	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 1 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

ANEXO: PLAN ANUAL DE CENTRO

1. ÍNDICE

1. Normativa de referencia
2. Atención a la diversidad
3. Transversalidad
 - 3.1 Valores
 - 3.2 Plan lector
 - 3.3 Uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC)
 - 3.4 Otros elementos transversales del currículo
4. Objetivos generales
5. Metodología
6. Competencias clave
7. Relación entre contenidos –criterios de evaluación- estándares y competencias clave.
8. Concrección curricular en el aula
 - 8.1 Temporalización
 - 8.2 Recursos
 - 8.3 Actividades complementarias
 - 8.4 Evaluación
 - 8.4.1 Criterios de calificación
 - 8.4.2 Instrumentos de evaluación
 - 8.5 Actividades y momentos de recuperación
9. Procedimientos para realizar seguimientos

ADAPTACIÓN COVID

a-ADECUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN A LA POSIBLE ENSEÑANZA TELEMÁTICA

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 2 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

1. Normativa de referencia

La programación didáctica que presentamos a continuación es un instrumento específico de planificación, desarrollo y evaluación de la materia de Educación Física para el 1er curso de Educación Secundaria Obligatoria, adaptado a lo establecido en la siguiente normativa:

- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), modificada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE).
- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la Educación Primaria, la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato.
- Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas de la Educación Secundaria Obligatoria en Andalucía.
- Decreto 182/2020, de 10 de noviembre, por el que se modifica el Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas.

Para su desarrollo se han tenido en cuenta los criterios generales establecidos en el proyecto educativo del centro, así como las necesidades y características del alumnado.

Ha sido elaborada por el departamento de Educación Física y aprobada por el Claustro de Profesorado. No obstante, se podrá actualizar o modificar, en su caso, tras los procesos de autoevaluación.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 3 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

2. Medidas de atención a la diversidad

Las actuaciones previstas en esta programación didáctica contemplan actuaciones educativas dirigidas a dar respuesta a las diferentes capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones, intereses, situaciones socioeconómicas y culturales, lingüísticas y de salud del alumnado, con la finalidad de facilitar el acceso a los aprendizajes propios de esta etapa así como la adquisición de las competencias clave y el logro de los objetivos, con objeto de facilitar que todo el alumnado alcance la correspondiente titulación. La metodología propuesta y los procedimientos de evaluación planificados favorecen en el alumnado la capacidad de aprender por sí mismos y promueven el trabajo en equipo, fomentando especialmente una metodología centrada en la actividad y participación del alumnado, que favorezca el pensamiento racional y crítico, el trabajo individual y cooperativo del alumnado en el aula, que conlleve la lectura y la investigación, así como las diferentes posibilidades de expresión.

Como primera medida de atención a la diversidad natural en el aula, se proponen actividades y tareas en las que el alumnado pondrá en práctica un amplio repertorio de procesos cognitivos, evitando que las situaciones de aprendizaje se centren, tan solo, en el desarrollo de algunos de ellos, permitiendo un ajuste de estas propuestas a los diferentes estilos de aprendizaje.

Otra medida es la inclusión de actividades y tareas que requerirán la cooperación y el trabajo en equipo para su realización. La ayuda entre iguales permitirá que el alumnado aprenda de los demás estrategias, destrezas y habilidades que contribuirán al desarrollo de sus capacidades y a la adquisición de las competencias clave.

Las distintas unidades didácticas elaboradas para el desarrollo de esta programación didáctica contemplan sugerencias metodológicas y actividades complementarias que facilitan tanto el refuerzo como la ampliación para alumnado. De igual modo cualquier unidad didáctica y sus diferentes actividades serán flexibles y se podrán plantear de forma o en número diferente a cada alumno o alumna.

Además se podrán implementar actuaciones de acuerdo a las características individuales del alumnado, propuestas en la normativa vigente y en el proyecto educativo, que contribuyan a la atención a la diversidad y a la compensación de las desigualdades, disponiendo pautas y facilitando los procesos de detección y tratamiento de las dificultades de aprendizaje tan pronto como se presenten, incidiendo positivamente en la orientación educativa y en la relación con las familias para que apoyen el proceso educativo de sus hijas e hijos.

Estas actuaciones se llevarán a cabo a través de medidas de carácter general con criterios de flexibilidad organizativa y atención inclusiva, con el objeto de



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 4 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

favorecer la autoestima y expectativas positivas en el alumnado y en su entorno familiar y obtener el logro de los objetivos y competencias clave de la etapa, entre las que podemos considerar:

- **Medidas generales:** entendidas como actuaciones de carácter ordinario que se orientan a la promoción del aprendizaje y del éxito escolar de todo el alumnado. Tienen como finalidad dar respuesta a las diferencias en competencia curricular, motivación, intereses, estrategias, estilos y ritmos de aprendizaje mediante estrategias organizativas y metodológicas y están destinadas a facilitar la consecución de los objetivos y competencias clave de la etapa. Entre las medidas generales de atención a la diversidad que afecten a nuestra materia, se encuentran:
 - Apoyo en grupos ordinarios mediante un segundo profesor o profesora dentro del aula, preferentemente para reforzar los aprendizajes instrumentales básicos en los casos del alumnado que presente desfase en su nivel de aprendizaje.
 - Agrupamientos flexibles para la atención del alumnado en un grupo específico. Esta medida tendrá un carácter temporal y abierto y deberá facilitar la integración del mismo en su grupo ordinario no suponiendo, en ningún caso, discriminación para el alumnado necesitado de apoyo.
 - Acción tutorial como estrategia de seguimiento individualizado y de toma de decisiones en relación con la evolución académica del proceso de aprendizaje del alumnado.
 - Metodologías didácticas basadas en el trabajo colaborativo en grupos heterogéneos, tutoría entre iguales y aprendizaje por actividades, tareas y proyectos que promuevan la inclusión de todo el alumnado.
 - Actuaciones de coordinación en el proceso de tránsito entre etapas que permitan la detección temprana de las necesidades del alumnado y la adopción de las medidas educativas.
 - Actuaciones de prevención y control del absentismo.
- **Programas de Atención a la diversidad:**
 - **Programas de refuerzo del aprendizaje.** Estarán dirigidos a garantizar los aprendizajes imprescindibles para continuar su proceso educativo y se aplicarán en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades y estarán dirigidos a garantizar los aprendizajes imprescindibles para continuar su proceso educativo. Tendrán como objetivo asegurar los aprendizajes básicos de las materias y seguir con aprovechamiento las enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria. Estarán dirigidos al alumnado que se encuentre en alguna de las situaciones siguientes:
 - a) Alumnado que no promocione de curso.
 - b) Alumnado que, aun promocionando de curso, no supere alguna de las materias/ámbitos del curso anterior.
 - c) Alumnado que a juicio de la persona que ejerza la tutoría, el departamento de orientación y la jefatura de estudios presente dificultades en el aprendizaje que justifique su inclusión.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 5 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

