida activos y saludables, planificando la actividad física propia y de terceros, partiendo de una evaluación inicial con base en parámetros científicos	1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma programas de actividad física dirigidos al mantenimiento y mejora de la salud y calidad de vida, intentando incrementar el nivel inicial de las mismas, teniendo en cuenta su estado de salud y su condición física, realizando una valoración ajustada de todos los factores de rendimiento, temporizando adecuadamente las acciones, aplicando sistemas y métodos adecuados, observando los principios de acondicionamiento físico e incluyendo elementos motivacionales.

asequibles de las características fisiológicas y biométricas de los participantes, sus necesidades y motivaciones, así como de las condiciones del contexto para incorporar estilos de vida saludables.	1.2. Incorporar de forma consciente y autónoma en su actividad diaria, así como asesorar y orientar a terceros, medidas específicas para la prevención de lesiones, la autorregulación y dosificación del esfuerzo, aspectos saludables en la nutrición, conductas de riesgo para la salud, descanso adecuado, educación postural y ajustes ergonómicos del movimiento, entendiendo su relación con la calidad de vida y la eficiencia en diferentes desempeños deportivos y profesionales. 1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, todo ello identificando y transmitiendo las posibles transferencias de estos conocimientos a todo tipo de situaciones habituales de ocio y laborales. 1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales, comportamientos e informaciones falaces de diversas fuentes, contrarios a la salud física, mental o social, así como a los valores de convivencia democrática y aplicando con autonomía e independencia criterios de validez, fiabilidad y objetividad. 1.5. Emplear de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con el análisis, control y gestión de la actividad física, incrementando la eficiencia de sus acciones, favoreciendo la interrelación entre participantes y respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la utilización y difusión de datos personales.
2. Experimentar y desarrollar competencias, además de la motriz, implicadas en los estudios y salidas profesionales asociadas a la actividad	2.1. Elaborar y aplicar instrumentos de observación cualitativa y cuantitativa a los diferentes contextos de actividad física, evaluando los factores implicados en la consecución de los objetivos propuestos y aplicando
física y el deporte, tales como dirección de grupos, organización de actividades, observación de situaciones motoras, diseño de actividades creativas, de ocio y de enseñanzas deportivas para dotar al alumnado de una visión global de las actividades motrices en los	criterios de validez y fiabilidad. 2.2. Diseñar, planificar y dirigir actividades individuales y colectivas de aprendizaje, recreación o acondicionamiento físico, adaptado al grupo, observando las medidas de seguridad y cuidado de la salud pertinentes y garantizando un tiempo de desempeño motor suficiente, así como la eficiencia en los procesos de comunicación inicial y de feedback necesarios que incluirá tanto información técnica como motivacional.

diferentes contextos que se pueda encontrar en su futuro desempeño laboral.	2.3. Organizar y gestionar las acciones previas y posteriores a la ejecución de diferentes actividades colectivas de actividad física, deportiva o expresiva, asegurando la disponibilidad de los recursos necesarios para la realización de las actividades, preparando los espacios, los equipos y los materiales requeridos, ajustándose a los objetivos y características de estas, proporcionando seguridad en su práctica, y promoviendo la participación. 2.4. Participar y vivenciar las actividades físicas, deportivas o expresivas que se planteen desde los diferentes roles implicados: participante, espectador, organizador, árbitro o dinamizador, y reflexionar sobre la experiencia, comunicándose con respeto, trabajando en grupo y comprendiendo las diferentes visiones y experiencias propias y de los demás. 2.5. Incorporar el uso de aplicaciones y dispositivos digitales a las diferentes fases del proceso: diseño y planificación, evaluación y comunicación, de las diferentes actividades en contextos variados.
3. Resolver con seguridad, estabilidad y creatividad situaciones motrices variadas vinculadas a diferentes manifestaciones deportivas, recreativas y creativas, consolidando su capacidad de aprendizaje individual y compartido, fundamentadas sobre habilidades para la autorregulación emocional, la observación y el análisis, la planificación y la comunicación.	3.1. Identificar, analizar, comprender y progresar en 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, proponiendo y aplicando soluciones a los mismos. 3.2. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, ajustándose a los objetivos y resolviendo eficiente y creativamente los imprevistos, demostrando dominio de los patrones motores básicos y progresando en la adquisición de habilidades específicas para cada contexto. 3.3. Ser capaces de percibir los elementos clave, comprender las opciones de resolución y tomar decisiones
	ajustadas en situaciones de cooperación-oposición, favoreciendo la resolución de estas, de forma exitosa, adaptada y creativa, desde los distintos roles ofensivos y defensivos, así como en distintos momentos del ciclo del juego. 3.4. Aplicar proyectos motores en la creación de composiciones individuales y colectivas, con y sin base musical, de manera coordinada y creativa, utilizando el movimiento como elemento expresivo y optimizando los recursos disponibles. 3.5. Comprender y analizar proyectos motores, propios y de los otros, siendo capaces de gestionar autónomamente cualquier imprevisto y realizar ajustes eficientes y creativos, a partir de las informaciones propias o compartidas, gracias a la capacidad de resiliencia, su motivación, el análisis y la utilización de la información

	disponible.
4. Recopilar, vivenciar y promover actividades físico-deportivas que destaquen por su carácter mixto e inclusivo, proponiendo alternativas creativas que favorezcan la implantación de hábitos de actividad física y deportiva que superen las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, para desarrollar procesos de autorregulación emocional y entendimiento social en los diferentes espacios en los que se participa.	4.1. Conocer y participar en actividades deportivas reconocidas de carácter mixto, además de organizar y promover la adaptación de otras a este carácter, reconociendo su riqueza y demostrando valores de respeto y superación de los estereotipos de género.
	4.2. Organizar, promover y participar en actividades físicas inclusivas, desde el conocimiento de los diferentes tipos de discapacidad, adaptándose a los requerimientos físicos, psíquicos y sociales, realizando adaptaciones creativas de las reglas y los materiales, estableciendo los medios y ayudas técnicas específicas que facilitan la realización de las actividades y posibilitando la inclusión desde el respeto y la empatía.
	4.3. Conocer, y comprender las características y organización del deporte adaptado, experimentando alguna de sus modalidades mediante la autoconstrucción de espacios de práctica y materiales, según los medios disponibles, siempre teniendo en cuenta las medidas de seguridad.
	4.4. Organizar, promover y gestionar actividades físico-deportivas, aplicando técnicas didácticas, organizadas con base en criterios de igualdad y evitando las agrupaciones por niveles, mediante la propuesta creativa de reglas que propicien la heterogeneidad de grupos y criterios múltiples de valoración.
5. Investigar, descubrir y analizar críticamente las influencias sociales, políticas y económicas que conforman las distintas manifestaciones de la cultura motriz, incluida la cultura andaluza, así como sus mecanismos de arraigo social y transmisión de valores, adoptando una postura ética y proactiva en la defensa y fomento de valores democráticos de inclusión, respeto a las normas y a los demás, rechazo a la violencia y a la discriminación, y a aquellos tópicos o estereotipos perjudiciales para la salud para favorecer	5.1. Comprender, contextualizar y analizar desde una postura crítica la influencia cultural y social, sus relaciones con los medios de comunicación y los intereses económicos y políticos, de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria y aquellos perjudiciales para la salud.
	5.2. Aplicar técnicas y métodos de investigación social para valorar la implantación e influencia de la cultura motriz en su entorno cercano, rechazando aquellos componentes contrarios a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria, y aquellos perjudiciales para la salud.
	5.3. Conocer, comparar y analizar las diferencias entre las manifestaciones representativas de la cultura motriz de diferentes zonas y culturas del mundo y de España.

un desarrollo integral tanto individual como social.	5.4. Identificar, recopilar, conocer, participar, practicar y difundir aquellas actividades físicas propias de la cultura motriz andaluza.
6. Organizar, desarrollar y promover acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y el deporte en el medio natural y urbano, integrándose en ella, asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, optimizando los recursos próximos, y contribuyendo al cuidado y mantenimiento del entorno para un desarrollo sostenible para impulsar acciones que fomenten un desarrollo sostenible.	6.1. Analizar, diseñar, planificar y ofertar proyectos de colaboración con asociaciones u organismos de su entorno, teniendo como base la actividad física, promoviendo hábitos de vida saludable y la inclusión social de diferentes colectivos.
	6.2. Diseñar, planificar, promover y organizar proyectos de actividad física en el entorno urbano o natural, optimizando los recursos, garantizando la seguridad, incluyendo elementos culturales propios de ese entorno, y realizando acciones que contribuyan a su cuidado y mantenimiento.
	6.3. Diseñar cooperativamente un proyecto de empresa relacionada con la actividad física o deportiva, contemplando todos los elementos necesarios: análisis DAFO, recursos financieros y humanos, trámites administrativos y estrategias de promoción.

9.LAS MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD. PROGRAMA DE REFUERZO PARA RECUPERAR LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS CUANDO SE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA EN LA ASIGNATURA

GENERALES

Estilos de enseñanza socializadores mediante la propuesta de grupos heterogéneos donde se facilitará la ayuda entre compañeros/as.

Propuesta de gradiente previo en la rúbrica: el nivel de desempeño será el mismo que se expresa en el segundo gradiente, pero con la ayuda del docente y/o de los compañeros/as.

Actividades de refuerzo. Mediante la propuesta de fichas y tareas motrices con diferentes niveles de dificultad, diferentes materiales para facilitar las actividades, etc...

Juegos y actividades adaptadas. Se modificarán reglas con el fin de facilitar la participación y el aprendizaje de los alumnos con dificultades o con necesidades específicas de apoyo educativo.

Actividades de ampliación. Además de trabajos voluntarios, se pueden plantear contenidos más ambiciosos, de mayor complejidad y dificultad para alumnos aventajados.

Para el alumnado exento. A los alumnos/as exentos/as se les exigirá el informe médico que así lo acredite. Para compensar y aprovechar el tiempo lectivo al alumnado exento se le asignará otro tipo de tareas.

Para los alumnos/as que no han promocionado de curso y los alumnos/as con la materia de EF pendiente, se elaborará un programa de refuerzo específico que será revisado cada trimestre. Este plan será transmitido al tutor/a y a las familias al inicio de curso.

ESPECÍFICAS

Desarrollo y aplicación de las ACS (Adaptaciones Curriculares Significativas), AAC (Adaptaciones Curriculares de Acceso) y PE (Programas Específicos) de los alumnos/as correspondientes.

Como norma, se presentan las siguientes medidas metodológicas para alumnos/as con NEAE:

- Los estilos de enseñanza serán los tradicionales, al ser alumnos con poca autonomía, a los cuales hay que animarles valorarles sus progresos por mínimos que sean; individualizadores, ya que se tendrá que diseñar tareas específicas para ellos, modificando reglas, materiales, espacios, etc...

Es muy importante proporcionarles la información con mucha claridad y organización, delimitando con exactitud la tarea a realizar. Además, recibirá la ayuda de algún compañero/a en cada sesión, facilitando así la integración y la sensibilización en el resto de compañeros/as.

DUA (Diseño Universal de Aprendizaje)

Para el Principio 1 "Proporcionar múltiples formas de representación":

- Utilizar textos audiovisuales y no solo escritos.
- Ofrecer opciones de ampliación del tamaño de la letra y/o sonidos.
- Apoyar con animaciones y simulaciones que se sincronicen con la información.
- Favorecer la manipulación de objetos y modelos espaciales.
- Adaptar textos a fácil lectura (artículo relacionado).
- Emplear el color como medio de información o énfasis.
- Proporcionar diagramas visuales y organizadores gráficos.
- Cuidar la disposición de los elementos gráficos, para que sea significativa.
- Facilitar ejemplos para las explicaciones, especialmente si son abstractas.
- Utilizar descriptores de los elementos multimedia.
- Complementar con subtítulos o traducciones una información.
- Utilizar avisos para dirigir la atención hacia lo que es esencial.
- Insertar apoyos para el vocabulario (por ejemplo, un glosario).
- Establecer vínculos entre conceptos mediante analogías o metáforas.
- Usar estrategias memotécnicas.
- Incorporar acciones de revisión de lo aprendido, recordatorios, listas de comprobación, notas aclaratorias...
- Ofrecer claves visuales, táctiles y/o auditivas.
- Además, presentar la misma información con diferentes formatos y en distintos soportes favorece las interconexiones en el córtex cerebral, lo que redundará en una mejor comprensión, transferencia y generalización
- de los aprendizajes para cualquier alumno.

Para el Principio 2 "Proporcionar múltiples medios de acción y expresión":

- Componer y/o redactar mediante diferentes medios (texto, voz, ilustración, cine, música, vídeo, movimiento y expresión corporal, dibujo y otras artes plásticas...)
- Facilitar correctores ortográficos, gramaticales y software de predicción de palabras.
- Proporcionar alternativas para la interacción física del usuario con los materiales educativos (conmutadores, teclados adaptados, joysticks, pantallas táctiles...)
- Posibilitar el uso de medios sociales y herramientas web interactivas.
- Emplear mapas conceptuales y plantillas de planificación de proyectos.
- Incluir ejemplos de prácticas.
- Utilizar la mentoría mediante el apoyo entre iguales y/o con docencia compartida.
- Retirar los apoyos de forma gradual a medida que aumenta la autonomía.
- Hacer explícitas y visibles las metas, ofreciendo pautas y listas de comprobación de dichas metas.
- Incorporar avisos que inviten a la revisión del proceso de aprendizaje.
- Hacer preguntas para guiar el autocontrol.

- Incluir diferentes estrategias de autoevaluación: listas de control, rúbricas, dianas de evaluación, diarios de aprendizaje, etc.
- Ofrecer diferentes momentos de respuesta para validar lo aprendido.
- Facilitar el aprendizaje tanto con actividades digitales como analógicas.
- Desarrollar diferentes inteligencias o talentos múltiples (artículo relacionado).

Para el Principio 3 "Proporcionar múltiples formas de implicación":

- Organizar entornos de aprendizaje cooperativo y también para el aprendizaje individual.
- Crear comunidades o grupos de aprendizaje centrados en intereses comunes.
- Ofrecer medios y actividades apropiados a cada edad y/o capacidad, contextualizados a la vida real y, en lo posible, socialmente relevantes.
- Diseñar actividades multinivel.
- Cuidar la secuencia de los tiempos para completar las tareas.
- Emplear herramientas de gestión del tiempo.
- Ser flexibles con los tiempos de ejecución y respuesta en los trabajos, especialmente cuando se evalúa.
- Que los estudiantes participen en el diseño de las actividades, involucrarse para que marquen sus propias metas
- Permitir la exploración y experimentación.
- Lanzar propuestas creativas que impliquen no controlar una respuesta unívoca.
- Crear un clima de apoyo y aceptación en el aula.
- Diseñar rutinas de aprendizaje, anticipando los cambios en dichas rutinas con alertas.
- Incrementar la predictibilidad de algunas de las actividades diarias.
- Incluir actividades para el meta-aprendizaje o metacognición, trabajando la cultura del pensamiento.
- Proporcionar alternativas en cuanto a las herramientas y apoyos permitidos.
- Dar modelos apropiados de aprendizaje.
- Ofrecer un feedback que enfatice el esfuerzo y fomente la perseverancia.
- Utilizar diferentes premios y recompensas.
- Proponer diferentes desafíos y retos, por ejemplo, mediante la gamificación.
- Emplear el rol-playing para el manejo de emociones.

- PROGRAMA DE REFUERZO PARA RECUPERAR LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS CUANDO SE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA EN LA ASIGNATURA.

No procede al no existir ningún alumno repetidor con la asignatura no superada o pendiente.

10.LOS MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS QUE SE VAYAN A UTILIZAR

MEDIOS MATERIALES

Van a ser múltiples y variados, permitiendo una gran riqueza de contenidos: balones de fútbol sala, baloncesto, balonmano, voleibol, pelotas de tenis, raquetas y volantes de bádminton, colchonetas, bancos suecos, material alternativo, bates de baseball, etc.

ESCENARIOS DIDÁCTICOS

- 1 pabellón cubierto de usos múltiples.
- 1 campo de uso múltiple descubierto.

- 2 campos de mini-basket.
- 1 campo de baloncesto.
- 1 campo de fútbol.
- Apuntes del profesor.
- Medios audiovisuales.
- Medios informáticos. Ordenador portátil, cañón, enciclopedias interactivas, etc.
- Balones para los diferentes deportes y de distintos tamaños y textura para el aprendizaje de éstos.
- Colchonetas de diferentes tipos para las distintas actividades.
- Minitramp, plinto, potro, etc.
- Circuitos en instalaciones de los alrededores (gimnasios, paseo marítimo y alrededores
- Otros accesorios.

11.LAS ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES RELACIONADAS CON EL CURRÍCULO QUE SE PROPONEN REALIZAR POR LOS DEPARTAMENTOS DE COORDINACIÓN DIDÁCTICA.

INTERDISCIPLINAREIDAD E INTRADISCIPLINAREIDAD

- **Intradisciplinareidad**

El curso se organiza en diferentes situaciones de aprendizaje. En todas ellas se propone un tratamiento intradisciplinar de los saberes básicos. Se trabajan los saberes relacionados con hábitos saludables, contenido de tipo social, de carácter personal, y, sobre todo, autonomía, organización y autogestión de las actividades.

Además, el juego estará presente en todas las situaciones de aprendizaje, así como los hábitos higiénicos de cuidado corporal, actividades de calentamiento y vuelta a la calma.

- **Interdisciplinariedad**

El desarrollo de las competencias requiere un tratamiento interdisciplinar de los saberes. Desde la materia de Educación Física se buscarán relaciones con otras materias. Algunos ejemplos son:

- Lengua Castellana y Literatura: utilización de textos, uso de la “flipped classroom”, exposición de temas, etc.
- EPV: tratamiento de la imagen.
- Ciencias Naturales: aspectos fisiológicos y anatómicos del cuerpo humano, contenidos relativos a la salud, etc.
- Ciencias Sociales: aspectos culturales del deporte y el juego, valores del deporte, etc.
- Matemáticas: Orientación espacial, puntuaciones, medidas y magnitudes, cálculo, etc.
- Música: estructura de danzas, juegos rítmicos, etc.

