

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

2º BACHILLERATO DE CIENCIAS Y TECNOLOGÍA - EDUCACIÓN FÍSICA (OPTATIVA) (COPIA)

Educación Física (Optativa) - 2º Bachillerato de Ciencias y Tecnología

I.E.S. Esteban Manuel Villegas (26001845) 2024/2025

Fechas de comienzo y fin

Inicio aproximado: 09-09-2024

Finalización aproximada: 23-06-2025

Jefe del departamento responsable de la programación

Jorge Martínez Maeztu

Docentes implicados en el desarrollo de la programación

- Álvaro Haro Romero
- Isabel María Alegre Embid
- Jorge Martínez Maeztu

PROCEDIMIENTO PARA LA ADOPCIÓN DE MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Es fundamental trabajar desde el ámbito educativo el deporte en el alumnado y llevar a cabo actividades que cubran las necesidades del alumnado desde un enfoque inclusivo.

Hemos de tener en cuenta que un buen modelo de intervención , es aquel que permite atender las necesidades del alumnado en el contexto del aula ordinaria.

Es por ello que :

- 1.Es necesario conocer a los alumnos/as que presentan dificultades. La información médica es necesaria para medir los límites en las sesiones de Educación Física.
- 2.Proponer actividades variadas que sean las mismas que el resto de Grupo-clase , que favorezcan la inclusión y cooperativas que promuevan el establecimiento de relaciones interpersonales y sociales.
- 3.Tomar decisiones en cuanto a la organización y metodología a utilizar para hacer compatible el trabajo del grupo-clase.
- 4.Debemos proporcionar apoyos (físico, textual, modelado y moldeado) que no llamen la atención , es decir, que estén dentro de la propia dinámica de la actividad que se va a llevar a cabo.

Será importante organizar desde esta área juegos cooperativos, ya que estos nos permiten evitar situaciones de rechazo y de exclusión y a la vez nos ayudarán a reducir las probabilidades de experiencias motrices negativas. Además así podremos conseguir crear un clima positivo y tolerante.

En cuanto a la distribución de los espacios, hemos de tener en cuenta que el alumnado debe explorar y experimentar todo aquello que le rodea.

Las estrategias que debemos utilizar son varias. Como: adecuar el lenguaje al nivel de comprensión del alumna/o, uso de rutinas, trabajo en gran grupo o pequeño grupo o por parejas, acercamiento del alumno/a hacia el maestro y definir de manera clara y precisa la actividad y cómo se llevará a cabo.

Atención a la diversidad para el alumnado con exención parcial de la materia.

Se valorará cada caso en particular y se aplicarán las siguientes actividades:

- Realización de ejercicios dirigidos a mejorar su discapacidad o lesión observando su progreso.
- Seguimiento de las actividades realizadas por sus compañeros a través de un diario de clase y valoración sobre la sesión.
- Realización de trabajos escritos relativos a la unidad didáctica desarrollada en la práctica.
- Examen sobre los contenidos teóricos.

- Colaboración en la realización de las actividades prácticas de sus compañeros: arbitrajes, calentamientos, ayuda en algún ejercicio, control de tiempos, etc.

Atención a la diversidad para el alumnado con discapacidad física grave y permanente: Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Como ejemplos, podríamos tener alumnos con escoliosis de gran curvatura que precisan del uso de un corsé, casos de patologías cardíacas serias o de hipertiroidismo. Sus afecciones les permiten desarrollar una actividad normal en el resto de las áreas, pero les impiden realizar las actividades específicas de la nuestra.

La adaptación curricular para estos alumnos se centrará tanto en los elementos curriculares adaptados (especialmente orientados hacia los cognitivos y actitudinales) como en los recursos didácticos que se van a emplear para integrar a los alumnos en la marcha de la clase y se hará atendiendo a las circunstancias particulares de cada caso. Proponemos a continuación algunas posibilidades para llevarlos a cabo:

- Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están trabajando para exponer a sus compañeros.
- Elaboración de apuntes para sus compañeros.
- Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.
- Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación.
- En los trabajos de expresión corporal pueden participar casi sin limitaciones.
 - Lectura de un libro relacionado con la asignatura y hacer una presentación del mismo para los compañeros, con un resumen y su opinión personal.

ORGANIZACIÓN Y SEGUIMIENTO DE LOS PLANES DE RECUPERACIÓN DEL ALUMNADO CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES

Todavía no se ha definido la organización y seguimiento de los planes de recuperación del alumnado con materias pendientes de cursos anteriores.

LIBROS O MATERIALES VAN A SER UTILIZADOS PARA EL DESARROLLO DE LA MATERIA

Nombre	ISBN
Los materiales teóricos están confeccionados por el profesor y se van colgando en Teams trimestralmente.	

