

EXTRACTO DE LA PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

2º ESO

CURSO 2023/24

A) CRITERIOS DE EVALUACIÓN, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SABERES BÁSICOS.

Los contenidos y criterios de evaluación son:

Bloque 1, Vida activa y saludable

Bloque 2, Organización y gestión de la actividad física

Bloque 3, Resolución de problemas en situaciones motrices

Bloque 4, Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

Bloque 5, Manifestaciones de la cultura motriz

Bloque 6, Interacción eficiente y sostenible con el entorno

BLOQUE 1. Vida activa y saludable

Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

Salud social: análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

Competencia específica 1

1.1. Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la



propia realidad e identidad corporal.

1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.

1.5. Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.

1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

Competencia específica 2

2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.

2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

Competencia específica 3

3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

Competencia específica 4

4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico- expresivas



Región de Murcia
Consejería de

I.E.S. "JOSE LUIS CASTILLO PUCHE"

C/Játiva,2 30510 Yecla (Murcia) Tel.968790680



vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

4.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.

4.3. Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.

Competencia específica 5

5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.

Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

BLOQUE 2 Organización y gestión de la actividad física

Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB).

BLOQUE 3 Resolución de problemas en situaciones motrices

Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales.

Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas.

Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en grupo.

Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

BLOQUE 4 Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

Gestión emocional: estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.

Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

BLOQUE 5 Manifestaciones de la cultura motriz.

Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Las danzas como manifestación de la interculturalidad.

Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas de interpretación.

Deporte y perspectiva de género: análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).

Influencia del deporte en la cultura actual: impacto social, aspectos positivos y negativos.

BLOQUE 6. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.

La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour*, *skate* u otras manifestaciones similares).

Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.

Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves en los mismos.

Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

B) INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACION DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO

Criterios e instrumentos de evaluación y calificación.

EVAL	%	Instrumento	CRITERIOS DE EVALUACION
1ª EVAL.	20	Prueba teórico práctica	1.1; 1.2; 1.3; 1.4; 1.6
	20	Test Condición Física (TCF)	1.1; 1.2; 1.3; 1.4; 1.6
	20	Actitud y comportamiento	1.5; 3.1; 3.2; 3.3
	20	Trabajos y proyectos	1.5; 3.1; 3.2; 3.3
	20	Prueba práctica deportiva	2.1; 2.2; 2.3; 4.2
2ª EVAL.	20	Prueba teórico práctica	1.1; 1.2; 1.3; 1.4; 1.6
	20	Test Condición Física (TCF)	1.1; 1.2; 1.3; 1.4; 1.6

	20	Actitud y comportamiento	1.5; 3.1; 3.2; 3.3
	20	Trabajos y proyectos	1.5; 3.1; 3.2; 3.3
	20	Prueba práctica deportiva	2.1; 2.2; 2.3; 4.2
3º EVAL.	20	Prueba teórico práctica	5.1; 5.2
	20	Actitud y comportamiento	1.5; 3.1; 3.2; 3.3
	20	Trabajos y proyectos	1.5; 3.1; 3.2; 3.3
	20	Escala de medio natural	1.6; 5.1; 5.2
	20	Composición coreográfica	4.1; 4.3

La escala elegida para calificar los logros de cada alumno es la de 0 a 10 quedando los indicadores como se expresa en la tabla siguiente.

INDICADOR DE LOGRO O CRITERIO DE CALIFICACIÓN	CALIFICACIÓN NÚMERICA
Sobresaliente 10	10
Sobresaliente 9	9
Notable 8	8
Notable 7	7
Bien 6	6
Suficiente 5	5
Insuficiente 4	4
Insuficiente 3	3
Insuficiente 2	2
Insuficiente 1	1

La calificación de los alumnos se realizará mediante hojas de cálculo,

Se tendrán en cuenta los criterios dados en la 1ª en la 2ª evaluación para establecer la nota de los alumnos en la 1ª y 2ª evaluación respectivamente.

La nota final se tendrá en cuenta con el total de criterios del curso atendiendo al reparto de importancia y su puntuación.

- PRUEBA FINAL DE JUNIO

Los alumnos que al finalizar el año lectivo no hayan logrado alcanzar los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje esenciales de la asignatura, que hayan suspendido más de una evaluación y su correspondiente recuperación o aquellos que por acumulación de faltas justificadas o injustificadas no puedan evaluarse por evaluaciones trimestrales, podrán asistir a una prueba final que tendrá lugar en el mes de junio.