CULTURA ANDALUZA

Se trabaja este contenido desde 3 puntos de vista:

- Investigación, práctica y valoración del juego popular, autóctono y tradicional como parte de nuestro patrimonio cultural
- Conocimiento y valoración de nuestro patrimonio natural.
- Mediante la puesta en práctica de bailes propios de Andalucía.

TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN

El alumno deberá ayudarse de las TIC para la búsqueda de información, entrega de trabajos, presentaciones, etc. Algunas direcciones interesantes y sitios web que pueden utilizar son:

- <https://www.efdeportes.com>
- <https://fisiologíadelejercicio.com>
- Uso de CLASSROOM para entrega de trabajos y comunicación con los alumnos.
- Se usará vídeos interactivos en la plataforma EDPuzzle para la mejora y control de la comprensión de los contenidos trabajados en la aula.

EDUCACIÓN EN VALORES MEDIANTE TEMAS TRANSVERSALES.

Educación en valores de carácter democrático, para la paz y la convivencia.

En numerosas ocasiones, los alumnos/as tendrán que trabajar en grupo, por lo que tendrán que aprender a utilizar el diálogo, a tomar decisiones conjuntas, a respetar las opiniones ajenas, consensuar normas, etc. Asumirán responsabilidades con respecto a sus compañeros/as, y trabajarán para lograr objetivos comunes.

Utilizaremos la autoevaluación y la coevaluación, creando momentos para la reflexión en grupo.

Educación para la salud.

En todas las sesiones estarán presentes aspectos relacionados con la higiene corporal, la higiene postural, hábitos alimenticios, prevención de lesiones, disminución de riesgos en la práctica deportiva, etc.

Por otro lado, se proporcionará al alumnado herramientas para que consigan integrar hábitos saludables en su vida cotidiana, fundamentalmente relacionados con la ocupación del ocio a través de la práctica regular de actividad física.

Educación para la igualdad entre sexos.

Será un contenido de gran importancia, ya que partimos de un contexto en el que están definidas las conductas masculinas y femeninas, existiendo numerosos estereotipos sexistas.

El objetivo será corregir las actitudes y estereotipos sexistas y discriminatorios que los alumnos/as tienen con respecto a la actividad física, por lo que la igualdad será un contenido muy presente en las sesiones de educación física.

Para ello, realizarán actividades y practicarán deportes y juegos exentos de estereotipos sexistas, dentro de un currículo equilibrado, en el que el modelo masculino no es considerado como universal.

Educación del consumidor.

Es fundamental utilizar ropa deportiva en las sesiones, pero no es necesario, ni mucho menos, que ésta sea de marca. Tenemos que orientar acerca del consumo responsable, consciente y con criterio.

Utilizaremos materiales reciclados, estableceremos normas de mantenimiento de materiales, etc.

Educación vial.

De especial importancia en las Situaciones de Aprendizaje en el medio natural, en las que saldremos de nuestro entorno habitual de las clases, para adentrarnos en uno diferente en el cual tenemos que poner en práctica hábitos responsables relacionados con la educación vial.

Educación ambiental.

De igual manera que en el apartado anterior, tendrá especial relevancia en las Situaciones de Aprendizaje en las que realizaremos actividad física en el medio natural, haciendo uso de un entorno al que debemos aprender a cuidar y respetar.

MEDIDAS PARA EL FOMENTO DE LA LECTURA, ESCRITURA Y EL LENGUAJE ORAL.

Desde la materia, se pretende contribuir al fomento de la lectura, escritura y el lenguaje oral mediante el uso de la “flipped classroom” para el desarrollo de contenidos teóricos, la exposición de los temas, y realización de otros trabajos presentes durante el curso.

Los alumnos podrán participar en las diferentes ligas deportivas durante los recreos a lo largo de todo el año, donde los propios alumnos podrán participar tanto como jugadores como en el arbitraje, así como las actividades deportivas propuestas en el día de M^a Eugenia y en la fiesta de fin de curso del colegio. También se programa la salida por clases a centros deportivos con la finalidad de aprender y realizar ejercicios utilizando metodologías y materiales que serían imposibles en el centro escolar. Esta concertada la visita al centro deportivo Fitness Life, Pitu, para realizar clases de spinning y salas multifuncionales dirigidas por personal especializado del centro. Se realizarán salidas al paseo marítimo y alrededores para realizar funcionales de cardio y carrera continua. Así mismo se concerta visitas por parte de especialista al centro escolar para impartir clases creativas, originales y diferentes por especialistas en distintas áreas dentro de la Educación Física, profesores nativos de habla inglesa, artes marciales, etc...

12. DESARROLLO DE LA COMPETENCIA ESPIRITUAL.

12.1 Educación en valores.

En La Asunción somos herederos del pensamiento de M^a Eugenia y ella inspiró un gran amor a María que con su SÍ hizo posible el acontecimiento que cambió la historia: la Encarnación de Jesús. Siguiendo esta línea, el lema que nos acompañará durante este curso será “Todo empieza con un SÍ”. Junto con nuestros alumnos y sus familias iremos creciendo juntos en el compromiso de decir SÍ a aquello que da sentido más pleno a nuestras vidas, que nos impulsa a descubrir más a Jesús, Dios-con-nosotros y, como María, a decir SÍ al servicio, la sencillez de corazón y de espíritu, la bondad, la amabilidad y el compromiso con los demás.

Desde nuestro ideario, les ofreceremos a María como modelo: cómo se relaciona, cómo ama, cómo valora a cada persona y como entiende la justicia y la paz... Deseamos que nuestros alumnos se dejen interpelar por ella y por su vida y descubran su responsabilidad en la transformación de la sociedad.

El lema nos ayudará, como hilo conductor de las actividades cotidianas del colegio, a potenciar los valores que deseamos que configuren la vida de nuestros alumnos.

12.2 Actividades, técnicas o dinámicas para el desarrollo de la Competencia Espiritual.

En el área de Educación Física se intentarán transmitir los siguientes valores haciendo partícipes a los alumnos en muchos de los ejercicios de las distintas unidades didácticas y también en ejercicios específicos para tal fin.

Alegría.

- Valor del saludo y la acogida el primer día de clase o en la presentación de la asignatura.
- Compartir la alegría que se consigue en los distintos juegos y especialmente en la unidades didácticas de juegos alternativos. Comentar y valorar lo experimentado.
- Mensajes y comentarios en las pruebas físicas/(escritas) para transmitir alegría (que relajen y alivien la tensión propia de la prueba).

Verdad.

- Ejercicios o explicaciones con erratas para premiar al que las encuentre y rectifique de forma constructiva.
- Situaciones de juego de honradez y verdad “fairplay” juego limpio.
- Test en los que un error reste algo, pero “en blanco” no reste nada, para premiar la honradez de aceptar que no lo sabes. (no procede en este curso)

Justicia.

- Situaciones de juego de justicia “fairplay” juego justo. Equipos equilibrados. Cooperación y ayuda. Igualdad entre todos los miembros de los equipos

Libertad.

- Ejercicios con los pies atados y reflexión posterior de las dificultades derivadas de no poder hacer uso de tu libertad. Trasladar a su vida diaria y hablar sobre ello.
- Ejercicios disminuyendo su campo visual, la percepción espacial, etc... comentar y valorar dichas actividades. Utilización de balón goal-ball (balón con cascabeles para invidentes).

13. CONCRECIÓN DE PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS DEL CENTRO VINCULADOS CON EL DESARROLLO DEL CURRÍCULO DE LA MATERIA.

Plan de innovación educativa.

En los colegios de la Asunción se ponen en marcha estrategias y herramientas para mejorar la metodología, fomentando una cultura de aprendizaje que tenga como fin la “educación transformadora de la persona y de la sociedad desde los valores del Evangelio”. La innovación educativa está presente desde los orígenes de la fundación, en el “pensamiento de celo” de Madre M^a Eugenia, que es “la filosofía que orienta y la pasión que anima” nuestra acción educativa. Con ella pretendemos que nuestros alumnos crezcan como personas, comprendan más cada día y consigan una buena preparación para su futuro. Además, se pretende que pueda repercutir en la sociedad. La comprensión entendida como habilidad de aplicar los conocimientos a una nueva situación. Cada miembro de la comunidad educativa es un agente de aprendizaje, por lo que necesitamos una buena concienciación y formación para transmitir aprendizajes continuamente. Somos testimonio, un modelo de transmisión de valores Asunción que se percibe desde nuestra forma de trabajar en equipo. Desde que se entra en nuestros colegios, (partiendo incluso de las paredes), somos fuente de conocimiento, experiencias y emociones para nuestros alumnos, y deben poder apreciarlo las familias y los alumnos vivirlo para lograr los objetivos propuestos. Todo ello desde nuestro carisma Asunción para lograr en cada alumno potenciar sus talentos y así un buen desarrollo académico, social y profesional. En nuestros colegios de la Asunción queremos, por medio de la educación, que la persona descubra su vocación personal, potencie su talento, el lugar que está llamado a ocupar en la realización del Reino de Dios y desarrollar sus capacidades para la transformación social a partir de los valores que ha ido integrando, comprometida en su “*pequeña esfera*”. Cada persona está llamada, con los dones que ha recibido, a comprometerse en este proyecto.

Para ello la base metodológica estará sedimentada en la teoría de las inteligencias múltiples. Las metodologías que se llevarán a cabo serán interactivas que tienen como elementos aprendizaje experiencial, cooperativo, crítico y creativo, pensamiento de diseño y aprendizaje conectado.

Por ello hay que dar un nuevo enfoque a la evaluación, reflexionando en dos aspectos. Cómo mejorar el aprendizaje para el alumno (hacerlo visible, fomentar un aprendizaje reflexivo que se autorregule y comunicando lo aprendido a familias y alumnos) y cómo mejorar la enseñanza del profesorado (ajustar a las necesidades del alumno, enseñanza reflexiva y mejorar la capacidad del colegio de alcanzar altos niveles de rendimiento de los alumnos.

Plan de atención a la diversidad.

El Plan de Atención a la Diversidad es un documento del centro que recoge el conjunto de acciones educativas que intentan prevenir y dar respuesta a las necesidades de todo el alumnado del centro, entre ellos, a los que presentan Necesidades Específicas de Apoyo Educativo. Las medidas que en dicho documento están recogidas, pretenden garantizar el óptimo rendimiento, aprendizaje y desarrollo del alumnado, así como fomentar la inclusión e igualdad como principios fundamentales de intervención. Se está en coordinación con el departamento de Orientación.

Plan de Fomento de Lectura Planificada.

Para el plan de lectura se usará un tiempo diario no inferior a 30 minutos en los momentos marcados por el centro. En ella se buscarán diferentes textos relacionados con la materia, que después se expondrán en clase, mediante pequeños debates o lluvia de ideas.

Plan de Fomento del Razonamiento Matemático.

Para el plan del Razonamiento Matemático se usará un tiempo diario no inferior a 30 minutos en los momentos marcados por el centro. En dicho tiempo se buscarán diferentes resoluciones de problemas aplicados a la asignatura de Educación Física como por ejemplo cálculo espaciotemporal en situaciones de juegos colectivos (cálculo de trayectorias de pases, jugadores, etc... balística en situaciones de proyecciones de objetos, estrategias de razonamiento y resolución de problemas.

Proyecto de Digitalización.

Es un Proyecto de transformación digital global que tiene como objetivo consolidar nuestro proyecto educativo de centro a través de la incorporación de nuevas metodologías basadas en el uso de las TIC.

Se aboga por el progresivo desarrollo de Entornos Virtuales de Aprendizaje en los que la interacción del aula sea ágil, eficaz y enriquecedora.

Se incorporan contenidos educativos digitales tales como recursos digitales, licencias de libros digitales y el acceso a múltiples recursos y herramientas digitales.

Se favorece la aplicación de modelos de enseñanza y aprendizaje, basados en las metodologías innovadoras.

14. EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.

	MUY BIEN	BIEN	REGULAR (Debe revisarse)	MAL (Debe revisarse)
¿Cómo se ha desarrollado la programación?	La programación se ha desarrollado sin incidencias	La programación se ha desarrollado con alguna incidencias	La programación se ha desarrollado con muchas incidencias	La programación no se ha desarrollado con normalidad
¿ Se han conseguido los objetivos propuestos?	Se han conseguido todos los objetivos propuestos	Se han conseguido los objetivos propuestos pero con alguna dificultad	Se han conseguido los objetivos propuestos pero con muchas dificultades	No se han conseguido los objetivos propuestos.
¿Se ha cumplido con la temporalización?	Se ha cumplido integralmente con la temporalización	Se ha cumplido con la temporalización, con alguna incidencia.	Se ha cumplido con parte de la temporalización.	No se ha cumplido con la temporalización
¿Se ha aplicado la metodología apropiada?	Se ha aplicado la metodología apropiada, adaptando a las necesidades de cada alumno	Se ha aplicado la metodología apropiada, adaptando a las necesidades al grupo clase.	Se ha aplicado la metodología apropiada.	No se ha aplicado la metodología apropiada
¿Los criterios y procedimientos de evaluación	Los criterios y procedimientos de evaluación	Los criterios y procedimientos de evaluación	Los criterios y procedimientos de evaluación	Los criterios y procedimientos de evaluación

han sido los pertinentes?	han sido los pertinentes	han sido los pertinentes, con algunas modificaciones	han sido los pertinentes con muchas modificaciones	no han sido los pertinentes
¿Se han aplicado pautas DUA?	Se han aplicado pautas DUA, adaptandonos a las necesidades de los alumnos	Se han aplicado pautas DUA, adaptandonos a las necesidades del aula	Se han aplicado algunas pautas DUA,	No se han aplicado pautas DUA.
¿Se ha adaptado la programación a las características del alumnado?	Se ha adaptado la programación a las características del alumnado	Se ha adaptado la programación a varias características del alumnado	Se ha adaptado poco la programación a las características del alumnado	No se ha adaptado la programación a las características del alumnado
¿Se han llevado a cabo las actividades previstas?	Se han llevado a cabo las actividades previstas	Se han llevado a cabo varias de las actividades previstas	Se han llevado a cabo algunas de las actividades previstas	No se han llevado a cabo las actividades previstas
¿Los alumnos superan positivamente la materia?	Entre un 90% y un 100%	Entre un 60% y un 80%	Entre un 50% y un 60%	Más de un 50% no supera la asignatura

***ANEXO I: SECUENCIACIÓN DE LAS SITUACIONES DE APRENDIZAJE.**
DESARROLLO DE LAS SITUACIONES DE APRENDIZAJE

ESQUEMA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE
BODY-BALANCE/YOGA

1. IDENTIFICACIÓN

CURSO	TÍTULO O TAREA:	BODY-BALANCE
2º BACHILLER	TEMPORALIZACIÓN:	10-12 sesiones

2. JUSTIFICACIÓN

Saber qué es Body Balance y el Yoga. Variantes. Ser capaz de adaptarse a los ritmos de música elegidos con tu propia coreografía mezclando con movimientos cuerpo-mente. Yoga dinámico coreográfico.

3. DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO FINAL

Los alumnos aprenderán movimientos básicos de Yoga para introducirlos en combinaciones musicales montando sus propias coreografías, donde sincronizarán los movimientos elegidos con el resto del grupo y con la música. Logrando así composiciones totalmente creativas y de gran movilidad articular.

4. CONCRECIÓN CURRICULAR COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Asentar, practicar y promover en su entorno próximo estilos de vida activos y saludables, planificando la actividad física propia y de terceros, partiendo de una evaluación inicial con base en parámetros científicos asequibles de las características fisiológicas y biométricas de los participantes, sus necesidades y motivaciones, así como de las condiciones del contexto para incorporar estilos de vida saludables.

3. Resolver con seguridad, estabilidad y creatividad situaciones motrices variadas vinculadas a diferentes manifestaciones deportivas, recreativas y creativas, consolidando su capacidad de aprendizaje individual y compartido, fundamentadas sobre habilidades para la autorregulación emocional, la observación y el análisis, la planificación y la comunicación.

5. Investigar, descubrir y analizar críticamente las influencias sociales, políticas y económicas que conforman las distintas manifestaciones de la cultura motriz, incluida la cultura andaluza, así como sus mecanismos de arraigo social y transmisión de valores, adoptando una postura ética y proactiva en la defensa y fomento de valores democráticos de inclusión, respeto a las normas y a los demás, rechazo a la violencia y a la discriminación, y a aquellos tópicos o estereotipos perjudiciales para la salud para favorecer un desarrollo integral tanto individual como social.