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES/COMPLEMENTARIAS QUE SE VAN A LLEVAR A CABO

Nombre	Inicio	Fin
Ruta en bicicleta	29/11/2024	29/11/2024
Se realizará a partir del primer recreo		
Ruta en bicicleta	29/11/2024	29/11/2024
Se realizará a partir del primer recreo		
Ruta en bicicleta	29/11/2024	29/11/2024
Se realizará a partir del primer recreo		
Ruta en bicicleta	29/11/2024	29/11/2024

Nombre	Inicio	Fin
Se realizará a partir del primer recreo		
Ruta en bicicleta	29/11/2024	29/11/2024
Se realizará a partir del primer recreo		
Ruta en bicicleta	29/11/2024	29/11/2024
Se realizará a partir del primer recreo		
Ruta en bicicleta	29/11/2024	29/11/2024
Se realizará a partir del primer recreo		
Ruta en bicicleta	29/11/2024	29/11/2024
Se realizará a partir del primer recreo		
Ruta en bicicleta	29/11/2024	29/11/2024
Se realizará a partir del primer recreo		
Ruta en bicicleta	29/11/2024	29/11/2024
Se realizará a partir del primer recreo		
Ruta en bicicleta	29/11/2024	29/11/2024
Se realizará a partir del primer recreo		
RUTA EN BICI	10/12/2024	10/12/2024
En horario de tarde, fuera de horario escolar		
CARRERA SOLIDARIA SAVE THE CHILDREN	19/12/2024	19/12/2024
Se realizará a partir del segundo recreo		

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN

Las unidades de programación organizan la acción didáctica orientada hacia la adquisición de competencias. En este proceso se desarrollan los saberes básicos (conocimientos, destrezas y actitudes), cuyo aprendizaje resulta necesario para la adquisición de competencias.

Los saberes básicos desarrollados en cada unidad de programación son impartidos en clase a través de las denominadas situaciones de aprendizaje. Éstas, a su vez, se evalúan a través de procedimientos de evaluación; los utilizados en esta programación didáctica son:

Según lo programado, el porcentaje de uso de los procedimientos de evaluación para obtener la calificación final del alumnado es:	
Observación sistemática:	18,03%
Pruebas de ejecución:	17,82%
Presentación de un producto:	20,71%
Revisión del cuaderno o producto:	7,69%
Examen tradicional/Prueba objetiva/competencial:	16,27%
Trabajo monográfico o de investigación:	19,49%

En este apartado, se muestran secuenciadas las diferentes unidades de programación asociadas con la materia (Educación Física (Optativa) de 2º Bachillerato de Ciencias y Tecnología). También se indican las fechas aproximadas de comienzo de cada una de las unidades así como el número de periodos lectivos que se estima serán necesarios para impartir la docencia correspondiente.

Comienzo aprox.	Nombre de la unidad de programación (UP)	Periodos
09-09-2024	1.- CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD	8
25-10-2024	2.- ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	4
18-11-2024	3.- NUTRICIÓN Y BALANCE ENERGÉTICO	4
09-12-2024	4.- JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS	6
07-01-2025	5.- DEPORTES DE RAQUETA Y PELOTA MANO	12

Comienzo aprox.	Nombre de la unidad de programación (UP)	Periodos
20-02-2025	6.- ESTUDIOS Y SALIDAS PROFESIONALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE	2
10-03-2025	7.- DEPORTES TRADICIONALES DE COOPERACIÓN-OPOSICIÓN	14
12-05-2025	8.- ACROSPORT	6

1.- CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD (8 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 2 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

La salud y el desarrollo de las capacidades físicas básicas es fundamental para nuestra vida diaria. Ante los niveles de obesidad y falta de práctica físico deportiva de la juventud actual, la educación física supone un medio fundamental para combatir los hábitos nocivos y pasivos para nuestra salud.

¿Serás capaz de mejorar tus capacidades físicas básicas y evaluar tu condición física autorealizando test de condición física? ¿Serás capaz de elaborar, dirigir y aplicar de forma autónoma un calentamiento general?

La metodología será variada, partiendo del mando directo en la primera sesión, hasta la asignación de tareas y descubrimiento guiado, siendo los alumnos los responsables de su propio aprendizaje.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Realización de un calentamiento de forma autónoma, entendiendo los efectos de cada una de sus partes

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adaptar las rutinas cotidianas a un estilo de vida activo y saludable, planificando de manera responsable, consciente y eficaz la actividad física propia a partir de la autoevaluación personal, de manera fiable y científica, satisfaciendo los intereses de ocio activo, a la vez que consiguiendo bienestar y placer personal.

2.- Conocer el abanico de salidas profesionales vinculadas al ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud, facilitando así su capacitación para acceder a otras titulaciones y la gestión de su tiempo libre y de ocio, diseñando y aplicando proyectos de promoción de la actividad física saludable, con intención de mejorar su contexto social próximo.