Esta prueba se elaborará seleccionando los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje recogidos en cada uno de los niveles. La concreción de dicha prueba se realizará en los meses de mayo y/o junio en una de las reuniones de departamento semanales. Dicha información será dada a conocer a todo el alumnado implicado mediante un informe personalizado que se proporcionará a cada alumno.

Además, los alumnos tendrán a su disposición los apuntes que se han ido elaborando a lo largo del curso y deberán realizar los trabajos y pruebas prácticas en caso de que el profesor de la asignatura lo considere oportunos.

ALUMNOS CON LA ASIGNATURA PENDIENTE DE CURSOS ANTERIORES

Los alumnos que hayan promocionado de curso con la asignatura de Educación Física pendiente, podrán recuperarla evaluación a evaluación. Para poder hacerlo deberán superar dos requisitos:

- 1) Los estándares teóricos cuyo instrumento de evaluación requiera de trabajos o pruebas teóricas, serán recuperados mediante un sistema de trabajos que serán entregados a estos alumnos, por el profesor que le imparte clase en el presente curso.

La temática de dichos trabajos será consensuada por el departamento al inicio de cada evaluación en función de los contenidos y estándares de aprendizaje trabajados en el curso en el que el alumno tenga la materia pendiente.

Dichos trabajos serán calificados evaluación a evaluación, obteniendo la calificación correspondiente en cada evaluación y siguiendo los siguientes criterios:

CRITERIO DE CALIFICACIÓN	PORCENTAJE ASIGNADO
AJUSTE DEL TRABAJO AL GUIÓN ESTABLECIDO	10
PRESENTACIÓN	10
CONTENIDO Y DESARROLLO DEL TRABAJO	70
CONCLUSIONES, BIBLIOGRAFÍA, WEBGRAFÍA	10

En último caso, será el Jefe de Departamento el encargado de supervisar la entrega, el seguimiento, la recogida y la evaluación de los mismos.

- 2) Como segundo requisito, los alumnos deberán aprobar, al menos con un 5, los estándares prácticos de los que sean evaluados en el presente curso académico (no del curso que lleven pendiente, si no del que cursen actualmente).

En caso de que el alumno no logre superar la asignatura pendiente mediante este sistema de trabajos evaluación a evaluación, tendrá derecho a realizar la prueba, de acuerdo a los parámetros establecidos en el apartado I) de la presente programación.

- PLANIFICACIÓN DE LA EVALUACIÓN DE JUNIO

Los alumnos que NO hayan alcanzado los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje esenciales de la signatura en el mes de junio, tendrán que realizar las siguientes actividades de recuperación :

- Una **prueba** sobre una selección de contenidos, criterios de evaluación y estándares propuestos en cada programación. Dicha prueba constará de un examen teórico consensuado por todos los miembros del departamento y por una serie de trabajos teóricos y pruebas prácticas que cada profesor considere oportuno en función de las necesidades y características particulares de cada alumno/a. En términos generales, dicha prueba constará de las siguientes partes:

PARTES DE LA PRUEBA	PESO EN LA CALIFICACIÓN FINAL
Examen teórico: <ul style="list-style-type: none"> - Bloque 1: actividad física orientada a la salud. - Bloque 2: Juegos y actividades deportivas. - Bloque 3: Actividades físicas artístico- expresivas. 	80%
Trabajo teórico: <ul style="list-style-type: none"> - Bloque 1, 2 o 3 (a elección del alumno) + Bloque 4: elementos comunes y transversales. 	20%
Prueba práctica: El profesor de la asignatura determinará si el alumno ha de realizar alguna prueba práctica en la evaluación en función de los estándares que el alumno no haya superado. En tal caso, el peso de cada una de las partes de la prueba será el siguiente:	Prueba teórica: 50% Trabajos: 20% Prueba práctica: 30%

* La selección de contenidos, criterios de evaluación y estándares más adecuados para la elaboración de dicha prueba, serán consensuados en los meses de mayo y/o junio en una de las reuniones de departamento semanales. Dicha información será dada a conocer a todo el

alumnado mediante diferentes vías: publicación en el panel de educación física, explicación en cada curso, etc.