MATERIA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
EF	1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma programas de actividad física dirigidos al mantenimiento y mejora de la salud y calidad de vida, intentando incrementar el nivel inicial de las mismas, teniendo en cuenta su estado de salud y su condición física, realizando una valoración ajustada de todos los factores de rendimiento, temporizando adecuadamente las acciones, aplicando sistemas y métodos	AFSS.2.A.1. Programación de la actividad física orientada a la salud, atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad, recuperación y tipo de actividad en función de los objetivos y de las necesidades y características individuales. Orientación de los programas hacia el logro de objetivos específicos. AFSS.2.A.2. Beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud física, social y mental. AFSS.2.A.3. Evaluación de las capacidades físicas y coordinativas como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y

	adecuados, observando los principios de acondicionamiento físico e incluyendo elementos motivacionales.	herramientas de medida. AFSS.2.A.5. Sistemas y métodos de entrenamiento de las capacidades físicas y coordinativas, características de las actividades físicas según el objetivo de mejora y su relación con la salud. AFSS.2.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: material necesario, instalaciones, características del grupo al que se dirige, objetivos de la preparación, actividades, seguridad, etc. Herramientas de los medios tecnológicos que están a su disposición para la gestión de la actividad física.
EF	3.1. Identificar, analizar, comprender y progresar en 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, proponiendo y aplicando soluciones a los mismos.	AFSS.2.C.1. Observación y evaluación de las situaciones motrices variadas, sus factores condicionales, técnicos, de participación y de resolución táctica individual y colectiva: técnicas, estrategias y herramientas de medida. AFSS.2.C.2. Aplicaciones y dispositivos para la observación de elementos técnicos y tácticos en situaciones motrices variadas que permitan el análisis de los resultados. AFSS.2.C.4. Resolución de situaciones motrices variadas, ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Secuencias de aprendizaje de habilidades específicas de distintos deportes individuales que incluyan todos los patrones motrices básicos. (AFSS.2.C.8.)
EF	3.2. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, ajustándose a los objetivos y resolviendo eficiente y creativamente los imprevistos, demostrando dominio de los patrones motores básicos y progresando en la adquisición de habilidades específicas para cada contexto.	AFSS.2.C.6. Resolución de actividades cooperativas, su análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito. Tipos de feedback. AFSS.2.C.7. Resolución de problemas tácticos en situaciones de cooperación-oposición, desde distintos roles, ajustados a la estrategia colectiva planteada en las diferentes fases del ciclo del juego.
EF	5.4. Identificar, recopilar, conocer, participar, practicar y difundir aquellas actividades físicas propias de la cultura motriz andaluza.	AFSS.2.D.7. Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes. AFSS.2.D.8. Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito

		artístico-expresivo a nivel mundial, nacional y andaluz.
--	--	--

ORIENTACIONES PARA LA COMPETENCIA ESPECÍFICA

Orientar en la búsqueda de documentación sobre Fitness coreográfico, técnica de Taekwondo y artes marciales coreográficos. . Elección de proyectos según sus preferencias y características

CONEXIÓN CON EL PERFIL COMPETENCIAL AL FINALIZAR SEGUNDO CURSO/PERFIL DE SALIDA

STEM2, STEM5, CD4, CPSAA1.2, CPSAA2, CPSAA5.CCL1, STEM2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA3
CCL1, CCL3, CCL5, CD1, CPSAA4, CC1, CC2, CCEC1, CCEC2, CCEC4

5. SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

ACTIVIDADES (TIPOS Y CONTEXTOS)	EJERCICIOS (RECURSOS Y PROCESOS COGNITIVOS)
Sesión 1	Proyecto individual y colectivo. Búsqueda de documentación e información sobre Body Balance. Trabajo individual y en grupos para proyecto explicativo y práctico. Principales gestos técnicos y combinaciones
Sesiones 2 y 3	Técnica de movimientos, posiciones básicas de movilidad articular.
Sesiones 4 y 5	Posturas básicas de Yoga. Flexibilidad y movilidad de las posturas básicas
Sesión 6 y 7	Creación de ritmos musicales sincronizando las posturas básicas del Yoga. Coreografía individual y grupal. Coordinación intergrupal.
Sesiones 8, 9 y 10	Enseñanza de posturas de calistenia introducidas en BodyBalance (equilibrio invertido con 3 y 2 apoyos, cuervo, elbow, etc..)
Sesiones 11 y 12	Exhibición de la coreografía por grupos y evaluación del proyecto creado. Análisis de fallos y propuestas de mejora

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN EDUCATIVA ORDINARIA A NIVEL DE AULA

Medidas generales. Medidas específicas. Adaptaciones DUA

PRINCIPIOS DUA	PAUTAS DUA		
Usar múltiples formas Presentación	Ilustrar a través de múltiples medios: presentar conceptos claves en una forma de	Descripciones texto/voz a imágenes,	Descripciones texto/voz a imágenes,

	representación simbólica (ilustraciones, fotografía, etc.)	gráficos, vídeos	gráficos, vídeos
Usar Múltiples formas de Expresión	Variar los métodos de respuesta y navegación: proporcionar alternativas para interactuar con diversos formatos, voz, teclado, dibujo, imagen, vídeo, entre otras.	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).
Usar Múltiples formas de Motivación	Minimiza las amenazas y distracciones: crear clima de aceptación y apoyo, variar el nivel de novedad y las demandas sociales requeridas para el aprendizaje o rendimiento.	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)

7. VALORACIÓN DE LO APRENDIDO

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN	RUBRICA BODY-BALANCE/TAEKWONDO COREOGRÁFICO				
		Insuficiente (IN) Del 1 al 4	Suficiente (SU) entre 5 y 6	Bien (BI) entre 6 y 7	Notable (NT) entre 7 y 8	Sobresaliente (SB) entre 9 y 10
1,1	Realización de rutinas con ejercicios posturales. Observación directa	No aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica en ocasiones de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase e individualiza ejercicios según sus necesidades	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase, creando nuevos y los individualiza según sus necesidades, gustos y objetivo
3.1	Identificar, analizar, comprender y progresar en la realización de gestos técnicos	No (o apenas) identifica ni adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos	Identifica y adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos de manera muy básica	Identifica y adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos correctamente	Identifica y adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos a un alto nivel, demostrando un buen perfeccionamiento	Identifica y adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos a un alto nivel, demostrando un buen perfeccionamiento o y resolución de problemas en situación de juego
3.2	Participación y cooperación en el	Muestra un desarrollo del	Muestra un desarrollo del	Muestra un desarrollo del	Muestra un desarrollo del	Muestra un desarrollo del

	proyecto de habilidades específicas/posturas básicas del Yoga (Sesiones prácticas en clase.)	proyecto de las posturas básicas del Yoga con grandes deficiencias	proyecto de las posturas básicas del Yoga pobre	proyecto de las posturas básicas del Yoga correcto y adecuado	proyecto de las posturas básicas del Yoga a un nivel alto y acertado	proyecto de las posturas básicas del Yoga con un gran nivel y creatividad
5.4	Creación proyecto Body Balance e influencia cultural y social. (Relación con cultura andaluza, igualdad de género, conductas homófobas y racistas)	La presentación y contenido del proyecto son muy pobres, con grandes deficiencias	La presentación y contenido del proyecto son correctas pero presenta algunas deficiencias	La presentación y contenido del proyecto son bastante correctas, relacionando con conductas homófobas y racistas, de manera correcta	El contenido del proyecto es bastante bueno y con una buena presentación de manera creativa, relacionando con conductas homófobas y racistas correctamente	El proyecto presenta unos contenidos y una presentación excepcionales, comprendiendo y explicando la influencia cultural, relacionando con conductas homófobas y racistas.

EVALUACIÓN VALORACIÓN MEDIDAS DUA PARA LA DIVERSIDAD

Se tomará como referencia un pequeño cuestionario donde el alumno valorará si la información recibida ha sido clara:

1º Presentación:

Para las actividades realizada en clase, te ha sido fácil entender:

-Las explicaciones de texto o voz pasarlas a imágenes, gráficos o vídeos.

Respuesta SÍ -NO

2º Expresión:

- La presentación de los conceptos clave se han realizado en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, vídeo, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).

Respuesta SÍ -NO

3º Motivación:

Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas). Se han comenzado las actividades, empezando por conceptos ya aprendidos.

Respuesta SÍ -NO

NIVEL DESEMPEÑO COMPETENCIAL

Participar en la organización de todas las actividades y puestas en escena
Que sepan utilizar de manera eficiente recursos digitales para la búsqueda de información de historia y habilidades específicas, elaboración en diferentes formatos y el seguimiento de sus avances (Tablas de datos, autoevaluaciones de desempeño...).

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Indicador	Instrumento
El alumno realiza actividades en grupo sobre las diferentes posibilidades de fitness coreográfico, especialmente con artes marciales con técnica de taekwondo	Observación directa
El alumno muestra sus sensaciones, tanto físicas como emocionales y entiende los gestos técnicos y los ejecuta de modo correcto	Hoja de control emocional que debe realizarse tras la finalización de la situación de aprendizaje
El alumno es capaz de expresar y transmitir los conocimientos propuestos en los proyectos de clase	Hoja de Rutinas

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

CONDICIÓN FÍSICA

1. IDENTIFICACIÓN

CURSO	TÍTULO O TAREA: CONDICIÓN FÍSICA	<u>MEJORANDO MI SALUD Y CONDICIÓN</u> <u>FÍSICA NIVEL 1</u>
2º Bachillerato	TEMPORALIZACIÓN:	Se necesitarán un mínimo de 8 sesiones

2. JUSTIFICACIÓN

Los alumnos deben aprender a planificar, dosificar y autoregular el apartado físico adecuándose a las necesidades físicas. Adquirir hábitos cotidianos para realizar actividad física y así mantener unos niveles óptimos de salud. Incrementar su condición física y potenciar su sistema inmunitario, educación y control postural. Aprender a planificar, desarrollar proyectos a nivel de motricidad en los distintos ámbitos de la sociedad (sostenibilidad, social, voluntariado, etc...). Uso adecuado de las instalaciones y materiales del entorno urbano y natural.

3. DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO FINAL

El alumno debe autogestionar su capacidad de esfuerzo, mejorando progresivamente su condición física. Adquirir por lo tanto hábitos de vida saludable y entenderlos. Creación de proyectos personales. Progresión desde niveles básicos (Nivel 1) a niveles más exigentes (nivel2)

4. CONCRECIÓN CURRICULAR

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

1. Asentar, practicar y promover en su entorno próximo estilos de vida activos y saludables, planificando la actividad física propia y de terceros, partiendo de una evaluación inicial con base en parámetros científicos asequibles de las características fisiológicas y biométricas de los participantes, sus necesidades y motivaciones, así como de las condiciones del contexto para incorporar estilos de vida saludables.
2. Experimentar y desarrollar competencias, además de la motriz, implicadas en los estudios y salidas profesionales asociadas a la actividad física y el deporte, tales como dirección de grupos, organización de actividades, observación de situaciones motoras, diseño de actividades creativas, de ocio y de enseñanzas deportivas para dotar al alumnado de una visión global de las actividades motrices en los diferentes contextos que se pueda encontrar en su futuro desempeño laboral.
4. Recopilar, vivenciar y promover actividades físico-deportivas que destaquen por su carácter mixto e inclusivo, proponiendo alternativas creativas que favorezcan la

implantación de hábitos de actividad física y deportiva que superen las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, para desarrollar procesos de autorregulación emocional y entendimiento social en los diferentes espacios en los que se participa.

MATERIA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
EF	1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma programas de actividad física dirigidos al mantenimiento y mejora de la salud y calidad de vida, intentando incrementar el nivel inicial de las mismas, teniendo en cuenta su estado de salud y su condición física, realizando una valoración ajustada de todos los factores de rendimiento, temporizando adecuadamente las acciones, aplicando sistemas y métodos adecuados, observando los principios de acondicionamiento físico e incluyendo elementos motivacionales.	AFSS.2.A.1. Programación de la actividad física orientada a la salud, atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad, recuperación y tipo de actividad en función de los objetivos y de las necesidades y características individuales. Orientación de los programas hacia el logro de objetivos específicos. AFSS.2.A.2. Beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud física, social y mental. AFSS.2.A.3. Evaluación de las capacidades físicas y coordinativas como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. AFSS.2.A.5. Sistemas y métodos de entrenamiento de las capacidades físicas y coordinativas, características de las actividades físicas según el objetivo de mejora y su relación con la salud. AFSS.2.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: material necesario, instalaciones, características del grupo al que se dirige, objetivos de la preparación, actividades, seguridad, etc. Herramientas de los medios tecnológicos que están a su disposición para la gestión de la actividad física.
EF	1.2. Incorporar de forma consciente y autónoma en su actividad diaria, así como asesorar y orientar a terceros, medidas específicas para la prevención de lesiones, la autorregulación y dosificación del esfuerzo, aspectos saludables en la nutrición, conductas de riesgo para la salud, descanso adecuado, educación postural y ajustes ergonómicos del	AFSS.2.A.4. Exigencias específicas, condicionales y coordinativas de los distintos tipos de actividad física y deportiva. (AFSS.2.A.5.) AFSS.2.A.8. Nutrición en la vida diaria y en la actividad física de forma específica. Relación ingesta y gasto calórico. Diseño de dietas saludables. Análisis de productos alimenticios: valor alimenticio y energético. AFSS.2.A.9. Corrección de problemas posturales, ajuste ergonómico de las actividades, lesiones más comunes en la

	movimiento, entendiendo su relación con la calidad de vida y la eficiencia en diferentes desempeños deportivos y profesionales.	práctica de actividades física. AFSS.2.A.11. Factores de riesgo en las actividades físicas, medidas de prevención, análisis de la ejecución de los ejercicios y actuación ante lesiones y accidentes deportivos. Medidas preventivas y compensatorias del entrenamiento físico. Hábitos saludables. Protocolos de seguridad en los diferentes tipos de actividad. AFSS.2.A.12. Actuaciones críticas ante accidentes. Primeros auxilios. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo de reanimación cardiopulmonar (RCP). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus, y similares). Contenido básico del kit de asistencia (botiquín).
EF	1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, todo ello identificando y transmitiendo las posibles transferencias de estos conocimientos a todo tipo de situaciones habituales de ocio y laborales.	AFSS.2.A.9. AFSS.2.A.11. AFSS.2.A.12
EF	2.2. Diseñar, planificar y dirigir actividades individuales y colectivas de aprendizaje, recreación o acondicionamiento físico, adaptado al grupo, observando las medidas de seguridad y cuidado de la salud pertinentes y garantizando un tiempo de desempeño motor suficiente, así como la	AFSS.2.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: material necesario, instalaciones, características del grupo al que se dirige, objetivos de la preparación, actividades, seguridad, etc. Herramientas de los medios tecnológicos que están a su disposición para la gestión de la actividad física. AFSS.2.B.3. Selección responsable y sostenible de material deportivo. Reutilización del material disponible. Construcción de

	eficiencia en los procesos de comunicación inicial y de feedback necesarios que incluirá tanto información técnica como motivacional.	material deportivo alternativo y reciclado. Medidas de adecuación de instalaciones y materiales para una práctica físico-deportiva inclusiva. AFSS.2.B.7. Dirección de grupos deportivos, garantizando la participación, el aprendizaje, la seguridad, la diversión y la interacción social de sus componentes.
	4.2. Organizar, promover y participar en actividades físicas inclusivas, desde el conocimiento de los diferentes tipos de discapacidad, adaptándose a los requerimientos físicos, psíquicos y sociales, realizando adaptaciones creativas de las reglas y los materiales, estableciendo los medios y ayudas técnicas específicas que facilitan la realización de las actividades y posibilitando la inclusión desde el respeto y la empatía.	AFSS.2.D.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices, tales como comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas o sexistas. (AFSS.2.D.6.)

ORIENTACIONES PARA LA COMPETENCIA ESPECÍFICA

Nos adaptamos a las necesidades de cada alumno. Condición física individualizada.

CONEXIÓN CON EL PERFIL COMPETENCIAL AL FINALIZAR SEGUNDO CURSO/PERFIL DE SALIDA

STEM2, STEM5, CD4, CPSAA1.2, CPSAA2, CPSAA5, CCL1, CCL5, STEM5, CD2, CD3, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CE3, CCL2, CCL5, STEM5, CPSAA3.1, CC2, CC3, CE3

5. SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

ACTIVIDADES (TIPOS Y CONTEXTOS)	EJERCICIOS (RECURSOS Y PROCESOS COGNITIVOS)
Calentamiento. Test iniciales. 2 sesiones	Calentamientos planificados. Especial control postural. Test de Resistencia de medias distancias. Técnicas específicas de control y movilidad corporal, tanto individuales como colectivas

Ejercicios básicos de entrenamiento de fuerza. Autocargas 2 sesiones.	Trabajo por parejas y grupos. Proyecto para planificar sesiones de salud, escuela de espalda. Planificación de calentamientos específicos. Especial escoliosis, prevención y corrección. Técnicas de respiración.
Resistencia aeróbica/anaeróbica 1 sesión	Medición de la FC. Zona aeróbica saludable. Ley del umbral. Umbral anaeróbico y aeróbico. Ventajas y desventajas. Ejercicios de resistencia Fartlek, cambios de intensidad
Circuitos urbanos 2 sesiones	Planificación de circuitos con entornos urbanos: crossfit, parkour, calistenia. Visita gimnasios de la zona, playa de las acacias (Fitness Life, Club de Remo, etc...)
Proyectos motores 1 sesión	Creación y desarrollo de proyectos motores físicos. Voluntariado (propuestas y proyectos) Creación y participación de ligas, deporte adaptado, inclusión social e igualdad

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN EDUCATIVA ORDINARIA A NIVEL DE AULA

Medidas generales. Medidas específicas. Adaptaciones DUA (Diseño Universal Aprendizaje)

PRINCIPIOS DUA	PAUTAS DUA		
	Generales	Específicas	Adaptaciones DUA
Usar múltiples formas de Presentación	Ilustrar a través de múltiples medios: presentar conceptos claves en una forma de representación simbólica (ilustraciones, fotografía, etc.)	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos
Usar Múltiples formas de Expresión	Variar los métodos de respuesta y navegación: proporcionar alternativas para interactuar con diversos formatos, voz, teclado, dibujo, imagen, vídeo, entre otras.	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).
Usar Múltiples formas de	Minimiza las amenazas y	Fijar conceptos previos ya asimilados	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)

Motivación	distracciones: crear clima de aceptación y apoyo, variar el nivel de novedad y las demandas sociales requeridas para el aprendizaje o rendimiento.	(rutinas)	
------------	--	-----------	--

7. VALORACIÓN DE LO APRENDIDO

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN	RUBRICAS CONDICIÓN FÍSICA				
		Insuficiente (IN) Del 1 al 4	Suficiente (SU) entre 5 y 6	Bien (BI) entre 6 y 7	Notable (NT) entre 7 y 8	Sobresaliente (SB) entre 9 y 10
1.1	Realización de proyectos y circuitos de salud y condición física (frecuencia-intensidad necesaria)	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física con bastantes errores o demostrando gran desinterés o participación nula	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física con algunos errores	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física.	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física de forma óptima	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física de forma excelente, individualizada, variada y creativa
1.2	Realización de rutinas con ejercicios posturales	No aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica en ocasiones de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase e individualiza ejercicios según sus necesidades	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase, creando nuevos y los individualiza según sus

						necesidades, gustos y objetivo
1.3	Realización de las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases y con actitud postural correcta(test físicos)	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud pasiva y actitud postural incorrecta	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa y actitud postural normal	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa y participativa, demostrando superación física y actitud postural correcta	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa, participativa y creativa, superación física y aplicando además diferentes técnicas de relajación y actitud postural muy buena	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa, participativa, consiguiendo gran superación física y definiendo perfectamente técnicas más convenientes para la condición física, de relajación y actitud postural excelente
2.2	Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o	No participa en los proyectos motores ni propone	Participa en algún proyectos motor y/o propone algún	Participa en proyectos motor y/o propone algún proyecto	Participa en la mayoría de proyectos motor y/o propone	Participa de manera muy activa en gran cantidad de

	colaborativo	proyecto alguno	proyecto	creativo	diferentes proyecto	proyectos motor proponiendo nuevos proyectos
4.2	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices	No participa o participa de modo inadecuado en actividades motrices inclusivas y situaciones de convivencia	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas y desarrollando situaciones de convivencia	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas y desarrollando situaciones de convivencia de modo muy activo y con gran interés	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas y desarrollando situaciones de convivencia de forma excelente, fomentando situaciones de convivencia muy creativas

EVALUACIÓN VALORACIÓN MEDIDAS DUA PARA LA DIVERSIDAD

Se tomará como referencia un pequeño cuestionario donde el alumno valorará si la información recibida ha sido claro:

1º Presentación:

Para las actividades realizada en clase, te ha sido fácil entender:

-Las explicaciones de texto o voz pasarlas a imágenes, gráficos o vídeos.