- **Programas de profundización.** Tienen como objetivo ofrecer experiencias de aprendizaje que permitan dar respuesta a las necesidades que presenta el alumnado altamente motivado para el aprendizaje, así como para el alumnado que presenta altas capacidades intelectuales. Consistirán en una ampliación y enriquecimiento de los contenidos del currículo ordinario sin modificación de los criterios de evaluación establecidos, mediante realización de actividades que supongan, entre otras, el desarrollo de tareas o proyectos de investigación que estimulen la creatividad y la motivación del alumnado.
- **Medidas específicas.** Se entienden por tales todas aquellas propuestas y modificaciones en los elementos organizativos y curriculares, así como aquellas actuaciones dirigidas a dar respuesta a las necesidades educativas del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo que no haya obtenido una respuesta eficaz a través de las medidas generales de carácter ordinario. Son aquellas que pueden implicar, entre otras, la modificación significativa de los elementos del currículo para su adecuación a las necesidades del alumnado, la intervención educativa impartida por profesorado especialista y personal complementario, o la escolarización en modalidades diferentes a la ordinaria. Entre las medidas específicas de atención a la diversidad se encuentran:
 - a) **El apoyo dentro del aula** por profesorado especialista de pedagogía terapéutica o audición y lenguaje, personal complementario u otro personal. Excepcionalmente, se podrá realizar el apoyo fuera del aula en sesiones de intervención especializada, siempre que dicha intervención no pueda realizarse en ella y esté convenientemente justificada.
 - b) **Adaptación curricular de acceso** para el alumnado con necesidades educativas especiales. Pueden suponer modificaciones en los elementos para el acceso a la información, a la comunicación y a la participación, precisando la incorporación de recursos específicos, la modificación y habilitación de elementos físicos y, en su caso, la participación de atención educativa complementaria, que faciliten el desarrollo de las enseñanzas. Pueden ser de dos tipos:
 - De Acceso Físico: Recursos espaciales, materiales y personales. Por ejemplo: eliminación de barreras arquitectónicas, adecuada iluminación y sonoridad, mobiliario adaptado, profesorado de apoyo especializado, etc.
 - De Acceso a la Comunicación: Materiales específicos de enseñanza: aprendizaje, ayudas técnicas y tecnológicas, sistemas de comunicación complementarios, sistemas alternativos: Por ejemplo: Braille, lupas, ordenadores, grabadoras, lenguaje de signos, etc.
 - c) **Adaptaciones curriculares significativas** de los elementos del currículo dirigidas al alumnado con necesidades educativas especiales. suponen la modificación de los elementos del currículo, incluidos los objetivos de la etapa y los criterios de evaluación. Este tipo de adaptación podrán aplicarse cuando el alumnado presente un desfase curricular de al menos dos cursos en la materia y requerirá, en cada caso, la participación de



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 6 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

profesorado especializado en NEE y el asesoramiento del departamento de orientación.

- d) **Adaptación curricular o, en su caso, la flexibilización del periodo de Escolarización, para el alumnado con altas capacidades intelectuales.** Estarán destinadas a promover el desarrollo pleno y equilibrado del alumnado con altas capacidades intelectuales, contemplando propuestas curriculares de ampliación, y en su caso, de flexibilización del período de escolarización. Requerirán de un informe de evaluación psicopedagógica. Supondrán la modificación de la programación didáctica con la inclusión de criterios de evaluación de niveles educativos superiores, siendo posible efectuar propuestas, en función de las posibilidades de organización del centro, de cursar una o varias materias en el nivel inmediatamente superior.
- e) **Atención educativa por situaciones personales de hospitalización o de convalecencia domiciliaria.** En estas situaciones se facilitará al profesional encargado toda la documentación y actividades para que el alumno o alumna pueda seguir el currículo que se vaya desarrollando en el aula.

Estas medidas inclusivas han de garantizar el derecho de todo el alumnado a alcanzar el máximo desarrollo personal, intelectual, social y emocional en función de sus características y posibilidades, para aprender a ser competente y vivir en una sociedad diversa en continuo proceso de cambio, con objeto de facilitar que todo el alumnado alcance la correspondiente titulación.

3. Transversalidad

3.1 Valores

De acuerdo con el Decreto 97/2015, de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la educación primaria en Andalucía se potenciará:

La prevención y resolución pacífica de conflictos, así como los valores que preparan al alumnado para asumir una vida responsable en una sociedad libre y democrática.

La adquisición de hábitos de vida saludable que favorezcan un adecuado bienestar físico, mental y social.

La utilización responsable del tiempo libre y del ocio, así como el respeto al medio ambiente.

La igualdad efectiva entre hombres y mujeres, la prevención de la violencia de género y la no discriminación por cualquier condición personal o social.