3.- Adaptar autónomamente las capacidades físicas y 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 consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 4 actividades:

Nombre de la actividad

Realización de un calentamiento de forma autónoma, entendiendo los efectos de cada una de sus partes.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
------	--------	----------------------------

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Observación sistemática	Calentamiento autónomo	1.1.- Diseñar de manera planificada y autónoma programas de actividad física para el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas dirigido al mantenimiento o mejora de la salud, dosificando los esfuerzos y manejando los intereses y gustos propios, respetando los principios teóricos y evaluando la realidad de uno mismo. (3) 1.2.- Conocer y realizar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, procesos de activación dirigidos al entrenamiento funcional, manejando los conceptos de la biomecánica de la postura y aplicando medidas correctoras y actividades de respiración y relajación para compensar tensiones y desequilibrios. (5) 1.3.- Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante las imágenes corporales expuestas por los medios en base a lo corporal y nutricional, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. (2)

Nombre de la actividad

Autoevaluación de la condición física a través de test físicos: valoración de las distintas capacidades a través de 8 pruebas físicas de fuerza, velocidad y flexibilidad y una de resistencia. Será fundamental conocer y respetar el protocolo de los distintos test físicos, así como mostrar una actitud de superación y capacidad de esfuerzo.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Pruebas de ejecución	Test físicos	1.1.- Diseñar de manera planificada y autónoma programas de actividad física para el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas dirigido al mantenimiento o mejora de la salud, dosificando los esfuerzos y manejando los intereses y gustos propios, respetando los principios teóricos y evaluando la realidad de uno mismo. (3) 1.2.- Conocer y realizar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, procesos de activación dirigidos al entrenamiento funcional, manejando los conceptos de la biomecánica de la postura y aplicando medidas correctoras y actividades de respiración y relajación para compensar tensiones y desequilibrios. (5) 1.3.- Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante las imágenes corporales expuestas por los medios en base a lo corporal y nutricional, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. (2)

Nombre de la actividad

Juegos de condición física. Vivenciar juegos orientados a las distintas capacidades físicas. Experimentar de forma lúdica juegos para el desarrollo de la condición física, participar activamente y respetar sus normas.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Observación sistemática	Organización y participación en juegos de condición física	1.1.- Diseñar de manera planificada y autónoma programas de actividad física para el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas dirigido al mantenimiento o mejora de la salud, dosificando los esfuerzos y manejando los intereses y gustos propios, respetando los principios teóricos y evaluando la realidad de uno mismo. (3) 1.2.- Conocer y realizar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, procesos de activación dirigidos al entrenamiento funcional, manejando los conceptos de la biomecánica de la postura y aplicando medidas correctoras y actividades de respiración y relajación para compensar tensiones y desequilibrios. (5) 1.3.- Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante las imágenes corporales expuestas por los medios en base a lo corporal y nutricional, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. (2)

Mis conocimientos sobre condición física

Mis conocimientos sobre la condición física. El alumno reflexiona sobre los resultados que ha obtenido en los test. Contrasta con los materiales teóricos subidos a Teams sobre cada capacidad física, los principios de entrenamiento y métodos de entrenamiento correspondientes a cada capacidad, y contesta preguntas relativas los mismos.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Examen tradicional/Prueba objetiva/competencial	Test escrito	1.2.- Conocer y realizar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, procesos de activación dirigidos al entrenamiento funcional, manejando los conceptos de la biomecánica de la postura y aplicando medidas correctoras y actividades de respiración y relajación para compensar tensiones y desequilibrios. (10)

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

En esta situación de aprendizaje se va a llevar a cabo (al menos) 1 actividad:

Nombre de la actividad

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
------	--------	----------------------------

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Trabajo monográfico o de investigación	Procedimiento 1	

2.- ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL (4 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

ORIENTACIÓN

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

La actividades en el medio natural suponen un medio ideal para utilizar como utilización del tiempo libre de forma recreativa. Además el dominio de conocimientos y técnicas de desplazamiento en el medio natural nos permitira dominar el mismo en situaciones que pueden provocar incertidumbre. El boom de los ecodeportes ha provocado una invasión de la naturaleza por parte del hombre. Es fundamental el concienciar en la conservación de la naturaleza.

¿Serás capaz de desplazarte por el medio acuático y dominar las habilidades técnicas de orientación en entornos próximos? ¿serás capaz de organizar una carrera de orientación/juego de pistas sencillo?

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Realización de recorridos de orientación de progresión de dificultad creciente utilizando técnicas y elementos básicos de orientación. Elaboración y explicación de una prueba de orientación o juego de pistas grupal para que lo realicen los compañeros.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adaptar las rutinas cotidianas a un estilo de vida activo y saludable, planificando de manera responsable, consciente y eficaz la actividad física propia a partir de la autoevaluación personal, de manera fiable y científica, satisfaciendo los intereses de ocio activo, a la vez que consiguiendo bienestar y placer personal.