Respuesta SÍ -NO

2º Expresión:

- La presentación de los conceptos clave se han realizado en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla,vídeo, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).

Respuesta SÍ -NO

3º Motivación:

Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas). Se han comenzado las actividades, empezando por conceptos ya aprendidos.

Respuesta SÍ -NO

NIVEL DESEMPEÑO COMPETENCIAL

El alumno comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Indicador	Instrumento
El alumno realiza actividades y ejercicios favoreciendo el control postural de forma rutinaria antes de iniciar la actividad física principal.	Observación directa. Hoja de registro/ruta
El alumno realiza todos los test-circuitos	Anotación de los test-circuitos
Implicación en los proyectos propuestos	Observación directa

ESQUEMA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE HOCKEY

1. IDENTIFICACIÓN

CURSO	TÍTULO O TAREA: HOCKEY	APRENDO Y JUEGO AL HOCKEY
2º BACHILLER	TEMPORALIZACIÓN:	10/12 sesiones

2. JUSTIFICACIÓN

Aprender qué es el Hockey y cómo se juega. Aprender y analizar sus gestos técnicos, sus estrategias y variantes. Individualizar los gestos técnicos a cada alumno. Hockey en Andalucía, historia y logros.

3. DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO FINAL

Los alumnos aprenderán cómo se juega este deporte, su historia y los deportistas más famosos de esta modalidad deportiva a través de la exploración y búsqueda en Internet para luego transmitir lo aprendido y llevarlo a la práctica. Deportistas famos@s, especialmente en Andalucía. Perspectiva de género

4. CONCRECIÓN CURRICULAR COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Competencia específica

Resolver con seguridad, estabilidad y creatividad situaciones motrices variadas vinculadas a diferentes manifestaciones deportivas, recreativas y creativas, consolidando su capacidad de aprendizaje individual y compartido, fundamentadas sobre habilidades para la autorregulación emocional, la observación y el análisis, la planificación y la comunicación.

Recopilar, vivenciar y promover actividades físico-deportivas que destaquen por su carácter mixto e inclusivo, proponiendo alternativas creativas que favorezcan la implantación de hábitos de actividad física y deportiva que superen las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, para desarrollar procesos de autorregulación emocional y entendimiento social en los diferentes espacios en los que se participa.

Investigar, descubrir y analizar críticamente las influencias sociales, políticas y económicas que conforman las distintas manifestaciones de la cultura motriz, incluida la cultura andaluza, así como sus mecanismos de arraigo social y transmisión de valores, adoptando una postura ética y proactiva en la defensa y fomento de valores democráticos de inclusión, respeto a las normas y a los demás, rechazo a la violencia y a la discriminación, y a aquellos tópicos o estereotipos perjudiciales para la salud para favorecer un desarrollo integral tanto individual como social.

MATERIA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
EF	3.1. Identificar, analizar, comprender y progresar en los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en	AFSS.2.C.1. Observación y evaluación de las situaciones motrices variadas, sus factores condicionales, técnicos, de participación y de resolución táctica individual y colectiva: técnicas, estrategias y herramientas de medida.

	la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores, proponiendo y aplicando soluciones a los mismos.	AFSS.2.C.2. Aplicaciones y dispositivos para la observación de elementos técnicos y tácticos en situaciones motrices variadas que permitan el análisis de los resultados. AFSS.2.C.4. Resolución de situaciones motrices variadas, ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Secuencias de aprendizaje de habilidades específicas de distintos deportes individuales que incluyan todos los patrones motrices básicos. (AFSS.2.C.8.)
EF	3.2. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, ajustándose a los objetivos y resolviendo eficiente y creativamente los imprevistos, demostrando dominio de los patrones motores básicos y progresando en la adquisición de habilidades específicas para cada contexto.	AFSS.2.C.6. Resolución de actividades cooperativas, su análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito. Tipos de feedback. AFSS.2.C.7. Resolución de problemas tácticos en situaciones de cooperación-oposición, desde distintos roles, ajustados a la estrategia colectiva planteada en las diferentes fases del ciclo del juego.
EF	4.1. Conocer y participar en actividades deportivas reconocidas de carácter mixto, además de organizar y promover la adaptación de otras a este carácter, reconociendo su riqueza y demostrando valores de respeto y superación de los estereotipos de género.	AFSS.2.D.2. Análisis crítico de la actividad física y el deporte en los medios de comunicación. AFSS.2.D.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices, tales como, comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas. AFSS.2.D.5. Biografías de personalidades relevantes del mundo del deporte y la actividad física, a nivel mundial, español y andaluz. La mujer en el deporte: situación actual, evolución histórica de su acceso y participación, biografías de mujeres deportistas relevantes.
EF	5.4. Identificar, recopilar, conocer, participar, practicar y difundir aquellas actividades físicas propias de la cultura motriz andaluza.	AFSS.2.D.7. Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes. AFSS.2.D.8. Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito artístico-expresivo a nivel mundial, nacional y andaluz.

Orientar en la búsqueda de documentación sobre Hockey, gestos técnicos y elección de personajes o deportistas famosos relacionados con Andalucía. Elección de proyectos según sus preferencias y características

CONEXIÓN CON EL PERFIL COMPETENCIAL AL FINALIZAR SEGUNDO CURSO/PERFIL DE SALIDA

CCL1, STEM2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA3, CCL2, CCL5, STEM5, CPSAA3.1, CC2, CC3, CE3, CCEC1, CCEC2, CD1

5. SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

ACTIVIDADES (TIPOS Y CONTEXTOS)	EJERCICIOS (RECURSOS Y PROCESOS COGNITIVOS)
Sesiones 1, 2 y 3	Proyecto individual y colectivo. Búsqueda de documentación e información sobre historia del Hockey. Trabajo individual y en grupos para proyecto explicativo y práctico. Principales gestos técnicos: agarres, conducción, pases y recepciones, tiro a puerta. Varienates. Deportistas y personajes famosos, especialmente en Andalucía)
Sesiones 4,5 y 6	Explicación entre alumnos del mismo grupo de sus propios gestos técnicos. Ejecución práctica. Análisis de fallos. Proyecto con grabación de vídeos de los grupos explicando los gestos técnicos elegidos (tarea classroom)
Sesiones 7 y 8	Finalización proyecto por grupos de exposición y enseñanza tanto al profesor como resto de compañeros
Sesión 9 y 10	Creación de situaciones de partido modo competición. Resolución de problemas en situaciones reales. Partidos individuales y dobles. Colocación de material. Redes y dimensiones del campo
Sesiones 11 y 12	Cooperación entre grupos para detección y análisis de los gestos técnicos y habilidades específicas. Arbitraje y organización de juegos de Hockey. Rey de pista

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN EDUCATIVA ORDINARIA A NIVEL DE AULA

Medidas generales. Medidas específicas. Adaptaciones DUA

PRINCIPIOS DUA	PAUTAS DUA		
Usar múltiples formas Presentación	Ilustrar a través de múltiples medios: presentar conceptos claves en una forma de representación simbólica (ilustraciones, fotografía, etc.)	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos
Usar Múltiples formas de Expresión	Variar los métodos de respuesta y navegación: proporcionar alternativas para interactuar con diversos formatos, voz, teclado, dibujo, imagen, vídeo, entre otras.	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes,	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes,

		movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).	movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).
Usar Múltiples formas de Motivación	Minimiza las amenazas y distracciones: crear clima de aceptación y apoyo, variar el nivel de novedad y las demandas sociales requeridas para el aprendizaje o rendimiento.	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)

7. VALORACIÓN DE LO APRENDIDO

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN	RUBRICA HOCKEY				
		Insuficiente (IN) Del 1 al 4	Suficiente (SU) entre 5 y 6	Bien (BI) entre 6 y 7	Notable (NT) entre 7 y 8	Sobresaliente (SB) entre 9 y 10
3-1	Identificar, analizar, comprender y progresar en la realización de gestos técnicos	No (o apenas) identifica ni adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos	Identifica y adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos de manera muy básica	Identifica y adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos correctamente	Identifica y adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos a un alto nivel, demostrando un buen perfeccionamiento	Identifica y adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos a un alto nivel, demostrando un buen perfeccionamiento y resolución de problemas en situación de juego
3.2	Participación y cooperación en el proyecto de habilidades específicas. (Sesiones prácticas en clase.)	Muestra un desarrollo del proyecto de habilidades específicas de Hockey con grandes deficiencias	Muestra un desarrollo del proyecto de habilidades específicas de Hockey pobre	Muestra un desarrollo del proyecto de habilidades específicas de Hockey correcto y adecuado	Muestra un desarrollo del proyecto de habilidades específicas de Hockey a un nivel alto y acertado	Muestra un desarrollo del proyecto de habilidades específicas de Hockey con un gran nivel y creatividad
4.1	Conocer y participar en actividades deportivas reconocidas de carácter mixto, demostrando valores de respeto y	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Hockey con grandes deficiencias	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Hockey pobre	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Hockey correcto y adecuado	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Hockey a un nivel alto y acertado	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Hockey con un gran nivel y creatividad

	superación de los estereotipos de género.					
5.4	Creación proyecto Hockey e influencia cultural y social. (Relación con cultura andaluza, igualdad de género, conductas homófobas y racistas)	La presentación y contenido del proyecto son muy pobres, con grandes deficiencias	La presentación y contenido del proyecto son correctas pero presenta algunas deficiencias	La presentación y contenido del proyecto son bastante correctas, relacionando con conductas homófobas y racistas, de manera correcta	El contenido del proyecto es bastante bueno y con una buena presentación de manera creativa, relacionando con conductas homófobas y racistas correctamente	El proyecto presenta unos contenidos y una presentación excepcionales, comprendiendo y explicando la influencia cultural, relacionando con conductas homófobas y racistas.

EVALUACIÓN VALORACIÓN MEDIDAS DUA PARA LA DIVERSIDAD

Se tomará como referencia un pequeño cuestionario donde el alumno valorará si la información recibida ha sido claro:

1º Presentación:

Para las actividades realizada en clase, te ha sido fácil entender:

-Las explicaciones de texto o voz pasarlas a imágenes, gráficos o vídeos.

Respuesta SÍ -NO

2º Expresión:

- La presentación de los conceptos clave se han realizado en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).

Respuesta SÍ -NO

3º Motivación:

Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas). Se han comenzado las actividades, empezando por conceptos ya aprendidos.

Respuesta SÍ -NO

NIVEL DESEMPEÑO COMPETENCIAL

Participar en la organización de todas las actividades y puestas en escena
Que sepan utilizar de manera eficiente recursos digitales para la búsqueda de información de historia y habilidades específicas, elaboración en diferentes formatos y el seguimiento de sus avances (Tablas de datos, autoevaluaciones de desempeño...).

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Indicador	Instrumento
El alumno realiza actividades en grupo sobre las diferentes habilidades específicas de Hockey	Observación directa
El alumno muestra sus sensaciones, tanto físicas como emocionales y entiende los gestos técnicos	Hoja de control emocional que debe realizarse tras la finalización de la situación de aprendizaje
El alumno es capaz de expresar y transmitir los conocimientos propuestos en los proyectos de clase	Hoja de Rutinas

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE
SALUD Y VIDA SALUDABLE

1. IDENTIFICACIÓN

CURSO	TÍTULO O TAREA: SALUD Y VIDA SALUDABLE	<u>MEJORANDO MI SALUD Y CONDICIÓN</u> <u>FÍSICA</u>
2º Bachillerato	TEMPORALIZACIÓN:	Se necesitarán un mínimo de 30/32 sesiones para completar objetivo continuo final (aprox. 10-12 por trimestre,)

2. JUSTIFICACIÓN

Los alumnos deben aprender a planificar, dosificar y autoregular el apartado físico adecuándose a las necesidades físicas. Adquirir hábitos cotidianos para realizar actividad física y así mantener unos niveles óptimos de salud. Incrementar su condición física y potenciar su sistema inmunitario, educación y control postural. Aprender a planificar, desarrollar proyectos a nivel de motricidad en los distintos ámbitos de la sociedad (sostenibilidad, social, voluntariado, etc...). Uso adecuado de las instalaciones y materiales del entorno urbano y natural.

3. DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO FINAL

El alumno debe autogestionar su capacidad de esfuerzo, mejorando progresivamente su condición física. Adquirir por lo tanto hábitos de vida saludable y entenderlos. Creación de proyectos personales.

4. CONCRECIÓN CURRICULAR

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

1. Asentar, practicar y promover en su entorno próximo estilos de vida activos y saludables, planificando la actividad física propia y de terceros, partiendo de una evaluación inicial con base en parámetros científicos asequibles de las características fisiológicas y biométricas de los participantes, sus necesidades y motivaciones, así como de las condiciones del contexto para incorporar estilos de vida saludables.
2. Experimentar y desarrollar competencias, además de la motriz, implicadas en los estudios y salidas profesionales asociadas a la actividad física y el deporte, tales como dirección de grupos, organización de actividades, observación de situaciones motoras, diseño de actividades creativas, de ocio y de enseñanzas deportivas para dotar al alumnado de una visión global de las actividades motrices en los diferentes contextos que se pueda encontrar en su futuro desempeño laboral.
4. Recopilar, vivenciar y promover actividades físico-deportivas que destaquen por su carácter mixto e inclusivo, proponiendo alternativas creativas que favorezcan la

implantación de hábitos de actividad física y deportiva que superen las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, para desarrollar procesos de autorregulación emocional y entendimiento social en los diferentes espacios en los que se participa.

MATERIA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
EF	1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma programas de actividad física dirigidos al mantenimiento y mejora de la salud y calidad de vida, intentando incrementar el nivel inicial de las mismas, teniendo en cuenta su estado de salud y su condición física, realizando una valoración ajustada de todos los factores de rendimiento, temporizando adecuadamente las acciones, aplicando sistemas y métodos adecuados, observando los principios de acondicionamiento físico e incluyendo elementos motivacionales.	AFSS.2.A.1. Programación de la actividad física orientada a la salud, atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad, recuperación y tipo de actividad en función de los objetivos y de las necesidades y características individuales. Orientación de los programas hacia el logro de objetivos específicos. AFSS.2.A.2. Beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud física, social y mental. AFSS.2.A.3. Evaluación de las capacidades físicas y coordinativas como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. AFSS.2.A.5. Sistemas y métodos de entrenamiento de las capacidades físicas y coordinativas, características de las actividades físicas según el objetivo de mejora y su relación con la salud. AFSS.2.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: material necesario, instalaciones, características del grupo al que se dirige, objetivos de la preparación, actividades, seguridad, etc. Herramientas de los medios tecnológicos que están a su disposición para la gestión de la actividad física.
EF	1.2. Incorporar de forma consciente y autónoma en su actividad diaria, así como asesorar y orientar a terceros, medidas específicas para la prevención de lesiones, la autorregulación y dosificación del esfuerzo, aspectos saludables en la nutrición, conductas de riesgo para la salud, descanso adecuado, educación postural y ajustes ergonómicos del	AFSS.2.A.4. Exigencias específicas, condicionales y coordinativas de los distintos tipos de actividad física y deportiva. (AFSS.2.A.5.) AFSS.2.A.8. Nutrición en la vida diaria y en la actividad física de forma específica. Relación ingesta y gasto calórico. Diseño de dietas saludables. Análisis de productos alimenticios: valor alimenticio y energético. AFSS.2.A.9. Corrección de problemas posturales, ajuste ergonómico de las actividades, lesiones más comunes en la

	movimiento, entendiendo su relación con la calidad de vida y la eficiencia en diferentes desempeños deportivos y profesionales.	práctica de actividades física. AFSS.2.A.11. Factores de riesgo en las actividades físicas, medidas de prevención, análisis de la ejecución de los ejercicios y actuación ante lesiones y accidentes deportivos. Medidas preventivas y compensatorias del entrenamiento físico. Hábitos saludables. Protocolos de seguridad en los diferentes tipos de actividad. AFSS.2.A.12. Actuaciones críticas ante accidentes. Primeros auxilios. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo de reanimación cardiopulmonar (RCP). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus, y similares). Contenido básico del kit de asistencia (botiquín).
EF	1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, todo ello identificando y transmitiendo las posibles transferencias de estos conocimientos a todo tipo de situaciones habituales de ocio y laborales.	AFSS.2.A.9. AFSS.2.A.11. AFSS.2.A.12
EF	2.2. Diseñar, planificar y dirigir actividades individuales y colectivas de aprendizaje, recreación o acondicionamiento físico, adaptado al grupo, observando las medidas de seguridad y cuidado de la salud pertinentes y garantizando un tiempo de desempeño motor suficiente, así como la	AFSS.2.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: material necesario, instalaciones, características del grupo al que se dirige, objetivos de la preparación, actividades, seguridad, etc. Herramientas de los medios tecnológicos que están a su disposición para la gestión de la actividad física. AFSS.2.B.3. Selección responsable y sostenible de material deportivo. Reutilización del material disponible. Construcción de

	eficiencia en los procesos de comunicación inicial y de feedback necesarios que incluirá tanto información técnica como motivacional.	material deportivo alternativo y reciclado. Medidas de adecuación de instalaciones y materiales para una práctica físico-deportiva inclusiva. AFSS.2.B.7. Dirección de grupos deportivos, garantizando la participación, el aprendizaje, la seguridad, la diversión y la interacción social de sus componentes.
	4.2. Organizar, promover y participar en actividades físicas inclusivas, desde el conocimiento de los diferentes tipos de discapacidad, adaptándose a los requerimientos físicos, psíquicos y sociales, realizando adaptaciones creativas de las reglas y los materiales, estableciendo los medios y ayudas técnicas específicas que facilitan la realización de las actividades y posibilitando la inclusión desde el respeto y la empatía.	AFSS.2.D.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices, tales como comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz actitudes xenófobas, racistas o sexistas. (AFSS.2.D.6.)