El espíritu emprendedor a partir del desarrollo de la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la autoconfianza y el sentido crítico.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 7 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

La utilización adecuada de las herramientas tecnológicas de la sociedad del conocimiento.

El medio natural, la historia, la cultura y otros hechos diferenciadores de nuestra Comunidad para que sean conocidos, valorados y respetados como patrimonio propio, en el marco de la cultura española y universal.

Del mismo modo, y de acuerdo a la Orden de 27 de marzo de 2015, también se potenciará:

La toma de conciencia sobre temas y problemas que afectan a todas las personas en un mundo globalizado, entre los que se considerarán:

- la salud,
- la pobreza en el mundo,
- el agotamiento de los recursos naturales,
- la superpoblación,
- la contaminación,
- el calentamiento de la Tierra,
- la violencia,
- el racismo,
- la emigración y
- la desigualdad entre las personas, pueblos y naciones.

El análisis de las formas de exclusión social que dificultan la igualdad de los seres humanos, con especial dedicación a la desigualdad de las mujeres.


El análisis y la valoración de las contribuciones más importantes para el progreso humano en los campos de la salud, el bienestar, las comunicaciones, la difusión del conocimiento, las formas de gobierno y las maneras de satisfacer las necesidades humanas básicas.

Si realizamos un análisis de los distintos elementos del currículo del área de Educación Física, podemos observar que la mayoría de estos contenidos transversales se abordan desde el área.

- De igual modo, el artículo 10.8 del citado Decreto establece que
- la comprensión lectora,
 - la expresión oral y escrita,
 - la comunicación audiovisual,
 - las tecnologías de la información y la comunicación,
 - el espíritu emprendedor y
 - la educación cívica y constitucional

se trabajarán en todas las áreas, con independencia del tratamiento específico que reciben en algunas de las áreas de la etapa, elementos que podemos ver en las diferentes tareas, actividades y proyectos que se plantean en el desarrollo de las diferentes unidades didácticas integradas.

Todos estos elementos serán tenidos en cuenta en el desarrollo de la programación del área de Educación Física, tanto en el desarrollo de los elementos curriculares a través de las distintas actividades o tareas, en el desarrollo metodológico, en los procesos de evaluación así como en el interacción y el clima de clase y del centro.

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 8 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

- Primer Trimestre: **EDUCACIÓN PARA LA SALUD.** *“Crear desde la infancia hábitos de higiene física, mental y social que desarrollen la autoestima y mejoren la calidad de vida”.*

Objetivos:

- Desarrollar hábitos saludables que fomenten la promoción de la salud.
- Adoptar actitudes críticas ante situaciones perjudiciales para la salud.
- Valorar los hábitos saludables como fuente de salud futura, entre otros.

- Segundo Trimestre: **EDUCACIÓN PARA LA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES ENTRE AMBOS SEXOS.** *“La constitución española comienza con el derecho a la igualdad, sin distinción de sexo, raza o creencia. Las discriminaciones son trabas de gran envergadura social lo que justifica su presencia en el presente documento”.*

Objetivos:

- Evitar discriminaciones y rechazos relativos a las diferencias de género.
- Eliminar la utilización de comportamientos sexistas.
- Adoptar actitudes críticas ante la discriminación sexual y de género.


- Tercer Trimestre: **EDUCACIÓN AMBIENTAL.** *“Comprender las relaciones con el medio, fomentando la participación en los problemas que degradan el planeta a un ritmo preocupante”.*

Objetivos:

- Respetar el entorno que nos rodea.
- Adoptar actitudes críticas ante situaciones de problemas ambientales.
- Utilizar el material de desecho para la elaboración de materiales.

Cada año se establece un lema que nos permite a todos los centros Adoratrices estructurar nuestra acción educativo-pastoral. Así el lema de este año es: **VEN A VER**

Durante el curso trabajaremos este lema para ser conscientes de cómo somos, de cómo actuamos y de qué nos mueve a ser y actuar de una

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 9 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

determinada manera y así darnos cuenta de nuestras virtudes, fortalezas y debilidades, lo que podemos hacer mejor y lo que tenemos que potenciar, lo que nos estimula, lo que nos hacer sentir bien...

Lo vamos a impulsar con: diferentes actividades grupales, campañas solidarias, actividades entorno a la festividad de nuestra fundadora, celebraciones en la capilla, testimonios personales, películas, dinámicas grupales, convivencias, etc.

Además, de forma general y dentro de carácter propio del centro San Miguel Adoratrices y en base a su ideario propio los valores que deben vertebrar todas las acciones y actividades educativas-pastorales son la de Adorar y Liberar. Ayudando a liberar a la persona estamos glorizando a Dios. Cada año se establece un lema que nos permite a todos los centros Adoratrices estructurar nuestra acción educativo-pastoral. Así el lema de este año es: **VEN A VER.**

El significado del lema de este año hace referencia a varios aspectos:

- Crear en el alumnado la sensibilidad interior individuo de expresar, realizar o manifestar las tareas, cuestiones o actividades. Cada persona aporta matices y particularidades que enriquecen a al grupo y a la comunidad.
- Despertar en el alumnado los valores o dones que cada uno posee y que merece la pena poner en valor ante los demás, desarrollar y proporcionar en beneficio del grupo.
- Reseñar la importancia de manifestar el sello adoratriz, fundamentado en la pedagogía del Amor, en la sociedad.

Este aspectos descritos lo vamos a impulsar con : diferentes actividades grupales, campañas solidarias, actividades entorno a la festividad de nuestra fundadora, celebraciones en la capilla, testimonios personales, películas, dinámicas grupales, convivencias, ...