5.- Adaptar autónomamente las capacidades físicas y las habilidades y destrezas motrices específicas en la realización de las actividades física en el medio natural. 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.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 2 actividades:

Juegos de orientación

Juegos y actividades de orientación individuales, por parejas y en grupos.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
------	--------	----------------------------

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Presentación de un producto	Participación activa y organización de juegos de orientación	5.2.- Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas en el medio natural, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. (2) 5.3.- Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias. (5) 5.4.- Participar en el desarrollo de un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, a partir de la realización de actividades de concienciación para otros miembros de la comunidad educativa. (3)

Nombre de la actividad

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Trabajo monográfico o de investigación	Procedimiento 1	

3.- NUTRICIÓN Y BALANCE ENERGÉTICO (4 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

NUTRICIÓN Y BALANCE ENERGÉTICO

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Aprendo a valorar mi IMC, y en función del mismo calculo mi balance energético en una semana, contabilizando las calorías ingeridas y las gastadas en función de mi actividad física y cotidiana.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Balance energético semanal, teniendo en cuenta calorías ingeridas, gastadas y termogénesis alimentaria.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adaptar las rutinas cotidianas a un estilo de vida activo y saludable, planificando de manera responsable, consciente y eficaz la actividad física propia a partir de la autoevaluación personal, de manera fiable y científica, satisfaciendo los intereses de ocio activo, a la vez que consiguiendo bienestar y placer personal.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 2 actividades:

Balance energético semanal

En base a tablas calóricas y los factores que determinan el consumo de calorías de cada tipo de actividad física, y teniendo en cuenta la termogénesis alimentaria, los alumnos calculan en función de su IMC su balance energético semanal, y con el la estimación de su ganancia o pérdida de peso mensual y anual.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Revisión del cuaderno o producto	Balance energético	1.1.- Diseñar de manera planificada y autónoma programas de actividad física para el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas dirigido al mantenimiento o mejora de la salud, dosificando los esfuerzos y manejando los intereses y gustos propios, respetando los principios teóricos y evaluando la realidad de uno mismo. (3) 1.3.- Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante las imágenes corporales expuestas por los medios en base a lo corporal y nutricional, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. (5) 1.4.- Conocer y usar aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la condición física y la salud, respetando la privacidad y la seguridad vinculada a la difusión pública de datos personales. (2)

TEST DE CONOCIMIENTOS DE NUTRICIÓN

Mediante un test, valorar el grado de conocimiento de los alumnos de nutrición.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Examen tradicional/Prueba objetiva/competencial	Test	1.2.- Conocer y realizar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, procesos de activación dirigidos al entrenamiento funcional, manejando los conceptos de la biomecánica de la postura y aplicando medidas correctoras y actividades de respiración y relajación para compensar tensiones y desequilibrios. (2) 1.3.- Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante las imágenes corporales expuestas por los medios en base a lo corporal y nutricional, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. (6) 1.5.- Mostrar esfuerzo e interés en la consecución de una vida activa y saludable, ejercitándose y comprometiéndose a cumplir todos los factores implicados en la salud (física, social y mental), mostrando responsabilidad, eficacia, planificación y previsión y siendo exigente en los resultados y objetivos planteados, así como mostrando respeto hacia todos los elementos influyentes en la actividad. (2)

4.- JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS (6 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

PARTICIPACIÓN EN DISTINTOS JUEGOS ALTERNATIVOS COMO TCHOUKBALL, DATCHBALL Y PINFUVOTE.

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Los deportes alternativos suponen una actividad ideal para utilizar como utilización del tiempo libre de forma recreativa. Además, debido a su bajo requerimiento técnico y simplicidad de reglas se conformarán en actividades físico-deportivas ideales para el fomento de la coeducación e igualdad de sexos.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Participación activa en los tres juegos alternativos que se plantean, respetando sus normas y mostrando actitudes de juego limpio y cooperación.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

3.- Adaptar autónomamente las capacidades físicas y 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 consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas.

6.- Realizar diferentes 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.

En esta situación de aprendizaje se va a llevar a cabo (al menos) 1 actividad:

Tchoukball

Plantear aspectos básicos reglamentarios y trabajo a través de situaciones lúdicas de sus principales habilidades específicas.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
------	--------	----------------------------

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Observación sistemática	Participación en situaciones de juego	3.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (2) 3.2.- Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en cursos anteriores, en situaciones motrices individuales, de oposición, colaboración y colaboración-oposición en contextos lúdicos y de competición. (2) 3.3.- Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. (2) 6.1.- Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas, las normas y al entorno en el marco de la actividad física. (1) 6.3.- Relacionarse, comunicarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos. (1) 6.4.- Respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia. (1)

5.- DEPORTES DE RAQUETA Y PELOTA MANO (12 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

JUEGO UN PARTIDO DE TENIS DE MESA CON MI COMPAÑERO RESPETANDO LAS NORMAS BÁSICAS Y DOMINANDO LOS GOLPES BÁSICOS.