ORIENTACIONES PARA LA COMPETENCIA ESPECÍFICA

Nos adaptamos a las necesidades de cada alumno. Condición física individualizada.

CONEXIÓN CON EL PERFIL COMPETENCIAL AL FINALIZAR SEGUNDO CURSO/PERFIL DE SALIDA

STEM2, STEM5, CD4, CPSAA1.2, CPSAA2, CPSAA5, CCL1, CCL5, STEM5, CD2, CD3, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CE3, CCL2, CCL5, STEM5, CPSAA3.1, CC2, CC3, CE3

5. SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

ACTIVIDADES (TIPOS Y CONTEXTOS)	EJERCICIOS (RECURSOS Y PROCESOS COGNITIVOS)
Calentamiento. Test iniciales. 2 sesiones	Calentamientos planificados. Especial control postural. Test de Cooper o Course Navette. Técnicas específicas de control y movilidad corporal, tanto individuales como colectivas

Ejercicios básicos de entrenamiento de fuerza. Autocargas 2 sesiones.	Trabajo por parejas y grupos. Proyecto para planificar sesiones de salud, escuela de espalda. Planificación de calentamientos específicos. Especial escoliosis, prevención y corrección. Técnicas de respiración.
Resistencia aeróbica/anaeróbica 1 sesión	Medición de la FC. Zona aeróbica saludable. Ley del umbral. Umbral anaeróbico y aeróbico. Ventajas y desventajas. Ejercicios de resistencia Fartlek, cambios de intensidad
Entrenamiento en circuito. 3 sesiones	Circuito de 6-8 estaciones (3 vueltas), ofreciendo diferentes niveles de complejidad en función de la capacidad de cada uno/a. Velocidad, fuerza y flexibilidad.
Circuitos urbanos 4/5 sesiones	Planificación de circuitos con entornos urbanos: crossfit, parkour, calistenia. Visita gimnasios de la zona, playa de las acacias (Fitness Life, Club de Remo, etc...)
Técnicas de relajación 2 sesiones	Ejercicios de relajación y vuelta a la calma. Proyecto creativo con ejercicios de respiración guiados y creados por alumnos. Vuelta a la calma. Body-balance.
Test de condición física. 3 sesiones	Tests de condición física. Lanzamiento de balón medicinal, salto horizontal, Course Navette. Plancha. 800mts.
Proyectos motores 1 sesión	Creación y desarrollo de proyectos motores físicos. Voluntariado (propuestas y proyectos) Creación y participación de ligas, deporte adaptado, inclusión social e igualdad

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN EDUCATIVA ORDINARIA A NIVEL DE AULA

Medidas generales. Medidas específicas. Adaptaciones DUA (Diseño Universal Aprendizaje)

PRINCIPIOS DUA	PAUTAS DUA		
	Generales	Específicas	Adaptaciones DUA
Usar múltiples formas de Presentación	Ilustrar a través de múltiples medios: presentar conceptos claves en una forma de representación simbólica (ilustraciones, fotografía, etc.)	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos
Usar Múltiples formas de	Variar los métodos de respuesta y	Presentar los conceptos clave en	Presentar los conceptos clave en

Expresión	navegación: proporcionar alternativas para interactuar con diversos formatos, voz, teclado, dibujo, imagen, vídeo, entre otras.	formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).	formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).
Usar Múltiples formas de Motivación	Minimiza las amenazas y distracciones: crear clima de aceptación y apoyo, variar el nivel de novedad y las demandas sociales requeridas para el aprendizaje o rendimiento.	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)

7. VALORACIÓN DE LO APRENDIDO

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN	RUBRICAS SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA				
		Insuficiente (IN) Del 1 al 4	Suficiente (SU) entre 5 y 6	Bien (BI) entre 6 y 7	Notable (NT) entre 7 y 8	Sobresaliente (SB) entre 9 y 10
1.1	Realización de proyectos y circuitos de salud y condición física (frecuencia-intensidad necesaria)	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física con bastantes errores o demostrando gran desinterés o participación nula	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física con algunos errores	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física.	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física de forma óptima	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física de forma excelente, individualizada, variada y creativa
1.2	Realización de rutinas con ejercicios posturales	No aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica en ocasiones de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase e individualiza ejercicios según sus necesidades	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase, creando nuevos y los individualiza según sus

						necesidades, gustos y objetivo
1.3	Realización de las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases y con actitud postural correcta(test físicos)	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud pasiva y actitud postural incorrecta	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa y actitud postural normal	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa y participativa, demostrando superación física y actitud postural correcta	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa, participativa y creativa, superación física y aplicando además diferentes técnicas de relajación y actitud postural muy buena	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa, participativa, consiguiendo gran superación física y definiendo perfectamente técnicas más convenientes para la condición física, de relajación y actitud postural excelente
2.2	Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o	No participa en los proyectos motores ni propone	Participa en algún proyectos motor y/o propone algún	Participa en proyectos motor y/o propone algún proyecto	Participa en la mayoría de proyectos motor y/o propone	Participa de manera muy activa en gran cantidad de

	colaborativo	proyecto alguno	proyecto	creativo	diferentes proyecto	proyectos motor proponiendo nuevos proyectos
4.2	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices	No participa o participa de modo inadecuado en actividades motrices inclusivas y situaciones de convivencia	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas y desarrollando situaciones de convivencia	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas y desarrollando situaciones de convivencia de modo muy activo y con gran interés	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas y desarrollando situaciones de convivencia de forma excelente, fomentando situaciones de convivencia muy creativas

EVALUACIÓN VALORACIÓN MEDIDAS DUA PARA LA DIVERSIDAD

Se tomará como referencia un pequeño cuestionario donde el alumno valorará si la información recibida ha sido claro:

1º Presentación:

Para las actividades realizada en clase, te ha sido fácil entender:

-Las explicaciones de texto o voz pasarlas a imágenes, gráficos o vídeos.

Respuesta SÍ -NO

2º Expresión:

- La presentación de los conceptos clave se han realizado en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla,vídeo, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).

Respuesta SÍ -NO

3º Motivación:

Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas). Se han comenzado las actividades, empezando por conceptos ya aprendidos.

Respuesta SÍ -NO

NIVEL DESEMPEÑO COMPETENCIAL

El alumno comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Indicador	Instrumento
El alumno realiza actividades y ejercicios favoreciendo el control postural de forma rutinaria antes de iniciar la actividad física principal.	Observación directa. Hoja de registro/ruta
El alumno realiza todos los test-circuitos	Anotación de los test-circuitos
Implicación en los proyectos propuestos	Observación directa

ESQUEMA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE
FISIOLOGÍA MUSCULAR

1. IDENTIFICACIÓN

CURSO	TÍTULO O TAREA:	FISIOLOGÍA MUSCULAR
2º BACHILLER	TEMPORALIZACIÓN :	10 sesiones

2. JUSTIFICACIÓN

Buscar documentación sobre fisiología muscular, tipos de contracciones musculares. Tendones y ligamentos. Sistemas de energía.

3. DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO FINAL

Los alumnos aprenderán los conceptos más importantes sobre fisiología muscular relacionada con la actividad física.

4. CONCRECIÓN CURRICULAR

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Competencia específica 1

1. Asentar, practicar y promover en su entorno próximo estilos de vida activos y saludables, planificando la actividad física propia y de terceros, partiendo de una evaluación inicial con base en parámetros científicos asequibles de las características fisiológicas y biométricas de los participantes, sus necesidades y motivaciones, así como de las condiciones del contexto para incorporar estilos de vida saludables.

Competencia específica 2

2. Experimentar y desarrollar competencias, además de la motriz, implicadas en los estudios y salidas profesionales asociadas a la actividad física y el deporte, tales como dirección de grupos, organización de actividades, observación de situaciones motoras, diseño de actividades creativas, de ocio y de enseñanzas deportivas para dotar al alumnado de una visión global de las actividades motrices en los diferentes contextos que se pueda encontrar en su futuro desempeño laboral.

MATERIA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
EF	1.2. Incorporar de forma consciente y autónoma en su actividad diaria, así como	AFSS.2.A.4. Exigencias específicas, condicionales y coordinativas de los distintos tipos de actividad física y

	asesorar y orientar a terceros, medidas específicas para la prevención de lesiones, la autorregulación y dosificación del esfuerzo, aspectos saludables en la nutrición, conductas de riesgo para la salud, descanso adecuado, educación postural y ajustes ergonómicos del movimiento, entendiendo su relación con la calidad de vida y la eficiencia en diferentes desempeños deportivos y profesionales.	deportiva. (AFSS.2.A.5.) AFSS.2.A.8. Nutrición en la vida diaria y en la actividad física de forma específica. Relación ingesta y gasto calórico. Diseño de dietas saludables. Análisis de productos alimenticios: valor alimenticio y energético. AFSS.2.A.9. Corrección de problemas posturales, ajuste ergonómico de las actividades, lesiones más comunes en la práctica de actividades física. AFSS.2.A.11. Factores de riesgo en las actividades físicas, medidas de prevención, análisis de la ejecución de los ejercicios y actuación ante lesiones y accidentes deportivos. Medidas preventivas y compensatorias del entrenamiento físico. Hábitos saludables. Protocolos de seguridad en los diferentes tipos de actividad. AFSS.2.A.12. Actuaciones críticas ante accidentes. Primeros auxilios. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo de reanimación cardiopulmonar (RCP). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus, y similares). Contenido básico del kit de asistencia (botiquín).
EF	1.5. Emplear de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con el análisis, control y gestión de la actividad física, incrementando la eficiencia de sus acciones, favoreciendo la interrelación entre participantes y respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la utilización y difusión de datos personales.	AFSS.2.A.6. Control de los parámetros de carga, evaluación de su efecto y mecanismos de reorientación. Aplicación de los principios del entrenamiento en los métodos de mejora de las capacidades físicas básicas. AFSS.2.A.7. Aplicaciones y dispositivos digitales para la evaluación y planificación de programas de actividad física y de factores asociados como la nutrición, el descanso y los parámetros biométricos. AFSS.2.A.8. Nutrición en la vida diaria y en la actividad física de forma específica. Relación ingesta y gasto calórico. Diseño de dietas saludables. Análisis de productos alimenticios: valor alimenticio y energético.
EF	2.5. Incorporar el uso de	AFSS.2.A.7. Aplicaciones y dispositivos

	aplicaciones y dispositivos digitales a las diferentes fases del proceso: diseño y planificación, evaluación y comunicación, de las diferentes actividades en contextos variados.	digitales para la evaluación y planificación de programas de actividad física y de factores asociados como la nutrición, el descanso y los parámetros biométricos. AFSS.2.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: material necesario, instalaciones, características del grupo al que se dirige, objetivos de la preparación, actividades, seguridad, etc. Herramientas de los medios tecnológicos que están a su disposición para la gestión de la actividad física. AFSS.2.B.7. Dirección de grupos deportivos, garantizando la participación, el aprendizaje, la seguridad, la diversión y la interacción social de sus componentes.
--	--	--

ORIENTACIONES PARA LA COMPETENCIA ESPECÍFICA

Orientar en la búsqueda de documentación sobre fisiología muscular en el ejercicio y el deporte. Prevención de lesiones y ejercicios posturales correctos y preventivos.. Elección de proyectos según sus preferencias de sistemas aeróbicos y anaeróbicos

CONEXIÓN CON EL PERFIL COMPETENCIAL AL FINALIZAR SEGUNDO CURSO/PERFIL DE SALIDA

STEM2, STEM5, CD4, CPSAA1.2, CPSAA2, CPSAA5. CCL1, CCL5, STEM5, CD2, CD3, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CE3.

5. SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

ACTIVIDADES (TIPOS Y CONTEXTOS)	EJERCICIOS (RECURSOS Y PROCESOS COGNITIVOS)
Sesiones 1,2 y 3	Proyecto digital individual y colectivo. Búsqueda de documentación e información sobre fisiología muscular relacionada con el deporte. Cómo funciona la contracción muscular. Tendones y ligamentos, funciones y diferencias.
Sesiones 4 y 5	Exposiciones por grupos de los trabajos digitales (canva, prezzi,etc..)
Sesiones 6, 7 y 8	Realización trabajos sobre sistemas de energía y aplicarlos con

	ejemplos en el campo práctico. Sistema glucolítico, ciclo de Krebs. Sistema aeróbico y sistema anaeróbico. Práctica de ejercicios aeróbicos y anaeróbicos
Sesión 9 y 10	Con lo aprendido, conceptos básicos de las contracciones musculares (concéntricas, excéntricas, isométricas), realizar ejercicios prácticos basados en la prevención de lesiones y correcciones posturales. Planificaciones deportivas

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN EDUCATIVA ORDINARIA A NIVEL DE AULA

Medidas generales. Medidas específicas. Adaptaciones DUA

PRINCIPIOS DUA	PAUTAS DUA		
Usar múltiples formas Presentación	Ilustrar a través de múltiples medios: presentar conceptos claves en una forma de representación simbólica (ilustraciones, fotografía, etc.)	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos
Usar Múltiples formas de Expresión	Variar los métodos de respuesta y navegación: proporcionar alternativas para interactuar con diversos formatos, voz, teclado, dibujo, imagen, vídeo, entre otras.	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).
Usar Múltiples formas de Motivación	Minimiza las amenazas y distracciones: crear clima de aceptación y apoyo, variar el nivel de novedad y las demandas sociales requeridas para el aprendizaje o rendimiento.	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)

7. VALORACIÓN DE LO APRENDIDO

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN	RUBRICA FISIOLÓGÍA MUSCULAR				
		Insuficiente (IN) Del 1 al 4	Suficiente (SU) entre 5 y 6	Bien (BI) entre 6 y 7	Notable (NT) entre 7 y 8	Sobresaliente (SB) entre 9 y 10
1.2	Realización de rutinas con ejercicios posturales	No aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica en ocasiones de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase e individualiza ejercicios según sus necesidades	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase, creando nuevos y los individualiza según sus necesidades, gustos y objetivo
1.5	Empleo de aplicaciones y dispositivos digitales	No emplea (o lo hace de modo deficiente) de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales	Emplea de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales con deficiencias	Emplea de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales correctamente	Emplea de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales de forma destacable y con gran variedad	Emplea de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales de forma excelente y con gran creatividad
2.5	Diseño y planificación, evaluación y comunicación, de las	Diseño y planificación, y comunicación, del trabajo es	Diseño y planificación, y comunicación, del trabajo es	Diseño y planificación, y comunicación, del trabajo es	Diseño y planificación, y comunicación, del trabajo es muy	Diseño y planificación, y comunicación, del trabajo es

	diferentes actividades en contextos variados.	totalmente deficiente o no lo presenta	correcto pero con algunas deficiencias	correcto	bueno y variado.	excelente y muy creativo
--	---	--	--	----------	------------------	--------------------------

EVALUACIÓN VALORACIÓN MEDIDAS DUA PARA LA DIVERSIDAD

Se tomará como referencia un pequeño cuestionario donde el alumno valorará si la información recibida ha sido clara:

1º Presentación:

Para las actividades realizada en clase, te ha sido fácil entender:

-Las explicaciones de texto o voz pasarlas a imágenes, gráficos o vídeos.

Respuesta SÍ -NO

2º Expresión:

- La presentación de los conceptos clave se han realizado en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).

Respuesta SÍ -NO

3º Motivación:

Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas). Se han comenzado las actividades, empezando por conceptos ya aprendidos.

Respuesta SÍ -NO

NIVEL DESEMPEÑO COMPETENCIAL

Participar en la organización de todas las actividades y puestas en escena

Que sepan utilizar de manera eficiente recursos digitales para la búsqueda de información sobre fisiología muscular relacionada a la actividad física, elaboración en diferentes formatos y el seguimiento de sus avances (Tablas de datos, autoevaluaciones de desempeño...).

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Indicador	Instrumento
El alumno realiza actividades en grupo sobre los conceptos de fisiología. Grado de implicación	Observación directa
El alumno muestra sus sensaciones, tanto físicas como emocionales y entendiendo su esencia, sistemas de energía.	Hoja de control emocional que debe realizarse tras la finalización de la situación de aprendizaje
El alumno es capaz de expresar y transmitir los conocimientos propuestos en los proyectos de clase	Hoja de Rutinas

ESQUEMA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE JUEGOS ALTERNATIVOS

1-IDENTIFICACIÓN

CURSO	TÍTULO O TAREA:	JUEGOS ALTERNATIVOS
2º BACHILLERATO	TEMPORALIZACIÓN:	8 sesiones

2. JUSTIFICACIÓN

Aprender juegos alternativos como Kindball, kabaddi, Tripela y Ringo. Además de crear otros de libre creatividad y variantes.

3. DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO FINAL

Los alumnos aprenderán a desarrollar juegos alternativos existentes con variantes adaptadas al alumnado y a las instalaciones del colegio. Vivenciar los diferentes juegos alternativos propuestos y de libre creación.

4. CONCRECIÓN CURRICULAR COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Asentar, practicar y promover en su entorno próximo estilos de vida activos y saludables, planificando la actividad física propia y de terceros, partiendo de una evaluación inicial con base en parámetros científicos asequibles de las características fisiológicas y biométricas de los participantes, sus necesidades y motivaciones, así como de las condiciones del contexto para incorporar estilos de vida saludables.