3.2 Plan lector

Es imprescindible en esta etapa que el alumnado adquiera las destrezas orales que le garanticen un uso eficaz en los ámbitos personal,



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 10 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

familiar, educativo, social y profesional a lo largo de su vida. Su aprendizaje debe permitirle expresar con precisión su pensamiento, opiniones, emociones y sentimientos, realizando discursos progresivamente más complejos y adecuados a una variedad de situaciones comunicativas, así como escuchar activamente e interpretar el pensamiento de las demás personas. La lectura y la escritura son herramientas esenciales para la adquisición de aprendizajes. Los procesos cognitivos que se desarrollan a través de estas facilitan el conocimiento del mundo, de los demás y de sí mismos. El alumnado debe adquirir en esta etapa las habilidades y estrategias que les permitan convertirse en lectores capaces de comprender, interpretar y manejar distintos soportes y textos.

Así, desde el área de Educación Física se colaborará para que el alumnado desarrolle las competencias y habilidades que le permitan el conocimiento, la comprensión, la crítica del texto y el intercambio de experiencias e inquietudes. Para ello, se adoptarán estrategias destinadas a adquirir y desarrollar la fluidez lectora y trabajarla de forma sistemática, con actividades orientadas a mejorar la precisión, expresividad, entonación, velocidad y ritmo.

3.3 Uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC)

Otro elemento transversal de carácter instrumental de particular interés en esta etapa educativa es el de la comunicación audiovisual y el uso de las TIC.

Las TIC están cada vez más presentes en nuestra sociedad y forman parte de nuestra vida cotidiana, y suponen un valioso auxiliar para la enseñanza que puede enriquecer la metodología didáctica. Desde esta realidad, consideramos imprescindible su incorporación en las aulas de la ESO como herramientas que ayudarán a desarrollar en el alumnado diferentes habilidades, que van desde el acceso a la información hasta su transmisión en distintos soportes, una vez tratada, incluyendo la utilización de las TIC como elemento esencial para informarse, aprender y comunicarse.

Otro factor de capital importancia es la utilización segura y crítica de las TIC, tanto para el trabajo como en el ocio. En este sentido, es fundamental informar y formar al alumnado sobre las situaciones de riesgo derivadas de su utilización, y cómo prevenirlas y denunciarlas.

El uso de las TIC implica aprender a utilizar equipamientos y herramientas específicos, lo que conlleva familiarizarse con estrategias que permitan identificar y resolver pequeños problemas rutinarios de software y de hardware. Se sustenta en el uso de diferentes equipos (ordenadores, tabletas, booklets, etc.) para obtener, evaluar, almacenar, producir, presentar e intercambiar información, y comunicarse y participar en redes sociales y de colaboración a través de internet.

Las TIC ofrecen al alumnado la posibilidad de actuar con destreza y seguridad en la sociedad de la información y la comunicación, aprender a lo largo de la vida y comunicarse sin las limitaciones de las distancias geográficas ni de los horarios rígidos de los centros educativos. Además, puede utilizarlas como



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 11 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

herramientas para organizar la información, procesarla y orientarla hacia el aprendizaje, el trabajo y el ocio.

La incorporación de las TIC al aula contempla varias vías de tratamiento que deben ser complementarias:

1. Como fin en sí mismas: tienen como objetivo ofrecer al alumnado conocimientos y destrezas básicas sobre informática, manejo de programas y mantenimiento básico (instalar y desinstalar programas; guardar, organizar y recuperar información; formatear; imprimir, etc.).

2. Como medio: su objetivo es sacar todo el provecho posible de las potencialidades de una herramienta que se configura como el principal medio de información y comunicación en el mundo actual. Al finalizar la ESO, los alumnos deben ser capaces de buscar, almacenar y editar información, e interactuar mediante distintas herramientas (blogs, chats, correo electrónico, plataformas sociales y educativas, etc.).

Con carácter general, se potenciarán actividades en las que haya que realizar una lectura y comprensión crítica de los medios de comunicación (televisión, cine, vídeo, radio, fotografía, materiales impresos o en formato digital, etc.), en las que prevalezca el desarrollo del pensamiento crítico y la capacidad creativa a través del análisis y la producción de materiales audiovisuales.

En cuanto a la utilización de las TIC en la materia de E.F., en este ámbito tienen cabida desde la utilización de diapositivas o vídeo hasta la visualización o realización de presentaciones, el trabajo con recursos multimedia, pasando por la búsqueda y selección de información en internet, la utilización de hojas de cálculo y procesadores de texto, hasta el desarrollo de blogs de aula, el tratamiento de imágenes, etc.

Las principales herramientas TIC disponibles y algunos ejemplos de sus utilidades concretas son:

1. Uso de procesadores de texto para redactar, revisar ortografía, hacer resúmenes, añadir títulos, imágenes, hipervínculos, gráficos y esquemas sencillos, etc.

2. Uso de hojas de cálculo sencillas para organizar información (datos) y presentarla en forma gráfica.

3. Utilización de programas de correo electrónico.

4. Usos y opciones básicas de los programas de navegación.

5. Uso de enciclopedias virtuales (CD y www).

6. Uso de periféricos: escáner, impresora, etc.

7. Uso sencillo de programas de presentación (PowerPoint, Prezzi, etc.): trabajos multimedia, presentaciones creativas de textos, esquemas o realización de diapositivas.

8. Internet: búsqueda y selección crítica de información.

9. Elaboración de documentos conjuntos mediante herramientas de programas de edición simultánea (Drive, etc.).

10. Utilización de los innumerables recursos y páginas web disponibles.

Por tanto, se debe aprovechar al máximo la oportunidad que ofrecen las TIC para obtener, procesar y transmitir información. Resaltamos aquí algunas de sus ventajas: Realización de tareas de manera rápida, cómoda y eficiente.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 12 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

Acceso inmediato a gran cantidad de información. Realización de actividades interactivas. Desarrollo de la iniciativa y las capacidades del alumno. Aprendizaje a partir de los propios errores. Cooperación y trabajo en grupo. Alto grado de interdisciplinariedad. Flexibilidad horaria.

3.4. Otros elementos transversales del currículo.

Además de los elementos transversales de carácter instrumental que se acaban de mencionar, desde la asignatura de E.F. se tratarán otros contenidos transversales y comunes, que deben afrontarse en todas las materias.