2. Para facilitar la información tanto a los alumnos como a sus padres de los contenidos, criterios de evaluación y estándares sobre los que serán evaluados en esta prueba, se proporcionará a cada alumno un documento en el que se concreten los contenidos teóricos de los que se van a evaluar, las pruebas prácticas que deberá superar y los trabajos que tendrá que presentar para superar la asignatura.

3. En caso de no superar esta prueba, los alumnos tendrán la **materia pendiente** para el curso siguiente.

En el caso de los alumnos que no consigan superar las pruebas de la asignatura que les quedó pendiente en el año anterior, mantendrán la asignatura suspensa hasta que no superen alguna de las convocatorias de pendientes. Es decir, que **los alumnos pueden tener aprobada la asignatura de Educación Física del año que acaban de cursar y quedarles pendientes la de cursos anteriores.**

- **EVALUACIÓN ANTE SITUACIÓN DE IMPOSIBILIDAD DE APLICAR LA EVALUACIÓN CONTINUA.**

Aquellos alumnos que acumulen una **cantidad igual o superior al 30% de faltas de asistencia justificadas o injustificadas durante una evaluación**, perderán el derecho a la evaluación continua. Ante esta situación, pueden darse dos casos bien diferenciados ante los cuales el departamento procederá de manera diferente:

- a) **Caso I: Alumnos que durante una evaluación pierden el derecho a la evaluación continua** debido a la superación de un 30% de faltas de asistencia, pero cuya **situación mejora en sucesivas evaluaciones**. En este caso el alumno deberá presentarse a la prueba de recuperación de dicha evaluación cuyas condiciones se detallan en el apartado H.1) de la presente programación.
- b) **Caso II: Alumnos absentistas cuya conducta no mejora y sigue sucediéndose evaluación tras evaluación**. Deberán presentarse a la **prueba final** que se les hará en el mes de junio. Las características y condiciones de estas pruebas están recogidas en los apartados H.2) e I) de la presente programación.

El Departamento quiere con esta medida resaltar la obligatoriedad de la Enseñanza Secundaria y, por otro lado, destacar el carácter eminentemente práctico que posee nuestra asignatura, siendo necesaria la asistencia y participación activa en clase para poder superar los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje que se consideran esenciales en cada curso.

En las pruebas de junio y en su caso, el alumno/a que ha perdido el derecho a la evaluación continua **tendrá que acatar las normas establecidas para cada una de esas pruebas**. Para facilitarle el trabajo, el profesor de la asignatura le proporcionará una ficha individualizada en la que se especifiquen los contenidos teóricos que deberá conocer y las pruebas prácticas que tendrá que superar, así como la elaboración de trabajos de búsqueda o ampliación de contenidos.

Antes de adoptar estas medidas el Departamento pondrá en marcha una serie de instrumentos y medidas para rescatar a estos alumnos/as e impedir que pierdan el derecho a la evaluación trimestral de la asignatura. Dichas medidas consistirán en:

1. Pasar lista e informar de las ausencias a los padres mediante el sistema de mensajes que existe en el centro.
2. En caso de no mejorarse la situación, se comunicará al tutor y se concertará una entrevista personal con los padres para informar de las ausencias y de las consecuencias que pueden tener en la asignatura.
3. En caso de que la situación perdure en el tiempo, se pondrán en marcha otras medidas junto con el Departamento de Orientación del centro como horarios de seguimiento, o incluso la intervención de Servicios Sociales.

El **agente** responsable de poner en marcha esta serie de medidas y de iniciar el protocolo de actuación para alumnos absentistas será el profesor que imparte docencia a dicho alumno/a.

En caso de que no pudiera realizarse de manera presencial alguna de las pruebas aquí recogidas (confinamiento, cuarentena), se podrá sustituir por un trabajo teórico-práctico que se entregará de manera telemática.

C) MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

En el área de Educación Física las principales adaptaciones serán de tipo metodológico. A continuación detallaremos estas medidas en función de los diferentes programas establecidos para atender las dificultades de cada alumno concreto.