4. Recopilar, vivenciar y promover actividades físico-deportivas que destaquen por su carácter mixto e inclusivo, proponiendo alternativas creativas que favorezcan la implantación de hábitos de actividad física y deportiva que superen las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, para desarrollar procesos de autorregulación emocional y entendimiento social en los diferentes espacios en los que se participa.

6. Organizar, desarrollar y promover acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y el deporte en el medio natural y urbano, integrándose en ella, asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, optimizando los recursos próximos, y contribuyendo al cuidado y mantenimiento del entorno para un desarrollo sostenible para impulsar acciones que fomenten un desarrollo sostenible.

MATERIA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
EF	1.5. Emplear de forma autónoma aplicaciones y dispositivos	AFSS.2.A.6. Control de los parámetros de carga, evaluación de su efecto y

	digitales relacionados con el análisis, control y gestión de la actividad física, incrementando la eficiencia de sus acciones, favoreciendo la interrelación entre participantes y respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la utilización y difusión de datos personales.	mecanismos de reorientación. Aplicación de los principios del entrenamiento en los métodos de mejora de las capacidades físicas básicas. AFSS.2.A.7. Aplicaciones y dispositivos digitales para la evaluación y planificación de programas de actividad física y de factores asociados como la nutrición, el descanso y los parámetros biométricos.
EF	4.1. Conocer y participar en actividades deportivas reconocidas de carácter mixto, además de organizar y promover la adaptación de otras a este carácter, reconociendo su riqueza y demostrando valores de respeto y superación de los estereotipos de género.	AFSS.2.D.2. Análisis crítico de la actividad física y el deporte en los medios de comunicación. AFSS.2.D.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices, tales como, comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas. AFSS.2.D.5.
EF	4.2. Organizar, promover y participar en actividades físicas inclusivas, desde el conocimiento de los diferentes tipos de discapacidad, adaptándose a los requerimientos físicos, psíquicos y sociales, realizando adaptaciones creativas de las reglas y los materiales, estableciendo los medios y ayudas técnicas específicas que facilitan la realización de las actividades y posibilitando la inclusión desde el respeto y la empatía.	AFSS.2.D.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices, tales como, comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas. AFSS.2.D.6.
EF	6.1. Analizar, diseñar, planificar y ofertar proyectos de colaboración con asociaciones u organismos de su entorno, teniendo como base la actividad física, promoviendo hábitos de vida saludable y la inclusión social de diferentes colectivos.	AFSS.2.B.6. Organización, gestión y dinamización de actividades colectivas en diferentes contextos de práctica. AFSS.2.B.7. Dirección de grupos deportivos, garantizando la participación, el aprendizaje, la seguridad, la diversión y la interacción social de sus componentes. AFSS.2.E.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. Materiales y equipamientos: su uso según las especificaciones técnicas de los mismos.

ORIENTACIONES PARA LA COMPETENCIA ESPECÍFICA

Orientar en la búsqueda de documentación sobre Juegos alternativos propuestos y de libre creación. Cómo relacionarlos y transmitirlos para la sociedad y sus beneficios.

CONEXIÓN CON EL PERFIL COMPETENCIAL AL FINALIZAR SEGUNDO CURSO/PERFIL DE SALIDA

CCL1, STEM2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA3, CCL2, CCL5, STEM5, CPSAA3.1, CC2, CC3, CD2, CPSAA2, CC4, CE1, CE2, CE3.

5. SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

ACTIVIDADES (TIPOS Y CONTEXTOS)	EJERCICIOS (RECURSOS Y PROCESOS COGNITIVOS)
Sesiones 1 y 2	Búsqueda de documentación para trabajo sobre juegos alternativos modificados y adaptados. Creación de grupos para Kindball, kabaddi, Tripela y Ringo, así como otras de libre creación
Sesiones 4, 5 y 6	Transmitir esa información y conocimiento sobre cada juego alternativo a nivel práctico con los compañeros
Sesiones 7 y 8	BEvaluar cada juego alternativo expuesto por cada grupo y adaptarlo a entornos urbanos y naturales, así como a todos los alumnos teniendo en cuenta las casuísticas de cada uno (discapacidades, limitaciones, etc...)

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN EDUCATIVA ORDINARIA A NIVEL DE AULA

Medidas generales. Medidas específicas. Adaptaciones DUA

PRINCIPIOS DUA	PAUTAS DUA		
Usar múltiples formas Presentación	Ilustrar a través de múltiples medios: presentar conceptos claves en una forma de representación simbólica (ilustraciones, fotografía, etc.)	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos
Usar Múltiples formas de Expresión	Variar los métodos de respuesta y navegación: proporcionar alternativas para interactuar con diversos formatos, voz, teclado, dibujo, imagen, vídeo, entre otras.	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto

		(imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).	(imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).
Usar Múltiples formas de Motivación	Minimiza las amenazas y distracciones: crear clima de aceptación y apoyo, variar el nivel de novedad y las demandas sociales requeridas para el aprendizaje o rendimiento.	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)

7.VALORACIÓN DE LO APRENDIDO
PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN	RUBRICA JUEGOS ALTERNATIVOS				
		Insuficiente (IN) Del 1 al 4	Suficiente (SU) entre 5 y 6	Bien (BI) entre 6 y 7	Notable (NT) entre 7 y 8	Sobresaliente (SB) entre 9 y 10
1.5	Empleo de aplicaciones y dispositivos digitales. Hoja de ruta	No emplea (o lo hace de modo deficiente) de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales	Emplea de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales con deficiencias	Emplea de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales correctamente	Emplea de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales de forma destacable y con gran variedad	Emplea de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales de forma excelente y con gran creatividad
4.1	Conocer y participar en actividades deportivas reconocidas de carácter mixto, demostrando valores de respeto y superación de los estereotipos de género. Observación directa	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Voleibol con grandes deficiencias	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Voleibol pobre	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Voleibol correcto y adecuado	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Voleibol a un nivel alto y acertado	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Voleibol con un gran nivel y creatividad
4.2	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en	No participa o participa de modo inadecuado en actividades	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas y desarrollando	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas y desarrollando	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas y desarrollando

	situaciones motrices Observación directa	motrices inclusivas y situaciones de convivencia		situaciones de convivencia	situaciones de convivencia de modo muy activo y con gran interés	situaciones de convivencia de forma excelente, fomentando situaciones de convivencia muy creativas
6.1	Dirección de grupos fomentando la participación, aprendizaje y la seguridad. Hoja de ruta	Dirección de grupos de juegos alternativos, su aprendizaje y seguridad en las actividades propuestas es muy deficiente o nula	Dirección de grupos de juegos alternativos, su aprendizaje y seguridad en las actividades propuestas es correcta pero presentando algunas deficiencias	Dirección de grupos de juegos alternativos, su aprendizaje y seguridad en las actividades propuestas es correcta.	Dirección de grupos de juegos alternativos, su aprendizaje y seguridad en las actividades propuestas es destacable, demostrando bastante creatividad y seguridad	Dirección de grupos de juegos alternativos, su aprendizaje y seguridad en las actividades propuestas es muy brillante, demostrando una gran creatividad y seguridad

EVALUACIÓN VALORACIÓN MEDIDAS DUA PARA LA DIVERSIDAD

Se tomará como referencia un pequeño cuestionario donde el alumno valorará si la información recibida ha sido claro:

1º Presentación:

Para las actividades realizada en clase, te ha sido fácil entender:

-Las explicaciones de texto o voz pasarlas a imágenes, gráficos o vídeos.

Respuesta SÍ -NO

2º Expresión:

- La presentación de los conceptos clave se han realizado en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).

Respuesta SÍ -NO

3º Motivación:

Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas). Se han comenzado las actividades, empezando por conceptos ya aprendidos.

Respuesta SÍ -NO

NIVEL DESEMPEÑO COMPETENCIAL

Participar en la organización de actividades a nivel urbano, usando y reutilizando los materiales que tenga disponibles (respetar el medioambiente) para la práctica de esos juegos alternativos

Que sepan utilizar recursos digitales para la búsqueda de información feaciente, elaboración en diferentes formatos y el seguimiento de sus avances (Tablas de datos, autoevaluaciones de desempeño...).

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Indicador	Instrumento
El alumno realiza actividades propuestas y juegos alternativos	Observación directa
El alumno expresa y transmite los conocimientos adquiridos en las distintas modalidades de juegos alternativos	Hoja de control que debe realizarse tras la finalización de la situación de aprendizaje
El alumno es capaz de crear variantes y adaptados a todo el alumnado	Hoja de Rutinas

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE SALUD Y VIDA SALUDABLE

1. IDENTIFICACIÓN

CURSO	TÍTULO O TAREA: SALUD Y VIDA SALUDABLE	MEJORANDO MI SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA
2º Bachillerato	TEMPORALIZACIÓN:	Se necesitarán un mínimo de 30/32 sesiones para completar objetivo continuo final(aprox.10-12 por trimestre,)

2. JUSTIFICACIÓN

Los alumnos deben aprender a planificar, dosificar y autoregular el apartado físico adecuándose a las necesidades físicas. Adquirir hábitos cotidianos para realizar actividad física y así mantener unos niveles óptimos de salud. Incrementar su condición física y potenciar su sistema inmunitario, educación y control postural. Aprender a planificar, desarrollar proyectos a nivel de motricidad en los distintos ámbitos de la sociedad (sostenibilidad, social, voluntariado, etc...). Uso adecuado de las instalaciones y materiales del entorno urbano y natural.

3. DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO FINAL

El alumno debe autogestionar su capacidad de esfuerzo, mejorando progresivamente su condición física. Adquirir por lo tanto hábitos de vida saludable y entenderlos. Creación de proyectos personales.

4. CONCRECIÓN CURRICULAR COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

1. Asentar, practicar y promover en su entorno próximo estilos de vida activos y saludables, planificando la actividad física propia y de terceros, partiendo de una evaluación inicial con base en parámetros científicos asequibles de las características fisiológicas y biométricas de los participantes, sus necesidades y motivaciones, así como de las condiciones del contexto para incorporar estilos de vida saludables.
2. Experimentar y desarrollar competencias, además de la motriz, implicadas en los estudios y salidas profesionales asociadas a la actividad física y el deporte, tales como dirección de grupos, organización de actividades, observación de situaciones motoras, diseño de actividades creativas, de ocio y de enseñanzas deportivas para dotar al alumnado de una visión global de las actividades motrices en los diferentes contextos que se pueda encontrar en su futuro desempeño laboral.
4. Recopilar, vivenciar y promover actividades físico-deportivas que destaquen por su carácter mixto e inclusivo, proponiendo alternativas creativas que favorezcan la implantación de hábitos de actividad física y deportiva que superen las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, para desarrollar procesos de autorregulación emocional y entendimiento social en los diferentes espacios en los que se participa.

--

MATERIA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
EF	1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma programas de actividad física dirigidos al mantenimiento y mejora de la salud y calidad de vida, intentando incrementar el nivel inicial de las mismas, teniendo en cuenta su estado de salud y su condición física, realizando una valoración ajustada de todos los factores de rendimiento, temporizando adecuadamente las acciones, aplicando sistemas y métodos adecuados, observando los principios de acondicionamiento físico e incluyendo elementos motivacionales.	AFSS.2.A.1. Programación de la actividad física orientada a la salud, atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad, recuperación y tipo de actividad en función de los objetivos y de las necesidades y características individuales. Orientación de los programas hacia el logro de objetivos específicos. AFSS.2.A.2. Beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud física, social y mental. AFSS.2.A.3. Evaluación de las capacidades físicas y coordinativas como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. AFSS.2.A.5. Sistemas y métodos de entrenamiento de las capacidades físicas y coordinativas, características de las actividades físicas según el objetivo de mejora y su relación con la salud. AFSS.2.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: material necesario, instalaciones, características del grupo al que se dirige, objetivos de la preparación, actividades, seguridad, etc. Herramientas de los medios tecnológicos que están a su disposición para la gestión de la actividad física.
EF	1.2. Incorporar de forma consciente y autónoma en su actividad diaria, así como asesorar y orientar a terceros, medidas específicas para la prevención de lesiones, la autorregulación y dosificación del esfuerzo, aspectos saludables en la nutrición, conductas de riesgo para la salud, descanso adecuado, educación postural y ajustes ergonómicos del movimiento, entendiendo su relación con la calidad de vida y la eficiencia en diferentes desempeños deportivos y profesionales.	AFSS.2.A.4. Exigencias específicas, condicionales y coordinativas de los distintos tipos de actividad física y deportiva. (AFSS.2.A.5.) AFSS.2.A.8. Nutrición en la vida diaria y en la actividad física de forma específica. Relación ingesta y gasto calórico. Diseño de dietas saludables. Análisis de productos alimenticios: valor alimenticio y energético. AFSS.2.A.9. Corrección de problemas posturales, ajuste ergonómico de las actividades, lesiones más comunes en la práctica de actividades físicas. AFSS.2.A.11. Factores de riesgo en las actividades físicas, medidas de prevención, análisis de la ejecución de los ejercicios y actuación ante lesiones y accidentes deportivos. Medidas preventivas y

		compensatorias del entrenamiento físico. Hábitos saludables. Protocolos de seguridad en los diferentes tipos de actividad. AFSS.2.A.12. Actuaciones críticas ante accidentes. Primeros auxilios. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo de reanimación cardiopulmonar (RCP). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus, y similares). Contenido básico del kit de asistencia (botiquín).
EF	1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, todo ello identificando y transmitiendo las posibles transferencias de estos conocimientos a todo tipo de situaciones habituales de ocio y laborales.	AFSS.2.A.9. AFSS.2.A.11. AFSS.2.A.12
EF	2.2. Diseñar, planificar y dirigir actividades individuales y colectivas de aprendizaje, recreación o acondicionamiento físico, adaptado al grupo, observando las medidas de seguridad y cuidado de la salud pertinentes y garantizando un tiempo de desempeño motor suficiente, así como la eficiencia en los procesos de comunicación inicial y de feedback necesarios que incluirá tanto información técnica como motivacional.	AFSS.2.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: material necesario, instalaciones, características del grupo al que se dirige, objetivos de la preparación, actividades, seguridad, etc. Herramientas de los medios tecnológicos que están a su disposición para la gestión de la actividad física. AFSS.2.B.3. Selección responsable y sostenible de material deportivo. Reutilización del material disponible. Construcción de material deportivo alternativo y reciclado. Medidas de adecuación de instalaciones y materiales para una práctica físico-deportiva inclusiva. AFSS.2.B.7. Dirección de grupos deportivos, garantizando la participación, el aprendizaje, la seguridad, la diversión y la interacción social de sus componentes.

	4.2. Organizar, promover y participar en actividades físicas inclusivas, desde el conocimiento de los diferentes tipos de discapacidad, adaptándose a los requerimientos físicos, psíquicos y sociales, realizando adaptaciones creativas de las reglas y los materiales, estableciendo los medios y ayudas técnicas específicas que facilitan la realización de las actividades y posibilitando la inclusión desde el respeto y la empatía.	AFSS.2.D.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices, tales como, comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas. (AFSS.2.D.6.)
--	--	---

ORIENTACIONES PARA LA COMPETENCIA ESPECÍFICA

Nos adaptamos a las necesidades de cada alumno. Condición física individualizada.

CONEXIÓN CON EL PERFIL COMPETENCIAL AL FINALIZAR SEGUNDO CURSO/PERFIL DE SALIDA

STEM2, STEM5, CD4, CPSAA1.2, CPSAA2, CPSAA5, CCL1, CCL5, STEM5, CD2, CD3, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CE3, CCL2, CCL5, STEM5, CPSAA3.1, CC2, CC3, CE3

5. SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

ACTIVIDADES (TIPOS Y CONTEXTOS)	EJERCICIOS (RECURSOS Y PROCESOS COGNITIVOS)
Calentamiento. Test iniciales. 2 sesiones	Calentamientos planificados. Especial control postural. Test de Cooper o Course Navette. Técnicas específicas de control y movilidad corporal, tanto individuales como colectivas
Ejercicios básicos de entrenamiento de fuerza. Autocargas 2 sesiones.	Trabajo por parejas y grupos. Proyecto para planificar sesiones de salud, escuela de espalda. Planificación de calentamientos específicos. Especial escoliosis, prevención y corrección. Técnicas de respiración.
Resistencia aeróbica/anaeróbica 1 sesión	Medición de la FC. Zona aeróbica saludable. Ley del umbral. Umbral anaeróbico y aeróbico. Ventajas y desventajas. Ejercicios de resistencia Fartlek, cambios de intensidad
Entrenamiento en circuito. 3 sesiones	Circuito de 6-8 estaciones (3 vueltas), ofreciendo diferentes niveles de complejidad en función de la capacidad de cada uno/a. Velocidad, fuerza y flexibilidad.