En el apartado de educación en valores, ya se ha puesto de manifiesto el compromiso de esta asignatura en la educación cívica y constitucional, basada en el conocimiento y respeto por los valores constitucionales de libertad, justicia, igualdad y pluralismo político, con especial atención a los derechos y deberes fundamentales: igualdad ante la ley; derecho a la vida; libertad religiosa e ideológica; libertad personal; libertad de expresión; derecho de reunión, asociación y participación; derecho a la educación, al trabajo, etc.

De la misma manera, se propiciará el conocimiento, valoración y respeto por la organización territorial de Estado en comunidades autónomas, así como la reflexión sobre los derechos (igualdad de género; protección de la familia; derechos de los menores y mayores; derecho a la educación, a las prestaciones sociales; derecho de las personas con discapacidad o minusvalía, etc.) y deberes ciudadanos (responsabilidad en el uso de los recursos públicos, cumplimiento de las obligaciones fiscales, participación en la vida civil, etc.).

Por su especial relevancia, también se prestará particular atención a la realización de actividades que potencien la igualdad efectiva entre hombres y mujeres y ayuden a prevenir la violencia de género. Es también de importancia capital que los alumnos adquieran formación en prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, basada en los valores que sustentan la libertad, la justicia y la igualdad, y la prevención del terrorismo y de cualquier tipo de violencia. Se adoptará una postura decidida a favor de la prevención de la violencia de género, de la violencia terrorista y de cualquier forma de violencia, racismo o xenofobia. En las sesiones de clase, se llevará a cabo una toma de postura consciente para eliminar los prejuicios en la asignación de los roles de género, propiciando en todo momento un tratamiento absolutamente igualitario entre alumnos y alumnas. Asimismo, se evitará cualquier actitud, comentario, comportamiento o contenido que conlleven elementos sexistas o se fundamenten en estereotipos que supongan discriminación debida a las distintas orientaciones sexuales o a la asignación sexista de roles y, en definitiva, se adoptará una postura decidida a favor de la prevención de la violencia de género, de la violencia terrorista y de cualquier forma de violencia, racismo o xenofobia.

También en el apartado de educación en valores se comentó la incorporación de elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medioambiente. Desde el punto de vista de la materia de E.F., la educación para el consumidor está estrechamente relacionada con los contenidos de la educación ambiental. Aspectos relativos al uso responsable de los recursos naturales, tales como el agua, las materias primas, las fuentes de energía, etc.,



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 13 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

y la crítica de la presión consumista que agrede a la naturaleza acelerando el uso de los recursos no renovables y generando toneladas de basura no biodegradable, implican a ambos temas transversales.

En este campo se puede trabajar el valor de la cooperación, de forma que se consiga, entre todos, un desarrollo sostenible sin asfixiar nuestro planeta con tanta basura, y de la responsabilidad al hacer referencia a qué productos debemos comprar según su forma de producción y el envasado que se emplea en los mismos.


Todo esto debe conducir al alumnado a desarrollar valores como la solidaridad y el respeto hacia los demás y hacia el medioambiente, y el reconocimiento de que el planeta Tierra no nos pertenece de forma nacional (y, mucho menos, regional, local o individualmente), sino que es un bien global del que hemos de hacer un uso consciente para poder subsistir y al que debemos cuidar para que el resto de la humanidad, y las generaciones futuras, puedan utilizarlo también; así pues, debemos colaborar en la tarea global de preservarla. De esta forma, además, podemos enlazar con la educación cívica del alumnado.

La educación para la igualdad de sexos intenta evitar la discriminación por motivo sexual que todavía persiste en nuestra sociedad, tanto en el ámbito del trabajo científico como en otros cotidianos. Por otra parte, también se debe utilizar un lenguaje “coeducativo” en todo momento, y tanto las imágenes como los textos que se usen deben excluir cualquier discriminación por razón de sexo. Esta situación real debe servir como base para realizar una educación para la igualdad de oportunidades que se extienda no solo al entorno científico, sino a todos los aspectos de la vida cotidiana.

En la coeducación se trabajan valores como el diálogo y el respeto, puesto que dentro de lo que sería el campo de la investigación científica se debe estar abierto a las opiniones de los demás, sin importar de dónde vengan, teniendo en cuenta que la mujer y el hombre son personas iguales con las mismas facultades intelectuales.

Además, se prestará atención al desarrollo de habilidades que estimulen la adquisición y desarrollo del espíritu emprendedor, a partir de aptitudes como la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo, la capacidad de comunicación, la adaptabilidad, la observación y el análisis, la capacidad de síntesis, la visión emprendedora y el sentido crítico. Con este fin, se propondrán actividades que ayuden a:

- Adquirir estrategias que ayuden a resolver problemas: identificar los datos e interpretarlos, reconocer qué datos faltan para poder resolver el problema, identificar la pregunta y analizar qué es lo que se pregunta.
- Desarrollar ejercicios de creatividad colectiva entre los alumnos que ayuden a resolver una necesidad cotidiana.
- Tener iniciativa personal y tomar decisiones desde su espíritu crítico.
- Aprender a equivocarse y ofrecer sus propias respuestas.
- Trabajar en equipo, negociar, cooperar y construir acuerdos.
- Desarrollar habilidades cognitivas (expresión y comunicación oral, escrita y plástica; aplicación de recursos TIC en el aula, etc.) y sociales (comunicación; cooperación; capacidad de relación con el entorno; empatía; habilidades directivas; capacidad de

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 14 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

planificación; toma de decisiones y asunción de responsabilidades; capacidad organizativa, etc.)

4. Objetivos generales

Los objetivos son los referentes relativos a los logros que el alumnado debe alcanzar al finalizar la etapa, como resultado de las experiencias de enseñanza-aprendizaje planificadas intencionalmente para ello.

La Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades, los hábitos, las actitudes y los valores que le permitan alcanzar, los objetivos enumerados en el artículo 23 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), modificada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE), así como el artículo 11 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.

Las competencias clave deberán estar estrechamente vinculadas a los objetivos definidos para la Educación Secundaria, de acuerdo con lo establecido en la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la Educación Primaria, la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato. Por ello, en el cuadro siguiente se detallan los objetivos de la etapa y la relación que existe con las competencias clave:

<p>a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.</p>	<p>Competencia social y ciudadana. (CSC)</p>
<p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p>	<p>Competencia para aprender a aprender. (CAA) Competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. (SIEP)</p>



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 15 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

<p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p>	<p>Competencia social y ciudadana. (CSC)</p>
<p>d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</p>	<p>Competencia social y ciudadana. (CSC)</p>
<p>e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.</p>	<p>Competencia en comunicación lingüística. (CCL) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. (CMCT) Competencia digital (CD)</p>
<p>f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.</p>	<p>Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT)</p>
<p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p>	<p>Competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP) Competencia para aprender a aprender (CAA)</p>
<p>h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.</p>	<p>Competencia en comunicación lingüística (CCL)</p>
<p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.</p>	<p>Competencia en comunicación lingüística (CCL)</p>
<p>j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.</p>	<p>Conciencia y expresiones culturales (CEC)</p>

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 16 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.	Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT) Competencia social y ciudadana (CSC)
l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.	Conciencia y expresiones culturales (CEC)

Del mismo modo, se establece la relación de las competencias clave con los objetivos generales añadidos por el artículo del Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía (BOJA 28-06-2016).

a) Conocer y apreciar las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades.	Competencia en comunicación lingüística. (CCL) Conciencia y expresiones culturales (CEC)
b) Conocer y apreciar los elementos específicos de la cultura andaluza para que sea valorada y respetada como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.	Conciencia y expresiones culturales (CEC)

A estos objetivos llegará el alumnado a partir de los establecidos en cada una de las materias, que establecen las capacidades a las que desde la misma desarrollará el alumnado.

En concreto, a continuación podemos ver los **objetivos de la materia de Educación Física** para la etapa de Educación Secundaria Obligatoria y las secciones, recursos o unidades didácticas en las que se trabajarán dichos objetivos:

Objetivos de la materia de Educación Física	1º curso¹
1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.	UD.1 UD.2 UD.5

¹ Utilizaremos en adelante las siglas UD. para indicar las Unidades Didácticas




**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 17 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.	UD.1 UD.2
3. Desarrollar y consolidar hábitos saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.	UD.1
4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.	UD.3 UD.4
5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.	UD.1
6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artística, expresiva y comunicativa de carácter individual y grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.	UD.6
7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.	UD.3 UD.4
8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físico-deportivas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.	UD.1 UD.3 UD.5
9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.	UD.5
10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad físico-deportivo, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.	Unidades didácticas 3, 4, 5 y 6
11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.	UD.3 UD.4 UD.6
12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.	Se trabajará en todas las Unidades Didácticas

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 18 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

<p>13. a. Superar el miedo al medio acuático. b. Conseguir el fomento de hábitos de practica física regular a través de dicho medio. c. Realizar inmersiones con dominio básico de los ritmos respiratorios.</p>	Unidad 7
--	----------

5. Metodología.

Entendemos la metodología didáctica como el conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados potenciando el desarrollo de las competencias clave desde una perspectiva transversal.

La metodología didáctica deberá guiar los procesos de enseñanza aprendizaje de esta materia, y dará respuesta a propuestas pedagógicas que consideren la atención a la diversidad y el acceso de todo el alumnado a la educación común. Asimismo, se emplearán métodos que, partiendo de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo competencial en el alumnado, se ajusten al nivel competencial inicial de este y tengan en cuenta la atención a la diversidad y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo

Se fomentará especialmente una metodología centrada en la actividad y participación del alumnado, que favorezca el pensamiento racional y crítico, el trabajo individual y cooperativo del alumnado en el aula, que conlleve la lectura, la investigación, así como las diferentes posibilidades de expresión. Se integrarán referencias a la vida cotidiana y al entorno inmediato del alumnado.

Se estimulará la reflexión y el pensamiento crítico en el alumnado, así como los procesos de construcción individual y colectiva del conocimiento, y se favorecerá el descubrimiento, la investigación, el espíritu emprendedor y la iniciativa personal.

Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información y para aplicar procesos de análisis, observación y experimentación adecuados a los contenidos de las distintas materias.

Se emplearán metodologías activas que contextualicen el proceso educativo, que presenten de manera relacionada los contenidos y que fomenten el aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, favoreciendo la participación, la experimentación y la motivación de los alumnos y las alumnas al dotar de funcionalidad y transferibilidad a los aprendizajes. Igualmente se adoptarán estrategias interactivas que permitan compartir y construir el conocimiento y dinamizar la sesión de clase mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 19 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

La orientación de la práctica educativa de la materia se abordará desde situaciones-problema de progresiva complejidad, desde planteamientos más descriptivos hasta actividades y tareas que demanden análisis y valoraciones de carácter más global, partiendo de la propia experiencia de los distintos alumnos y alumnas y mediante la realización de debates y visitas a lugares de especial interés.

Se utilizarán las tecnologías de la información y de la comunicación de manera habitual en el desarrollo del currículo tanto en los procesos de enseñanza como en los de aprendizaje.

La metodología debe partir de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo competencial en el alumnado. Uno de los elementos fundamentales en la enseñanza por competencias es despertar y mantener la motivación hacia el aprendizaje en el alumnado, lo que implica un nuevo planteamiento de su papel, más activo y autónomo, consciente de ser el responsable de su aprendizaje y, a tal fin, el profesorado ha de ser capaz de generar en ellos la curiosidad y la necesidad por adquirir los conocimientos, las destrezas y las actitudes y valores presentes en las competencias. Desde esta materia se colaborará en la realización por parte del alumnado de trabajos de investigación y actividades integradas que impliquen a uno o varios departamentos de coordinación didáctica y que permitan al alumnado avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.