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Durante esta unidad el alumno aprende a sacar, golpear la bola de revés y de drive, así como los dos tipos de efecto. Reconoce las normas básicas y es capaz de disfrutar manteniendo un peloteo fluido con el compañero.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Situación de peloteo manteniendo la bola y usando los golpes básicos de saque, revés y drive.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

3.- Adaptar autónomamente las capacidades físicas y 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 consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas.

6.- Realizar diferentes 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.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 2 actividades:

Tipos de golpeo

Golpeos de tenis de mesa: saque de drive y de revés, liftado y cortado, golpe de drive paralelo y cruzado, revés paralelo y cruzado, uso de los efectos en situación de juego.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
------	--------	----------------------------

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Pruebas de ejecución	Ejecución de distintos tipos de golpeo	3.2.- Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en cursos anteriores, en situaciones motrices individuales, de oposición, colaboración y colaboración-oposición en contextos lúdicos y de competición. (2) 3.3.- Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. (2) 6.1.- Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas, las normas y al entorno en el marco de la actividad física. (2) 6.3.- Relacionarse, comunicarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos. (1) 6.4.- Respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia. (1)

Ranking de tenis de mesa

Se realizan competiciones a once puntos y los jugadores ascienden o descienden en un ranking.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Examen tradicional/Prueba objetiva/competencial	Ranking	3.2.- Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en cursos anteriores, en situaciones motrices individuales, de oposición, colaboración y colaboración-oposición en contextos lúdicos y de competición. (2) 6.1.- Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas, las normas y al entorno en el marco de la actividad física. (2) 6.2.- Cooperar y colaborar con esfuerzo, participando activamente, mostrando iniciativa durante la exposición, reproducción y creación de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. (2) 6.3.- Relacionarse, comunicarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos. (2) 6.4.- Respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia. (2)

6.- ESTUDIOS Y SALIDAS PROFESIONALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE (2 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

DESCUBRO LAS SALIDAS PROFESIONALES Y ESTUDIOS RELACIONADOS CON LA EDUCACIÓN FÍSICA

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Cada alumno de forma individual investigará los estudios y salidas profesionales de la Educación Física, presentarán un trabajo monográfico sobre ello, y los tres que consigan mejores calificaciones harán una breve presentación sobre los mismos.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Trabajo monográfico y presentación del mismo.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

2.- Conocer el abanico de salidas profesionales vinculadas al ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud, facilitando así su capacitación para acceder a otras titulaciones y la gestión de su tiempo libre y de ocio, diseñando y aplicando proyectos de promoción de la actividad física saludable, con intención de mejorar su contexto social próximo.

En esta situación de aprendizaje se va a llevar a cabo (al menos) 1 actividad:

Trabajo monográfico

Búsqueda de información en internet y distintos medios para realizar un dossier que indique los estudios y salidas profesionales del ámbito de la E.F.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
------	--------	----------------------------

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Trabajo monográfico o de investigación	Trabajo monográfico	2.1.- Conocer y diferenciar las salidas las profesionales relacionadas con el ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud, realizando diferentes pruebas físicas y de acceso para dichas salidas. (6) 2.2.- Diseñar, aplicar, evaluar y difundir proyectos de promoción de actividad física y salud, utilizando los recursos disponibles, e implicando a otros, adaptándolos a su realidad, con la intención de mejorar su contexto social próximo. (2) 2.3.- Participar de manera activa en todas las actividades propuestas, mostrando comportamientos personales y sociales responsables y de respeto; así como demostrando un espíritu emprendedor a partir de aptitudes como: la creatividad, la autonomía, la iniciativa personal, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico. (2)
Trabajo monográfico o de investigación	Exposición oral y presentación de los estudios y salidas profesionales de la EF	2.1.- Conocer y diferenciar las salidas las profesionales relacionadas con el ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud, realizando diferentes pruebas físicas y de acceso para dichas salidas. (6) 2.2.- Diseñar, aplicar, evaluar y difundir proyectos de promoción de actividad física y salud, utilizando los recursos disponibles, e implicando a otros, adaptándolos a su realidad, con la intención de mejorar su contexto social próximo. (2) 2.3.- Participar de manera activa en todas las actividades propuestas, mostrando comportamientos personales y sociales responsables y de respeto; así como demostrando un espíritu emprendedor a partir de aptitudes como: la creatividad, la autonomía, la iniciativa personal, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico. (2)

7.- DEPORTES TRADICIONALES DE COOPERACIÓN-OPOSICIÓN (14 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

JUEGA AL BALONCESTO RESPETANDO SUS NORMAS Y PRIORIZANDO EL OBJETIVO GRUPAL.