ACTUACIONES PARA EL ALUMNADO CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES

- En el caso de alumnos con deficiencia visual; se adoptarán las siguientes medidas:
 - o Adaptación del material habitual por material adaptado. balones con cascabeles, utilización de material sonoro, apuntes en Braille, etc.
 - o Utilización de un alumno guía para poder moverse por todo el centro y por los exteriores del centro para desarrollar los diferentes contenidos de la programación.
 - o Colocar al alumno cerca del profesor para que pueda atender a las explicaciones evitando interferencias auditivas de otro tipo.
 - o En caso de que sea necesario, reducir el número de cuestiones en los exámenes escritos o proporcionarle más tiempo.
- En el caso de alumnos con deficiencia auditiva; se adoptarán las siguientes medidas:

- Adaptación del material habitual por material adaptado: utilización de pizarra para las explicaciones, empleo del lenguaje gestual para dar órdenes, salidas, etc. , ejemplificaciones visuales, ...
- Colocar al alumno cerca del profesor para que pueda atender a las explicaciones leyendo los labios del profesor.
- En caso de que sea necesario, reducir el número de cuestiones en los exámenes escritos o proporcionarle más tiempo
- En el caso de alumnos diagnosticados con autismo, Asperger o cualquier deficiencia del Espectro Autismo, se adoptarán las siguientes medidas:
 - Intentar anticipar lo que vamos a hacer para que el ambiente sea lo más estable y predecible posible para ellos.
 - Ayudarse de alumnos de referencia con los que el alumno/a tenga una relación más estrecha para poder integrarlos en el grupo y en las diferentes actividades.
 - Ayudarse siempre que sea posible, de medios audiovisuales, ejemplos visuales para que dichos alumnos tengan una imagen clara de lo que hay que hacer.
 - Intentar establecer con ellos un sistema de puntos, cartilla de buenas noticias, etc., en las que quede reflejado su progreso, se premie su participación, etc.
- Adaptación de los exámenes y trabajos teóricos de la asignatura a sus posibilidades.
- Elaboración de pruebas teórico- prácticas adaptadas a las capacidades de cada alumno/a.
- Adaptación de espacios, agrupamientos, materiales y recursos a las características especiales de cada uno de estos alumnos/as.

ACTUACIONES PARA EL ALUMNADO CON DIFICULTADES DE APRENDIZAJE

- En el caso de alumnos con dificultades relacionadas con la comprensión y expresión del lenguaje escrito (dislexia, disgrafía, disortografía, etc.) se adoptaran las siguientes medidas:
 - Se proporcionarán los apuntes de la asignatura a un mayor tamaño.
 - Se les proporcionará más tiempo para la elaboración de trabajos y/o pruebas escritas.
 - En el caso de los exámenes escritos, se les adaptará la prueba reduciéndola en el número de preguntas, acortando los enunciados, ampliando la letra, pidiendo respuestas muy concretas (en el caso de que se trate de una prueba con preguntas de desarrollo).
- En el caso de alumnos con dificultades tipo TDH A, se adoptarán las siguientes medidas metodológicas:
 - Durante las explicaciones, situarlos cerca del profesor y certificar, mediante preguntas concretas a estos alumnos, si han comprendido lo que se ha explicado.
 - En las actividades en parejas, grupos, etc., colocarlos con un compañero de referencia que les guíe y ayude.
 - Proporcionarles un feedback continuo de cómo están realizando cada tarea así como de su progreso.
 - Recordarles las normas a seguir en cada actividad, juego, etc. Y reforzarles positivamente cuando las cumplan.

ACTUACIONES PARA EL ALUMNADO CON ALTAS CAPACIDADES INTELECTUALES

- Proposición de trabajos de investigación y de ampliación de los contenidos trabajados durante el curso.
- Planteamiento de metodologías de búsqueda en las que se requiera una implicación plena de estos alumnos.
- Darles responsabilidades como la dirección de ciertas sesiones o partes de la sesión (calentamientos, juegos, etc.).

- Darle roles como el del alumno-ayudante para que colaboren en la enseñanza y ayuden a otros compañeros que presentan dificultades de aprendizaje en alguno de los contenidos trabajados.

ACTUACIONES PARA EL ALUMNADO QUE SE INTEGRA TARDÍAMENTE EN EL SISTEMA EDUCATIVO

- Proporcionarle todos los apuntes y materiales que se hayan dado a lo largo del curso lectivo y que se consideren importantes para la comprensión y seguimiento de la asignatura desde la incorporación del alumno al sistema educativo.
- Proporcionarle una hoja en la que venga la información básica necesaria para la pronta incorporación del alumno a la asignatura: normas del departamento, sistema de evaluación de la asignatura, materiales que se requieren, contenidos y estándares de aprendizaje tratados a lo largo del curso, etc.