En resumen, desde un enfoque basado en la adquisición de las competencias clave cuyo objetivo no es solo saber, sino saber aplicar lo que se sabe y hacerlo en diferentes contextos y situaciones, se precisan distintas estrategias metodológicas entre las que resaltaremos las siguientes:

- Plantear diferentes situaciones de aprendizaje que permitan al alumnado el desarrollo de distintos procesos cognitivos: analizar, identificar, establecer diferencias y semejanzas, reconocer, localizar, aplicar, resolver, etc.
- Potenciar en el alumnado la autonomía, la creatividad, la reflexión y el espíritu crítico.
- Contextualizar los aprendizajes de tal forma que el alumnado aplique sus conocimientos, habilidades, destrezas o actitudes más allá de los contenidos propios de la materia y sea capaz de transferir sus aprendizajes a contextos distintos del escolar.
- Potenciar en el alumnado procesos de aprendizaje autónomo, en los que sea capaz, desde el conocimiento de las características de su propio aprendizaje, de fijarse sus propios objetivos, plantearse interrogantes, organizar y planificar su trabajo, buscar y seleccionar la información necesaria, ejecutar el desarrollo, comprobar y contrastar los resultados y evaluar con rigor su propio proceso de aprendizaje.
- Fomentar una metodología experiencial e investigativa, en la que el alumnado desde el conocimiento adquirido se formule hipótesis en relación a los problemas planteados e incluso compruebe los resultados de las mismas.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 20 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

- Utilizar distintas fuentes de información (directas, bibliográficas, de Internet, etc.) así como diversificar los materiales y recursos didácticos que utilizemos para el desarrollo y adquisición de los aprendizajes del alumnado.
- Promover el trabajo colaborativo, la aceptación mutua y la empatía como elementos que enriquecen el aprendizaje y nos forman como futuros ciudadanos de una sociedad cuya característica principal es la pluralidad y la heterogeneidad. Además, nos ayudará a ver que se puede aprender no solo del profesorado sino también de quienes me rodean, para lo que se deben fomentar las tutorías entre iguales, así como procesos colaborativos, de interacción y deliberativos, basados siempre en el respeto y la solidaridad.
- Diversificar, como veremos a continuación, estrategias e instrumentos de evaluación.

De un modo más concreto, la metodología específica para la Educación Física tendrá en cuenta que debe fomentar entre el alumnado la autonomía, las relaciones sociales y la competencia, entendida ésta como la eficiencia y la confianza en lo que se hace.

Los estilos de enseñanza que se utilicen deben generar climas de aprendizaje óptimos que contribuyan al desarrollo integral del alumnado y a la mejora de su calidad de vida. Es esencial que el profesorado de Educación Física desarrolle y aplique una gama suficiente de estilos de enseñanza, técnicas y estrategias, tanto técnicas reproductivas como de indagación, siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, creatividad y participación del alumnado, así como estilos cognitivos y tecnológicos.

La Educación Física debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión y contribuir a la consecución de una igualdad efectiva y real de oportunidades. El género como construcción social todavía sigue condicionando la persistencia de estereotipos que determinan que algunas actividades sean consideradas más apropiadas para las chicas y otras para los chicos. La Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado.

Asimismo, se fomentará la actividad física inclusiva, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado.

La Educación Física propiciará ambientes positivos de aprendizaje, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc. Un alto grado de compromiso motor repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz.

En relación a la realización de las tareas se buscará implicar al alumnado en su proceso de aprendizaje con responsabilidad, promoviendo metas en referencial a ellos y ellas mismas, y orientándolo hacia la autonomía en la organización y realización del trabajo. Se diseñarán actividades basadas en la variedad, el interés personal y la implicación activa en las mismas, ofreciendo al alumnado un mayor grado de responsabilidad y capacidad de elección. De esta manera,



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 21 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

los alumnos y alumnas participarán en la toma de decisiones sobre las normas de clase, la elección de actividades, y la evaluación, entre otros aspectos, además de asumir diferentes roles en la realización de las tareas. En relación a la evaluación, se fomentará una evaluación compartida, promoviendo la autoevaluación del alumnado.


La práctica de actividad física contribuye a la estabilidad emocional de los alumnos y alumnas. La Educación Física proporcionará al alumnado técnicas de concentración, relajación, toma de conciencia y autocontrol, aplicables a la vida cotidiana.

Se reconocerá y apoyará el progreso individual del alumnado, partiendo de sus características individuales. Se debe tener en cuenta la importancia del conocimiento de resultados y utilizar diferentes tipos de feedback adaptados a cada persona y a cada situación. La equidad en la acción del profesorado va a favorecer una visión positiva del alumnado hacia la práctica física, eliminando estereotipos sobre la misma.

Se deberá asegurar que el proceso de enseñanza-aprendizaje y la práctica física se desarrollen en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se deben minimizar los posibles riesgos y se deberá implementar un protocolo de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad se deberá tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la salvaguarda de la privacidad del alumnado. Para ello se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo de esta etapa educativa, etc.

Para el desarrollo de todos los contenidos relacionados en esta materia se hace imprescindible la realización de actividades complementarias y/o extraescolares, procurando establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno así como la colaboración con las familias del alumnado.

El logro de una Educación Física de calidad y, por ende, la mejora de la enseñanza lleva implícita una evaluación de todos los elementos del acto didáctico, como alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, la propia evaluación, etc.