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Juega al baloncesto respetando las normas básicas y priorizando el objetivo de equipo. Partiendo del trabajo de las habilidades específicas del baloncesto, se progresará a situaciones de juego reducidas para aprender los fundamentos técnico-tácticos esenciales del ataque y la defensa. Se fomentará una metodología de asignación de tareas y cooperativa, buscando el aprendizaje a través de situaciones lúdicas.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Ser capaz de ejecutar habilidades de bote, pase y tiro de forma individual, y aplicarlas en situaciones reducidas de juego. Reconocer el origen de este juego y sus normas básicas. Conocer elementos tácticos de equipo, introduciendo bloqueos, contraataques y defensas zonales.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

- 1.- Adaptar las rutinas cotidianas a un estilo de vida activo y saludable, planificando de manera responsable, consciente y eficaz la actividad física propia a partir de la autoevaluación personal, de manera fiable y científica, satisfaciendo los intereses de ocio activo, a la vez que consiguiendo bienestar y placer personal.
- 2.- Conocer el abanico de salidas profesionales vinculadas al ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud, facilitando así su capacitación para acceder a otras titulaciones y la gestión de su tiempo libre y de ocio, diseñando y aplicando proyectos de promoción de la actividad física saludable, con intención de mejorar su contexto social próximo.
- 3.- Adaptar autónomamente las capacidades físicas y 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 consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 2 actividades:

HABILIDADES ESPECÍFICAS DEL BALONCESTO

Ejecutar habilidades específicas propias del baloncesto como el bote, el pase, la entrada a canasta y el tiro a corta distancia.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
------	--------	----------------------------

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Pruebas de ejecución	Pruebas de habilidad de tiro, pase y bote.	3.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (3) 3.2.- Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en cursos anteriores, en situaciones motrices individuales, de oposición, colaboración y colaboración-oposición en contextos lúdicos y de competición. (5) 3.3.- Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. (1)

Situaciones reducidas de juego como el dos contra dos o el tres contra tres

Aplicación de habilidades específicas y principios tácticos tanto de ataque como de defensa en el juego de situaciones reducidas.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Observación sistemática	Situación de juego	3.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (3) 3.2.- Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en cursos anteriores, en situaciones motrices individuales, de oposición, colaboración y colaboración-oposición en contextos lúdicos y de competición. (4) 3.3.- Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. (3)

8.- ACROSPORT (6 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

CREO UNA COREOGRAFÍA GRUPAL CON PIRÁMIDES HUMANAS

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Con un soporte musical crear en grupos mixtos una coreografía con elementos acrobáticos y pirámides humanas. Se realizará una progresión de ejercicios de equilibrio y control del tono muscular, y de trabajo portor ágil desde parejas, tríos hasta grupos de seis, siete y ocho personas. Se dará especial importancia a la seguridad y las ayudas.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Coreografía grupal con pirámides humanas y grupos mixtos de 6 a 10 personas. Montaje fotográfico que incluya pirámides humanas de dos, tres, cuatro, cinco, seis y siete participantes.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

- 1.- Adaptar las rutinas cotidianas a un estilo de vida activo y saludable, planificando de manera responsable, consciente y eficaz la actividad física propia a partir de la autoevaluación personal, de manera fiable y científica, satisfaciendo los intereses de ocio activo, a la vez que consiguiendo bienestar y placer personal.
- 2.- Conocer el abanico de salidas profesionales vinculadas al ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud, facilitando así su capacitación para acceder a otras titulaciones y la gestión de su tiempo libre y de ocio, diseñando y aplicando proyectos de promoción de la actividad física saludable, con intención de mejorar su contexto social próximo.
- 3.- Adaptar autónomamente las capacidades físicas y 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 consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas.
- 4.- Establecer aptitudes para el uso del ocio mediante la práctica activa de diferentes actividades rítmico-expresivas, fomentando el desarrollo de proyectos relacionados con actividades de expresión corporal y rítmicas, desarrollando la creatividad del alumno y el conocimiento de las manifestaciones rítmico-expresivas como parte del patrimonio cultural, ayudando a la adquisición de una actitud abierta hacia la diversidad cultural.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 3 actividades:

Equilibrios y bancos

Equilibrios y trabajo por parejas y grupo reducido, intercambiando roles de portor y ágil, y aprendiendo a realizar las ayudas necesarias para crear pirámides humanas

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Pruebas de ejecución	Equilibrios y bancos	2.1.- Conocer y diferenciar las salidas las profesionales relacionadas con el ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud, realizando diferentes pruebas físicas y de acceso para dichas salidas. (1) 3.2.- Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en cursos anteriores, en situaciones motrices individuales, de oposición, colaboración y colaboración-oposición en contextos lúdicos y de competición. (1) 4.1.- Planificar y poner en práctica proyectos rítmico-expresivos de carácter individual o colaborativo, empleando técnicas expresivas concretas, el teatrales o representaciones más elaboradas, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (2) 4.2.- Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, con y sin base musical, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición o actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. (6)

Pirámides humanas

En grupos de siete u ocho alumnos asignar roles y realizar ayudas para crear pirámides humanas. En grupos de siete u ocho alumnos asignar roles y realizar ayudas para crear pirámides humanas.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
------	--------	----------------------------