Circuitos urbanos 2/3 sesiones	Planificación de circuitos con entornos urbanos: crossfit, parkour, calistenia. Visita gimnasios de la zona, playa de las acacias (Fitness Life, etc...)
Técnicas de relajación 2 sesiones	Ejercicios de relajación y vuelta a la calma. Proyecto creativo con ejercicios de respiración guiados y creados por alumnos. Vuelta a la calma. Body-balance.
Test de condición física. 3 sesiones	Tests de condición física. Lanzamiento de balón medicinal, salto horizontal, Course Navette. Plancha. 800mts.
Proyectos motores 1 sesión	Creación y desarrollo de proyectos motores físicos. Voluntariado (propuestas y proyectos) Creación y participación de ligas, deporte adaptado, inclusión social e igualdad

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN EDUCATIVA ORDINARIA A NIVEL DE AULA

Medidas generales. Medidas específicas. Adaptaciones DUA (Diseño Universal Aprendizaje)

PRINCIPIOS DUA	PAUTAS DUA		
	Generales	Específicas	Adaptaciones DUA
Usar múltiples formas Presentación	Ilustrar a través de múltiples medios: presentar conceptos claves en una forma de representación simbólica (ilustraciones, fotografía, etc.)	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos
Usar Múltiples formas de Expresión	Variar los métodos de respuesta y navegación: proporcionar alternativas para interactuar con diversos formatos, voz, teclado, dibujo, imagen, vídeo, entre otras.	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).
Usar Múltiples formas de Motivación	Minimiza las amenazas y distracciones: crear clima de aceptación y apoyo, variar el nivel de novedad y las demandas sociales	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)

	requeridas para el aprendizaje o rendimiento.		
--	---	--	--

7. VALORACIÓN DE LO APRENDIDO

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

PERIODES DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN	RUBRICAS SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA				
		Insuficiente (IN) Del 1 al 4	Suficiente (SU) entre 5 y 6	Bien (BI) entre 6 y 7	Notable (NT) entre 7 y 8	Sobresaliente (SB) entre 8 y 10
1.1	Realización de proyectos y circuitos de salud y condición física (frecuencia-intensidad necesaria)	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física con bastantes errores o demostrando gran desinterés o participación nula	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física con algunos errores	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física.	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física de forma óptima	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física de forma excelente, individualizada y creativa
1.2	Realización de rutinas con ejercicios posturales	No aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica en ocasiones de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase e individualiza ejercicios según sus necesidades	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase, crea nuevos y los individualiza según sus necesidades gustos y objetivos
1.3	Realización de las diferentes actividades de trabajo físico propuestas en las clases y con actitud postural correcta(test físicos)	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud pasiva y actitud postural incorrecta	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa y actitud postural normal	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa y participativa, demostrando superación física y actitud postural correcta	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa, participativa y creativa, superación física y aplicando además diferentes técnicas de relajación y actitud postural muy buena	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa y participativa, consiguiendo gran superación física y definiendo perfectamente técnicas más convenientes para la condición física, de relajación y actitud postural excelente

2.2	Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo	No participa en los proyectos motores ni propone proyecto alguno	Participa en algún proyectos motor y/o propone algún proyecto	Participa en proyectos motor y/o propone algún proyecto creativo	Participa en la mayoría de proyectos motor y/o propone diferentes proyecto	Participa de manera muy activa en gran cantidad de proyectos n proponiendo nuevos pro
4.2	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices	No participa o participa de modo inadecuado en acitvidades motrices inclusivas y situaciones de convivencia	Participa de modo adecuado en acitvidades motrices inclusivas	Participa de modo adecuado en acitvidades motrices inclusivas y desarrollando situaciones de convivencia	Participa de modo adecuado en acitvidades motrices inclusivas y desarrollando situaciones de convivencia de modo muy activo y con gran interés	Participa de modo adecuado en acitvidades motrices inclusivas y desarrollando situaciones de convivencia de forma excelente fomentando situaciones de convivencia creativas

ESQUEMA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE OLIMPISMO

1. IDENTIFICACIÓN

CURSO	TÍTULO O TAREA: OLIMPISMO	JUEGOS OLÍMPICOS (JJOO)
2º BACHILLER	TEMPORALIZACIÓN:	5 sesiones

2. JUSTIFICACIÓN

Aprender qué son los Juegos Olímpicos. Diferencia entre los JJOO antiguos y modernos. Deportistas Olímpicos en Andalucía, historia y logros. Juegos Paralímpicos

3. DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO FINAL

Los alumnos aprenderán las modalidades e historia de los JJOO, su historia y los deportistas más famosos a través de la exploración y búsqueda en Internet para luego transmitirlo a los compañeros. Deportistas famosos@s, especialmente en Andalucía. Perspectiva de género. Juegos Paralímpicos

4. CONCRECIÓN CURRICULAR COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Competencia específica

4. Recopilar, vivenciar y promover actividades físico-deportivas que destaquen por su carácter mixto e inclusivo, proponiendo alternativas creativas que favorezcan la implantación de hábitos de actividad física y deportiva que superen las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, para desarrollar procesos de autorregulación emocional y entendimiento social en los diferentes espacios en los que se participa.

5. Investigar, descubrir y analizar críticamente las influencias sociales, políticas y económicas que conforman las distintas manifestaciones de la cultura motriz, incluida la cultura andaluza, así como sus mecanismos de arraigo social y transmisión de valores, adoptando una postura ética y proactiva en la defensa y fomento de valores democráticos de inclusión, respeto a las normas y a los demás, rechazo a la violencia y a la discriminación, y a aquellos tópicos o estereotipos perjudiciales para la salud para favorecer un desarrollo integral tanto individual como social.

MATERIA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
EF	4.2. Organizar, promover y participar en actividades físicas inclusivas, desde el conocimiento de los diferentes tipos de discapacidad, adaptándose a los requerimientos físicos, psíquicos y sociales, realizando adaptaciones creativas de las reglas y los materiales, estableciendo los medios y ayudas técnicas específicas que facilitan la realización de las actividades y posibilitando la inclusión desde el respeto y la empatía.	AFSS.2.D.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices, tales como, comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas. AFSS.2.D.6. Historia y evolución de las competiciones deportivas: los Juegos Olímpicos y Paralímpicos.
EF	4.3. Conocer, y comprender las características y organización del deporte adaptado, experimentando alguna de sus modalidades mediante la autoconstrucción de espacios de práctica y materiales, según los medios disponibles, siempre teniendo en cuenta las medidas de seguridad.	AFSS.2.D.1. Distintas perspectivas del deporte para todos, escolar, de base, competitivo, profesional, etc. AFSS.2.D.2. Análisis crítico de la actividad física y el deporte en los medios de comunicación. AFSS.2.D.3. AFSS.2.D.6.
EF	5.4. Identificar, recopilar, conocer, participar, practicar y	AFSS.2.D.7. Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo

	difundir aquellas actividades físicas propias de la cultura motriz andaluza.	cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes. AFSS.2.D.8. Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito artístico-expresivo a nivel mundial, nacional y andaluz.
--	--	--

ORIENTACIONES PARA LA COMPETENCIA ESPECÍFICA

Orientar en la búsqueda de documentación sobre JJOO y Paralímpicos. Elección de personajes o deportistas famosos relacionados con Andalucía. Elección de proyectos según sus preferencias y características

CONEXIÓN CON EL PERFIL COMPETENCIAL AL FINALIZAR SEGUNDO CURSO/PERFIL DE SALIDA

CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA3, CCL2, CCL5, STEM5, CPSAA3.1, CC2, CC3, CE3, CCEC1, CCEC2, CD1

5. SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

ACTIVIDADES (TIPOS Y CONTEXTOS)	EJERCICIOS (RECURSOS Y PROCESOS COGNITIVOS)
Sesiones 1 y 2	Proyecto individual y colectivo. Búsqueda de documentación e información sobre historia los JJOO. Trabajo individual y en grupos para proyecto explicativo y práctico.
Sesiones 3 y 4	Deportistas y personajes famosos, especialmente en Andalucía). Diferencias entre los JJOO antiguos y modernos. Modalidades (JJOO Paralímpicos)
Sesiones 5 y 6	Finalización proyecto por grupos de exposición y enseñanza tanto al profesor como resto de compañeros

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN EDUCATIVA ORDINARIA A NIVEL DE AULA

Medidas generales. Medidas específicas. Adaptaciones DUA

PRINCIPIOS DUA	PAUTAS DUA		
Usar múltiples formas Presentación	Ilustrar a través de múltiples medios: presentar conceptos claves en una forma de representación simbólica (ilustraciones, fotografía, etc.)	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos
Usar Múltiples formas de Expresión	Variar los métodos de respuesta y navegación: proporcionar alternativas para interactuar con diversos formatos, voz, teclado, dibujo, imagen, vídeo, entre otras.	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes,	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes,

		movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).	movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).
Usar Múltiples formas de Motivación	Minimiza las amenazas y distracciones: crear clima de aceptación y apoyo, variar el nivel de novedad y las demandas sociales requeridas para el aprendizaje o rendimiento.	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)

7. VALORACIÓN DE LO APRENDIDO
PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN	RUBRICA OLIMPISMO				
		Insuficiente (IN) Del 1 al 4	Suficiente (SU) entre 5 y 6	Bien (BI) entre 6 y 7	Notable (NT) entre 7 y 8	Sobresaliente (SB) entre 9 y 10
4.2	Conocer y participar en actividades deportivas reconocidas de carácter mixto, demostrando valores de respeto y superación de los estereotipos de género.	Muestra una participación y conocimiento sobre los JJOO con grandes deficiencias	Muestra una participación y conocimiento sobre los JJOO pobre	Muestra una participación y conocimiento sobre los JJOO correcto y adecuado	Muestra una participación y conocimiento sobre los JJOO a un nivel alto y acertado	Muestra una participación y conocimiento sobre los JJOO con un gran nivel y creatividad
4.3	Conocer, y comprender las características y organización del deporte adaptado,	Muestra una participación y conocimiento sobre el deporte adaptado y los Juegos Paralímpicos con grandes deficiencias	Muestra una participación y conocimiento sobre el deporte adaptado y los Juegos Paralímpicos pobre	Muestra una participación y conocimiento sobre el deporte adaptado y los Juegos Paralímpicos correcto y adecuado	Muestra una participación y conocimiento sobre el deporte adaptado y los Juegos Paralímpicos a un nivel alto y acertado	Muestra una participación y conocimiento sobre el deporte adaptado y los Juegos Paralímpicos con un gran nivel de creatividad
5.4	Creación proyecto JJOO e influencia cultural y social. (Relación con	La presentación y contenido del proyecto son muy pobres, con grandes	La presentación y contenido del proyecto son correctas pero presenta	La presentación y contenido del proyecto son bastante correctas,	El contenido del proyecto es bastante bueno y con una buena presentación de manera creativa,	El proyecto presenta unos contenidos y una presentación excepcionales, comprendiendo y explicando la

	cultura andaluza, igualdad de género, conductas homófobas y racistas)	deficiencias	algunas deficiencias	relacionando con conductas homófobas y racistas, de manera correcta	relacionando con conductas homófobas y racistas correctamente	influencia cultural , relacionando con conductas homófobas y racistas.
--	---	--------------	----------------------	---	---	--

EVALUACIÓN VALORACIÓN MEDIDAS DUA PARA LA DIVERSIDAD

Se tomará como referencia un pequeño cuestionario donde el alumno valorará si la información recibida ha sido claro:

1º Presentación:

Para las actividades realizada en clase, te ha sido fácil entender:

-Las explicaciones de texto o voz pasarlas a imágenes, gráficos o vídeos.

Respuesta SÍ -NO

2º Expresión:

- La presentación de los conceptos clave se han realizado en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).

Respuesta SÍ -NO

3º Motivación:

Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas). Se han comenzado las actividades, empezando por conceptos ya aprendidos.

Respuesta SÍ -NO

NIVEL DESEMPEÑO COMPETENCIAL

Participar en la organización de todas las actividades y puestas en escena

Que sepan utilizar de manera eficiente recursos digitales para la búsqueda de información de historia y habilidades específicas, elaboración en diferentes formatos y el seguimiento de sus avances (Tablas de datos, autoevaluaciones de desempeño...).

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Indicador	Instrumento
El alumno realiza actividades en grupo sobre las diferentes JJOO	Observación directa
El alumno muestra sus sensaciones, tanto físicas como emocionales y entiende el proyecto planteado	Hoja de control emocional que debe realizarse tras la finalización de la situación de aprendizaje
El alumno es capaz de expresar y transmitir los conocimientos propuestos en los proyectos de clase	Hoja de Rutinas

EVALUACIÓN VALORACIÓN MEDIDAS DUA PARA LA DIVERSIDAD

Se tomará como referencia un pequeño cuestionario donde el alumno valorará si la información recibida ha sido claro:

1º Presentación:

Para las actividades realizada en clase, te ha sido fácil entender:

-Las explicaciones de texto o voz pasarlas a imágenes, gráficos o vídeos.

Respuesta SÍ -NO

2º Expresión:

- La presentación de los conceptos clave se han realizado en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, vídeo, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).

Respuesta SÍ -NO

3º Motivación:

Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas). Se han comenzado las actividades, empezando por conceptos ya aprendidos.

Respuesta SÍ -NO

NIVEL DESEMPEÑO COMPETENCIAL

El alumno comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Indicador	Instrumento
El alumno realiza actividades y ejercicios favoreciendo el control postural de forma rutinaria antes de iniciar la actividad física principal.	Observación directa. Hoja de registro/ruta
El alumno realiza todos los test-circuitos	Anotación de los test-circuitos
Implicación en los proyectos propuestos	Observación directa

ESQUEMA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE VOLEIBOL

1. IDENTIFICACIÓN

CURSO	TÍTULO O TAREA:	APRENDO Y JUEGO A VOLEYPLAYA
2º BACHILLER	TEMPORALIZACIÓN:	11 sesiones

2. JUSTIFICACIÓN

Continuación de lo aprendido el año anterior. Aprender y analizar sus gestos técnicos, sus estrategias y variantes. Diferencias entre Voleibol y Voleyplaya. Voleyplaya en Andalucía, historia y logros.

3. DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO FINAL

Los alumnos aprenderán cómo se juega este deporte, su historia y los deportistas más famosos de esta modalidad deportiva a través de la exploración y búsqueda en Internet para luego transmitir lo aprendido y llevarlo a la práctica. Deportistas famosos@s, especialmente en Andalucía.

4. CONCRECIÓN CURRICULAR COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Competencia específica
Resolver con seguridad, estabilidad y creatividad situaciones motrices variadas vinculadas a diferentes manifestaciones deportivas, recreativas y creativas, consolidando su capacidad de aprendizaje individual y compartido, fundamentadas sobre habilidades para la autorregulación emocional, la observación y el análisis, la planificación y la comunicación.

Recopilar, vivenciar y promover actividades físico-deportivas que destaquen por su carácter mixto e inclusivo, proponiendo alternativas creativas que favorezcan la implantación de hábitos de actividad física y deportiva que superen las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, para desarrollar procesos de autorregulación emocional y entendimiento social en los diferentes espacios en los que se participa.

Investigar, descubrir y analizar críticamente las influencias sociales, políticas y económicas que conforman las distintas manifestaciones de la cultura motriz, incluida la cultura andaluza, así como sus mecanismos de arraigo social y transmisión de valores, adoptando una postura ética y proactiva en la defensa y fomento de valores democráticos de inclusión, respeto a las normas y a los demás, rechazo a la violencia y a la discriminación, y a aquellos tópicos o estereotipos perjudiciales para la salud para favorecer un desarrollo integral tanto individual como social.

MATERIA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
EF	3.1. Identificar, analizar,	AFSS.2.C.1. Observación y

	comprender y progresar en 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, proponiendo y aplicando soluciones a los mismos.	evaluación de las situaciones motrices variadas, sus factores condicionales, técnicos, de participación y de resolución táctica individual y colectiva: técnicas, estrategias y herramientas de medida. AFSS.2.C.2. Aplicaciones y dispositivos para la observación de elementos técnicos y tácticos en situaciones motrices variadas que permitan el análisis de los resultados. AFSS.2.C.4. Resolución de situaciones motrices variadas, ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Secuencias de aprendizaje de habilidades específicas de distintos deportes individuales que incluyan todos los patrones motrices básicos. (AFSS.2.C.8.)
EF	3.2. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, ajustándose a los objetivos y resolviendo eficiente y creativamente los imprevistos, demostrando dominio de los patrones motores básicos y progresando en la adquisición de habilidades específicas para cada contexto.	AFSS.2.C.6. Resolución de actividades cooperativas, su análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito. Tipos de feedback. AFSS.2.C.7. Resolución de problemas tácticos en situaciones de cooperación-oposición, desde distintos roles, ajustados a la estrategia colectiva planteada en las diferentes fases del ciclo del juego.
EF	4.1. Conocer y participar en actividades deportivas reconocidas de carácter mixto, además de organizar y promover la adaptación de otras a este carácter, reconociendo su riqueza y demostrando valores de respeto y superación de los estereotipos de género.	AFSS.2.D.2. Análisis crítico de la actividad física y el deporte en los medios de comunicación. AFSS.2.D.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices, tales como, comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas. AFSS.2.D.5. Biografías de personalidades relevantes del mundo del deporte y la actividad física, a nivel mundial, español y andaluz. La mujer en el deporte: situación actual, evolución histórica

		de su acceso y participación, biografías de mujeres deportistas relevantes.
EF	5.4. Identificar, recopilar, conocer, participar, practicar y difundir aquellas actividades físicas propias de la cultura motriz andaluza.	AFSS.2.D.7. Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes. AFSS.2.D.8. Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito artístico-expresivo a nivel mundial, nacional y andaluz.

ORIENTACIONES PARA LA COMPETENCIA ESPECÍFICA

Orientar en la búsqueda de documentación sobre Voleibol, gestos técnicos y elección de personajes o deportistas famosos relacionados con Andalucía. Elección de proyectos según sus preferencias y características

CONEXIÓN CON EL PERFIL COMPETENCIAL AL FINALIZAR SEGUNDO CURSO/PERFIL DE SALIDA

CCL1, STEM2, CD3, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA3, CCL2, CCL5, STEM5, CPSAA3.1, CC2, CC3, CE3, CCEC1, CCEC2,CD1

5. SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

ACTIVIDADES (TIPOS Y CONTEXTOS)	EJERCICIOS (RECURSOS Y PROCESOS COGNITIVOS)
Sesión 1	Proyecto individual y colectivo. Búsqueda de documentación e información sobre historia del Voleibol Trabajo individual y en grupos para proyecto explicativo y práctico. Principales gestos técnicos: toque de dedos, de antebrazo, saque de abajo saque de tenis. Variantes. Deportistas y personajes famosos, especialmente en Andalucía.
Sesiones 2 y 3	Toque de dedos por parejas. Largo, corto, tenso, bombeado. Pase lateral de espaldas. Recepción. Toque de antebrazos, zona de contacto y colocación. Defensa
Sesiones 4 y 5	Colocación en el campo. Rotaciones.. Recepción y colocación. Saque de abajo, saque de tenis y lateral. Saques en suspensión. Iniciación al remate, desplazamientos y deslizamientos
Sesión 6 y 7	Creación de situaciones de partido modo competición. Resolución

	de problemas en situaciones reales. Partidos individuales y dobles. Colocación de material. Redes y dimensiones del campo. Iniciación a los bloqueos (individual y colectivo). Saques de fondo, reglamentarios.
Sesiones 8 y 9	Cooperación entre grupos para detección y análisis de los gestos técnicos y habilidades específicas. Arbitraje y organización de juegos de Voleibol. Rey de pista
Sesiones 10 y 11	Liga campeonato por parejas simulando voley-playa de los propios grupos hechos en los proyectos con cuartos, semifinales y final. Partidos a 6 oficiales por set.