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Presentación de un producto	Fotomontaje individual dentro de cada grupo	3.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (2) 3.2.- Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en cursos anteriores, en situaciones motrices individuales, de oposición, colaboración y colaboración-oposición en contextos lúdicos y de competición. (2) 3.3.- Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. (2) 4.1.- Planificar y poner en práctica proyectos rítmico-expresivos de carácter individual o colaborativo, empleando técnicas expresivas concretas, el teatrales o representaciones más elaboradas, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (2) 4.2.- Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, con y sin base musical, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición o actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. (2)

Coreografía grupal de Acrosport

Creación de una coreografía grupal de al menos dos minutos, que contenga elementos rítmicos, enlaces, elementos acrobáticos y pirámides humanas. Los grupos serán mixtos y podrán ser entre 7 y 10 alumnos por grupo.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
------	--------	----------------------------

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Presentación de un producto	Coreografía grupal.	3.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (1) 3.2.- Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en cursos anteriores, en situaciones motrices individuales, de oposición, colaboración y colaboración-oposición en contextos lúdicos y de competición. (2) 3.3.- Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. (2) 4.1.- Planificar y poner en práctica proyectos rítmico-expresivos de carácter individual o colaborativo, empleando técnicas expresivas concretas, el teatrales o representaciones más elaboradas, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (2) 4.2.- Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, con y sin base musical, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición o actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. (2)

ANEXO I - CÁLCULO DE CALIFICACIONES

LISTADO DE COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

La superación de Educación Física (Optativa) implica la adquisición de una serie de competencias específicas. Cada una de estas competencias específicas contribuirá en parte a la calificación que finalmente obtendrán sus alumnos.

No obstante, es posible que su departamento considere que una competencia específica tenga más importancia que otras en la calificación final. Esta importancia la puede fijar introduciendo un "peso" a cada competencia específica; este peso se representa por un número asociado a dicha competencia. Cuanto mayor es el peso (el número asignado) mayor es la importancia de la competencia.

A través de los criterios de evaluación se valora el grado de adquisición de cada competencia específica; la media ponderada de esas valoraciones será la calificación que el alumnado obtendrá en Educación Física (Optativa).

Competencias específicas	Peso
Educación Física (Optativa)	
1.- Adaptar las rutinas cotidianas a un estilo de vida activo y saludable, planificando de manera responsable, consciente y eficaz la actividad física propia a partir de la autoevaluación personal, de manera fiable y científica, satisfaciendo los intereses de ocio activo, a la vez que consiguiendo bienestar y placer personal.	3
2.- Conocer el abanico de salidas profesionales vinculadas al ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud, facilitando así su capacitación para acceder a otras titulaciones y la gestión de su tiempo libre y de ocio, diseñando y aplicando proyectos de promoción de la actividad física saludable, con intención de mejorar su contexto social próximo.	2
3.- Adaptar autónomamente las capacidades físicas y 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 consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas.	2
4.- Establecer aptitudes para el uso del ocio mediante la práctica activa de diferentes actividades rítmico-expresivas, fomentando el desarrollo de proyectos relacionados con actividades de expresión corporal y rítmicas, desarrollando la creatividad del alumno y el conocimiento de las manifestaciones rítmico-expresivas como parte del patrimonio cultural, ayudando a la adquisición de una actitud abierta hacia la diversidad cultural.	1
5.- Adaptar autónomamente las capacidades físicas y las habilidades y destrezas motrices específicas en la realización de las actividades física en el medio natural. 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.	1
6.- Realizar diferentes 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.	1

La calificación de Educación Física (Optativa) se calculará a través de la siguiente media ponderada:

$$\text{calificación Educación Física (Optativa)} = \frac{CE1 \times 3 + CE2 \times 2 + CE3 \times 2 + CE4 \times 1 + CE5 \times 1 + CE6 \times 1}{6}$$

$$3 + 2 + 2 + 1 + 1 + 1$$

En la anterior fórmula, CE1 es la calificación que un alumno obtiene en la competencia específica 1,

En la anterior fórmula, CE2 es la calificación que un alumno obtiene en la competencia específica 2,

...

CEn sería la calificación obtenida en la competencia específica "n".

PESO ASOCIADO A CADA CRITERIO DE EVALUACIÓN

Para concretar el nivel de adquisición de cada competencia específica, se utilizarán una serie de criterios de evaluación. Así pues, las competencias no son evaluadas directamente; la evaluación se hace a través los citados criterios de evaluación; que a su vez servirán de referencia para generar la calificación obtenida por el alumnado.

Cada criterio de evaluación puede tener, a su vez, un "peso" que determina su contribución ponderada a la valoración del grado de adquisición de la competencia específica.

La calificación de cada competencia específica será la media ponderada de las calificaciones que usted otorgue a cada alumno en cada criterio de evaluación.

Competencias específicas con sus criterios de evaluación asociados		Peso
1.- Adaptar las rutinas cotidianas a un estilo de vida activo y saludable, planificando de manera responsable, consciente y eficaz la actividad física propia a partir de la autoevaluación personal, de manera fiable y científica, satisfaciendo los intereses de ocio activo, a la vez que consiguiendo bienestar y placer personal.		
1.1.- Diseñar de manera planificada y autónoma programas de actividad física para el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas dirigido al mantenimiento o mejora de la salud, dosificando los esfuerzos y manejando los intereses y gustos propios, respetando los principios teóricos y evaluando la realidad de uno mismo.		2
1.2.- Conocer y realizar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, procesos de activación dirigidos al entrenamiento funcional, manejando los conceptos de la biomecánica de la postura y aplicando medidas correctoras y actividades de respiración y relajación para compensar tensiones y desequilibrios.		2
1.3.- Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante las imágenes corporales expuestas por los medios en base a lo corporal y nutricional, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.		1
1.4.- Conocer y usar aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la condición física y la salud, respetando la privacidad y la seguridad vinculada a la difusión pública de datos personales.		1
1.5.- Mostrar esfuerzo e interés en la consecución de una vida activa y saludable, ejercitándose y comprometiéndose a cumplir todos los factores implicados en la salud (física, social y mental), mostrando responsabilidad, eficacia, planificación y previsión y siendo exigente en los resultados y objetivos planteados, así como mostrando respeto hacia todos los elementos influyentes en la actividad.		1
2.- Conocer el abanico de salidas profesionales vinculadas al ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud, facilitando así su capacitación para acceder a otras titulaciones y la gestión de su tiempo libre y de ocio, diseñando y aplicando proyectos de promoción de la actividad física saludable, con intención de mejorar su contexto social próximo.		
2.1.- Conocer y diferenciar las salidas las profesionales relacionadas con el ámbito de la actividad física, el deporte, la recreación y la salud, realizando diferentes pruebas físicas y de acceso para dichas salidas.		1
2.2.- Diseñar, aplicar, evaluar y difundir proyectos de promoción de actividad física y salud, utilizando los recursos disponibles, e implicando a otros, adaptándolos a su realidad, con la intención de mejorar su contexto social próximo.		1
2.3.- Participar de manera activa en todas las actividades propuestas, mostrando comportamientos personales y sociales responsables y de respeto; así como demostrando un espíritu emprendedor a partir de aptitudes como: la creatividad, la autonomía, la iniciativa personal, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico.		1

Competencias específicas con sus criterios de evaluación asociados		Peso
3.- Adaptar autónomamente las capacidades físicas y 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 consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas.		
3.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.		2
3.2.- Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en cursos anteriores, en situaciones motrices individuales, de oposición, colaboración y colaboración-oposición en contextos lúdicos y de competición.		2
3.3.- Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.		2
4.- Establecer aptitudes para el uso del ocio mediante la práctica activa de diferentes actividades rítmico-expresivas, fomentado el desarrollo de proyectos relacionados con actividades de expresión corporal y rítmicas, desarrollando la creatividad del alumno y el conocimiento de las manifestaciones rítmico-expresivas como parte del patrimonio cultural, ayudando a la adquisición de una actitud abierta hacia la diversidad cultural.		
4.1.- Planificar y poner en práctica proyectos rítmico-expresivos de carácter individual o colaborativo, empleando técnicas expresivas concretas, el teatrales o representaciones más elaboradas, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.		1
4.2.- Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, con y sin base musical, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición o actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.		1
5.- Adaptar autónomamente las capacidades físicas y las habilidades y destrezas motrices específicas en la realización de las actividades física en el medio natural. 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.		
5.1.- Resolver con éxito situaciones motrices en el medio natural aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación en entornos no estables, desarrollando un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno.		1
5.2.- Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas en el medio natural, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.		1
5.3.- Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias.		1
5.4.- Participar en el desarrollo de un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, a partir de la realización de actividades de concienciación para otros miembros de la comunidad educativa.		1
6.- Realizar diferentes 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.		
6.1.- Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas, las normas y al entorno en el marco de la actividad física.		1

Competencias específicas con sus criterios de evaluación asociados	Peso
6.2.- Cooperar y colaborar con esfuerzo, participando activamente, mostrando iniciativa durante la exposición, reproducción y creación de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	1
6.3.- Relacionarse, comunicarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos.	1
6.4.- Respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.	1

A modo de ejemplo, la calificación de la competencia específica 6 se calculará a través de la siguiente media ponderada:

calificación CE6 =

$$\frac{CEV6.1 \times 1 + CEV6.2 \times 1 + CEV6.3 \times 1 + CEV6.4 \times 1}{1 + 1 + 1 + 1}$$

En la anterior fórmula, CEV6.1 es la calificación que un alumno ha obtenido al evaluar el criterio de evaluación 6.1,
en general, CEV6.n sería la calificación obtenida en el criterio de evaluación "n".