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN EDUCATIVA ORDINARIA A NIVEL DE AULA

Medidas generales. Medidas específicas. Adaptaciones DUA

PRINCIPIOS DUA	PAUTAS DUA		
Usar múltiples formas Presentación	Ilustrar a través de múltiples medios: presentar conceptos claves en una forma de representación simbólica (ilustraciones, fotografía, etc.)	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos
Usar Múltiples formas de Expresión	Variar los métodos de respuesta y navegación: proporcionar alternativas para interactuar con diversos formatos, voz, teclado, dibujo, imagen, vídeo, entre otras.	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).
Usar Múltiples formas de Motivación	Minimiza las amenazas y distracciones: crear clima de aceptación y apoyo, variar el nivel de novedad y las demandas sociales requeridas para el aprendizaje o rendimiento.	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)

7. VALORACIÓN DE LO APRENDIDO
PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN	RUBRICA VOLEIBOL				
		Insuficiente (IN) Del 1 al 4	Suficiente (SU) entre 5 y 6	Bien (BI) entre 6 y 7	Notable (NT) entre 7 y 8	Sobresaliente (SB) entre 9 y 10
3-1	Identificar, analizar, comprender y progresar en la realización de gestos técnicos	No (o apenas) identifica ni adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos	Identifica y adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos de manera muy básica	Identifica y adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos correctamente	Identifica y adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos a un alto nivel, demostrando un buen perfeccionamiento	Identifica y adquiere las habilidades específicas de motricidad en la realización de gestos técnicos a un alto nivel, demostrando un buen perfeccionamiento y resolución de problemas en situación de juego
3.2	Participación y cooperación en el proyecto de habilidades específicas. (Sesiones prácticas en clase.)	Muestra un desarrollo del proyecto de habilidades específicas de Voleibol con grandes deficiencias	Muestra un desarrollo del proyecto de habilidades específicas de Voleibol pobre	Muestra un desarrollo del proyecto de habilidades específicas de Voleibol correcto y adecuado	Muestra un desarrollo del proyecto de habilidades específicas de Voleibol a un nivel alto y acertado	Muestra un desarrollo del proyecto de habilidades específicas de Voleibol con un gran nivel y creatividad
4.1	Conocer y participar en actividades deportivas reconocidas de carácter mixto, demostrando valores de respeto y superación de	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Voleibol con grandes deficiencias	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Voleibol pobre	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Voleibol correcto y adecuado	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Voleibol a un nivel alto y acertado	Muestra una participación y reconocimiento en las actividades de Voleibol con un gran nivel y creatividad

	los estereotipos de género.					
5.4	Creación proyecto Voleibol e influencia cultural y social. (Relación con cultura andaluza, igualdad de género, conductas homófobas y racistas)	La presentación y contenido del proyecto son muy pobres, con grandes deficiencias	La presentación y contenido del proyecto son correctas pero presenta algunas deficiencias	La presentación y contenido del proyecto son bastante correctas, relacionando con conductas homófobas y racistas, de manera correcta	El contenido del proyecto es bastante bueno y con una buena presentación de manera creativa, relacionando con conductas homófobas y racistas correctamente	El proyecto presenta unos contenidos y una presentación excepcionales, comprendiendo y explicando la influencia cultural, relacionando con conductas homófobas y racistas.

EVALUACIÓN VALORACIÓN MEDIDAS DUA PARA LA DIVERSIDAD

Se tomará como referencia un pequeño cuestionario donde el alumno valorará si la información recibida ha sido claro:

1º Presentación:

Para las actividades realizada en clase, te ha sido fácil entender:

-Las explicaciones de texto o voz pasarlas a imágenes, gráficos o vídeos.

Respuesta SÍ -NO

2º Expresión:

- La presentación de los conceptos clave se han realizado en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).

Respuesta SÍ -NO

3º Motivación:

Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas). Se han comenzado las actividades, empezando por conceptos ya aprendidos.

Respuesta SÍ -NO

NIVEL DESEMPEÑO COMPETENCIAL

Participar en la organización de todas las actividades y puestas en escena
Que sepan utilizar de manera eficiente recursos digitales para la búsqueda de información de historia y habilidades específicas, elaboración en diferentes formatos y el seguimiento de sus avances (Tablas de datos, autoevaluaciones de desempeño...).

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Indicador	Instrumento
El alumno realiza actividades en grupo sobre las diferentes habilidades específicas de Voleibol	Observación directa
El alumno muestra sus sensaciones, tanto físicas como emocionales y entiende los gestos técnicos y los ejecuta de modo correcto	Hoja de control emocional que debe realizarse tras la finalización de la situación de aprendizaje
El alumno es capaz de expresar y transmitir los conocimientos propuestos en los proyectos de clase	Hoja de Rutinas

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE SALUD Y VIDA SALUDABLE

1. IDENTIFICACIÓN

CURSO	TÍTULO O TAREA: SALUD Y VIDA SALUDABLE	MEJORANDO MI SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA
2º Bachillerato	TEMPORALIZACIÓN:	Se necesitarán un mínimo de 30/32 sesiones para completar objetivo continuo final(aprox.10-12 por trimestre,)

2. JUSTIFICACIÓN

Los alumnos deben aprender a planificar, dosificar y autoregular el apartado físico adecuándose a las necesidades físicas. Adquirir hábitos cotidianos para realizar actividad física y así mantener unos niveles óptimos de salud. Incrementar su condición física y potenciar su sistema inmunitario, educación y control postural. Aprender a planificar, desarrollar proyectos a nivel de motricidad en los distintos ámbitos de la sociedad (sostenibilidad, social, voluntariado, etc...). Uso adecuado de las instalaciones y materiales del entorno urbano y natural.

3. DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO FINAL

El alumno debe autogestionar su capacidad de esfuerzo, mejorando progresivamente su condición física. Adquirir por lo tanto hábitos de vida saludable y entenderlos. Creación de proyectos personales.

4. CONCRECIÓN CURRICULAR COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

1. Asentar, practicar y promover en su entorno próximo estilos de vida activos y saludables, planificando la actividad física propia y de terceros, partiendo de una evaluación inicial con base en parámetros científicos asequibles de las características fisiológicas y biométricas de los participantes, sus necesidades y motivaciones, así como de las condiciones del contexto para incorporar estilos de vida saludables.
2. Experimentar y desarrollar competencias, además de la motriz, implicadas en los estudios y salidas profesionales asociadas a la actividad física y el deporte, tales como dirección de grupos, organización de actividades, observación de situaciones motoras, diseño de actividades creativas, de ocio y de enseñanzas deportivas para dotar al alumnado de una visión global de las actividades motrices en los diferentes contextos que se pueda encontrar en su futuro desempeño laboral.
4. Recopilar, vivenciar y promover actividades físico-deportivas que destaquen por su carácter mixto e inclusivo, proponiendo alternativas creativas que favorezcan la implantación de hábitos de actividad física y deportiva que superen las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, para desarrollar procesos de autorregulación emocional y entendimiento social en los diferentes espacios en los que se participa.

MATERIA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
EF	1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma programas de actividad física dirigidos al mantenimiento y mejora de la salud y calidad de vida, intentando incrementar el nivel inicial de las mismas, teniendo en cuenta su estado de salud y su condición física, realizando una valoración ajustada de todos los factores de rendimiento, temporizando adecuadamente las acciones, aplicando sistemas y métodos adecuados, observando los principios de acondicionamiento físico e incluyendo elementos motivacionales.	AFSS.2.A.1. Programación de la actividad física orientada a la salud, atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad, recuperación y tipo de actividad en función de los objetivos y de las necesidades y características individuales. Orientación de los programas hacia el logro de objetivos específicos. AFSS.2.A.2. Beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud física, social y mental. AFSS.2.A.3. Evaluación de las capacidades físicas y coordinativas como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. AFSS.2.A.5. Sistemas y métodos de entrenamiento de las capacidades físicas y coordinativas, características de las actividades físicas según el objetivo de mejora y su relación con la salud. AFSS.2.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: material necesario, instalaciones, características del grupo al que se dirige, objetivos de la preparación, actividades, seguridad, etc. Herramientas de los medios tecnológicos que están a su disposición para la gestión de la actividad física.
EF	1.2. Incorporar de forma consciente y autónoma en su actividad diaria, así como asesorar y orientar a terceros, medidas específicas para la prevención de lesiones, la autorregulación y dosificación del esfuerzo, aspectos saludables en la nutrición, conductas de riesgo para la salud, descanso adecuado, educación postural y ajustes ergonómicos del movimiento, entendiendo su relación con la calidad de vida y la eficiencia en diferentes desempeños deportivos y profesionales.	AFSS.2.A.4. Exigencias específicas, condicionales y coordinativas de los distintos tipos de actividad física y deportiva. (AFSS.2.A.5.) AFSS.2.A.8. Nutrición en la vida diaria y en la actividad física de forma específica. Relación ingesta y gasto calórico. Diseño de dietas saludables. Análisis de productos alimenticios: valor alimenticio y energético. AFSS.2.A.9. Corrección de problemas posturales, ajuste ergonómico de las actividades, lesiones más comunes en la práctica de actividades físicas. AFSS.2.A.11. Factores de riesgo en las actividades físicas, medidas de prevención, análisis de la ejecución de los ejercicios y actuación ante lesiones y accidentes deportivos. Medidas preventivas y compensatorias del entrenamiento físico. Hábitos saludables. Protocolos de seguridad en los diferentes tipos de actividad.

		AFSS.2.A.12. Actuaciones críticas ante accidentes. Primeros auxilios. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo de reanimación cardiopulmonar (RCP). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus, y similares). Contenido básico del kit de asistencia (botiquín).
EF	1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, todo ello identificando y transmitiendo las posibles transferencias de estos conocimientos a todo tipo de situaciones habituales de ocio y laborales.	AFSS.2.A.9. AFSS.2.A.11. AFSS.2.A.12
EF	2.2. Diseñar, planificar y dirigir actividades individuales y colectivas de aprendizaje, recreación o acondicionamiento físico, adaptado al grupo, observando las medidas de seguridad y cuidado de la salud pertinentes y garantizando un tiempo de desempeño motor suficiente, así como la eficiencia en los procesos de comunicación inicial y de feedback necesarios que incluirá tanto información técnica como motivacional.	AFSS.2.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: material necesario, instalaciones, características del grupo al que se dirige, objetivos de la preparación, actividades, seguridad, etc. Herramientas de los medios tecnológicos que están a su disposición para la gestión de la actividad física. AFSS.2.B.3. Selección responsable y sostenible de material deportivo. Reutilización del material disponible. Construcción de material deportivo alternativo y reciclado. Medidas de adecuación de instalaciones y materiales para una práctica físico-deportiva inclusiva. AFSS.2.B.7. Dirección de grupos deportivos, garantizando la participación, el aprendizaje, la seguridad, la diversión y la interacción social de sus componentes.
	4.2. Organizar, promover y participar en actividades	AFSS.2.D.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en

	físicas inclusivas, desde el conocimiento de los diferentes tipos de discapacidad, adaptándose a los requerimientos físicos, psíquicos y sociales, realizando adaptaciones creativas de las reglas y los materiales, estableciendo los medios y ayudas técnicas específicas que facilitan la realización de las actividades y posibilitando la inclusión desde el respeto y la empatía.	situaciones motrices, tales como, comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas. (AFSS.2.D.6.)
--	---	--

ORIENTACIONES PARA LA COMPETENCIA ESPECÍFICA

Nos adaptamos a las necesidades de cada alumno. Condición física individualizada.

CONEXIÓN CON EL PERFIL COMPETENCIAL AL FINALIZAR SEGUNDO CURSO/PERFIL DE SALIDA

STEM2, STEM5, CD4, CPSAA1.2, CPSAA2, CPSAA5, CCL1, CCL5, STEM5, CD2, CD3, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CE3, CCL2, CCL5, STEM5, CPSAA3.1, CC2, CC3, CE3

5. SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

ACTIVIDADES (TIPOS Y CONTEXTOS)	EJERCICIOS (RECURSOS Y PROCESOS COGNITIVOS)
Calentamiento. Test iniciales. 2 sesiones	Calentamientos planificados. Especial control postural. Test de Cooper o Course Navette. Técnicas específicas de control y movilidad corporal, tanto individuales como colectivas
Ejercicios básicos de entrenamiento de fuerza. Autocargas 2 sesiones.	Trabajo por parejas y grupos. Proyecto para planificar sesiones de salud, escuela de espalda. Planificación de calentamientos específicos. Especial escoliosis, prevención y corrección. Técnicas de respiración.
Resistencia aeróbica/anaeróbica 1 sesión	Medición de la FC. Zona aeróbica saludable. Ley del umbral. Umbral anaeróbico y aeróbico. Ventajas y desventajas. Ejercicios de resistencia Fartlek, cambios de intensidad
Entrenamiento en circuito. 3 sesiones	Circuito de 6-8 estaciones (3 vueltas), ofreciendo diferentes niveles de complejidad en función de la capacidad de cada uno/a. Velocidad, fuerza y flexibilidad.
Circuitos urbanos 2/3 sesiones	Planificación de circuitos con entornos urbanos: crossfit, parkour, calistenia. Visita gimnasios de la zona, playa de las acacias (Fitness

	Life, etc...)
Técnicas de relajación 2 sesiones	Ejercicios de relajación y vuelta a la calma. Proyecto creativo con ejercicios de respiración guiados y creados por alumnos. Vuelta a la calma. Body-balance.
Test de condición física. 3 sesiones	Tests de condición física. Lanzamiento de balón medicinal, salto horizontal, Course Navette. Plancha. 800mts.
Proyectos motores 1 sesión	Creación y desarrollo de proyectos motores físicos. Voluntariado (propuestas y proyectos) Creación y participación de ligas, deporte adaptado, inclusión social e igualdad

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN EDUCATIVA ORDINARIA A NIVEL DE AULA

Medidas generales. Medidas específicas. Adaptaciones DUA (Diseño Universal Aprendizaje)

PRINCIPIOS DUA	PAUTAS DUA		
	Generales	Específicas	Adaptaciones DUA
Usar múltiples formas Presentación	Ilustrar a través de múltiples medios: presentar conceptos claves en una forma de representación simbólica (ilustraciones, fotografía, etc.)	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos	Descripciones texto/voz a imágenes, gráficos, vídeos
Usar Múltiples formas de Expresión	Variar los métodos de respuesta y navegación: proporcionar alternativas para interactuar con diversos formatos, voz, teclado, dibujo, imagen, vídeo, entre otras.	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).	Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).
Usar Múltiples formas de Motivación	Minimiza las amenazas y distracciones: crear clima de aceptación y apoyo, variar el nivel de novedad y las demandas sociales requeridas para el aprendiz./rendimiento	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)	Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas)

7. VALORACIÓN DE LO APRENDIDO
PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN	RUBRICAS SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA				
		Insuficiente (IN) Del 1 al 4	Suficiente (SU) entre 5 y 6	Bien (BI) entre 6 y 7	Notable (NT) entre 7 y 8	Sobresaliente (SB) entre 9 y 10
1.1	Realización de proyectos y circuitos de salud y condición física (frecuencia-intensidad necesaria)	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física con bastantes errores o demostrando gran desinterés o participación nula	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física con algunos errores	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física.	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física de forma óptima	Planifica, elabora y pone en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física de forma excelente, individualizada, variada y creativa
1.2	Realización de rutinas con ejercicios posturales	No aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica en ocasiones de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase e individualiza ejercicios según sus necesidades	Aplica de forma autónoma las rutinas y ejercicios posturales enseñados en clase, creando nuevos y los individualiza según sus necesidades, gustos y objetivo

1.3	Realización de las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases y con actitud postural correcta(test físicos)	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud pasiva y actitud postural incorrecta	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa y actitud postural normal	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa y participativa, demostrando superación física y actitud postural correcta	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa, participativa y creativa, superación física y aplicando además diferentes técnicas de relajación y actitud postural muy buena	Realiza las diferentes actividades de trabajo físico propuestos en las clases con una actitud activa, participativa, consiguiendo gran superación física y definiendo perfectamente técnicas más convenientes para la condición física, de relajación y actitud postural excelente
2.2	Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo	No participa en los proyectos motores ni propone proyecto alguno	Participa en algún proyectos motor y/o propone algún proyecto	Participa en proyectos motor y/o propone algún proyecto creativo	Participa en la mayoría de proyectos motor y/o propone diferentes proyecto	Participa de manera muy activa en gran cantidad de proyectos motor proponiendo nuevos proyectos
4.2	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices	No participa o participa de modo inadecuado en actividades motrices inclusivas y	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas y desarrollando situaciones de	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas y desarrollando situaciones de	Participa de modo adecuado en actividades motrices inclusivas y desarrollando situaciones de

		situaciones de convivencia		convivencia	convivencia de modo muy activo y con gran interés	convivencia de forma excelente, fomentando situaciones de convivencia muy creativas
--	--	----------------------------	--	-------------	---	---

EVALUACIÓN VALORACIÓN MEDIDAS DUA PARA LA DIVERSIDAD

Se tomará como referencia un pequeño cuestionario donde el alumno valorará si la información recibida ha sido claro:

1º Presentación:

Para las actividades realizada en clase, te ha sido fácil entender:

-Las explicaciones de texto o voz pasarlas a imágenes, gráficos o vídeos.

Respuesta SÍ -NO

2º Expresión:

- La presentación de los conceptos clave se han realizado en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, vídeo, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).

Respuesta SÍ -NO

3º Motivación:

Fijar conceptos previos ya asimilados (rutinas). Se han comenzado las actividades, empezando por conceptos ya aprendidos.

Respuesta SÍ -NO

NIVEL DESEMPEÑO COMPETENCIAL

El alumno comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Indicador	Instrumento
El alumno realiza actividades y ejercicios favoreciendo el control postural de forma rutinaria antes de iniciar la actividad física principal.	Observación directa. Hoja de registro/ruta
El alumno realiza todos los test-circuitos	Anotación de los test-circuitos
Implicación en los proyectos propuestos	Observación directa