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 22 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

6. Competencias clave

Las competencias se entienden como las capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada materia con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos. En la Educación Secundaria Obligatoria las competencias clave son aquellas que deben ser desarrolladas por el alumnado para lograr la realización y desarrollo personal, ejercer la ciudadanía activa, conseguir la inclusión social y la incorporación a la vida adulta y al empleo de manera satisfactoria, y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

La competencia supone una combinación de habilidades prácticas, conocimientos, motivación, valores éticos, actitudes, emociones, y otros componentes sociales y de comportamiento que se movilizan conjuntamente para lograr una acción eficaz. Se contemplan, pues, como conocimiento en la práctica, un conocimiento adquirido a través de la participación activa en prácticas sociales que, como tales, se pueden desarrollar tanto en el contexto educativo formal, a través del currículo, como en los contextos educativos no formales e informales.

El conocimiento competencial integra un conocimiento de base conceptual: conceptos, principios, teorías, datos y hechos (conocimiento declarativo-saber decir); un conocimiento relativo a las destrezas, referidas tanto a la acción física observable como a la acción mental (conocimiento procedimental-saber hacer); y un tercer componente que tiene una gran influencia social y cultural, y que implica un conjunto de actitudes y valores (saber ser). Por otra parte, el aprendizaje por competencias favorece los propios procesos de aprendizaje y la motivación por aprender, debido a la fuerte interrelación entre sus componentes: el conocimiento de base conceptual («conocimiento») no se aprende al margen de su uso, del «saber hacer»; tampoco se adquiere un conocimiento procedimental («destrezas») en ausencia de un conocimiento de base conceptual que permite dar sentido a la acción que se lleva a cabo. El alumnado, además de «saber» debe «saber hacer» y «saber ser y estar» ya que de este modo estará más capacitado para integrarse en la sociedad y alcanzar logros personales y sociales. El aprendizaje por competencias favorece los propios procesos de aprendizaje y la motivación por aprender, debido a la fuerte interrelación entre sus componentes.

Las competencias, por tanto, se conceptualizan como un «saber hacer» que se aplica a una diversidad de contextos académicos, sociales y profesionales. Para que la transferencia a distintos contextos sea posible resulta indispensable una comprensión del conocimiento presente en las competencias, y la vinculación de éste con las habilidades prácticas o destrezas que las integran.

El aprendizaje por competencias, que se caracteriza por:

- a) Transversalidad e integración. Implica que el proceso de enseñanza-aprendizaje basado en competencias debe abordarse desde todas las



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 23 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

materias de conocimiento y por parte de las diversas instancias que conforman la comunidad educativa. La visión interdisciplinar y multidisciplinar del conocimiento resalta las conexiones entre diferentes materias y la aportación de cada una de ellas a la comprensión global de los fenómenos estudiados.

- b) **Dinamismo.** Se refleja en que estas competencias no se adquieren en un determinado momento y permanecen inalterables, sino que implican un proceso de desarrollo mediante el cual las alumnas y los alumnos van adquiriendo mayores niveles de desempeño en el uso de las mismas.
- c) **Carácter funcional.** Se caracteriza por una formación integral del alumnado que, al finalizar su etapa académica, será capaz de transferir a distintos contextos los aprendizajes adquiridos. La aplicación de lo aprendido a las situaciones de la vida cotidiana favorece las actividades que capacitan para el conocimiento y análisis del medio que nos circunda y las variadas actividades humanas y modos de vida.
- d) **Trabajo competencial.** Se basa en el diseño de tareas motivadoras para el alumnado que partan de situaciones-problema reales y se adapten a los diferentes ritmos de aprendizaje de cada alumno y alumna, favorezcan la capacidad de aprender por sí mismos y promuevan el trabajo en equipo, haciendo uso de métodos, recursos y materiales didácticos diversos.
- e) **Participación y colaboración.** Para desarrollar las competencias clave resulta imprescindible la participación de toda la comunidad educativa en el proceso formativo tanto en el desarrollo de los aprendizajes formales como los no formales.

Para una adquisición eficaz de las competencias y su integración efectiva en el currículo, deberán diseñarse actividades de aprendizaje integradas que permitan al alumnado avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.

Se identifican siete competencias clave:

- Comunicación lingüística.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- Competencia digital.
- Aprender a aprender.
- Competencias sociales y cívicas.
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
- Conciencia y expresiones culturales

Como rasgos más relevantes de cada una de las competencias clave podemos citar:

- **Comunicación lingüística**

La competencia en comunicación lingüística es el resultado de la acción comunicativa dentro de prácticas sociales determinadas, en las cuales se actúa con otros interlocutores y a través de textos en múltiples modalidades, formatos y soportes. Es el resultado de la utilización del lenguaje como instrumento de comunicación oral y escrita, de representación, interpretación y comprensión de la realidad, de construcción y comunicación del conocimiento y de organización



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 24 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

y autorregulación del pensamiento, las emociones y la conducta. Desde la oralidad y la escritura hasta las formas más sofisticadas de comunicación audiovisual o mediada por la tecnología, el individuo participa de un complejo entramado de posibilidades comunicativas gracias a las cuales expande su competencia y su capacidad de interacción con otras personas.

La competencia en comunicación lingüística es también un instrumento fundamental para la socialización y el aprovechamiento de la experiencia educativa. Por ser una vía privilegiada de acceso al conocimiento dentro y fuera del ámbito escolar, de su desarrollo depende, en buena medida, que se produzcan distintos tipos de aprendizaje en distintos contextos, formales, informales y no formales.

En este sentido, es especialmente relevante la lectura como destreza básica para la ampliación de la competencia en comunicación lingüística y el aprendizaje. Así, la lectura es la principal vía de acceso a todas las materias, por lo que el contacto con una diversidad de textos resulta fundamental para acceder a las fuentes originales del saber.

- **Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología**

La competencia matemática implica la capacidad de aplicar el razonamiento matemático y sus herramientas para describir, interpretar y predecir distintos fenómenos en su contexto. Implica habilidad para utilizar y relacionar los números, sus operaciones básicas, los símbolos y las formas de expresión y razonamiento matemático, tanto para producir e interpretar distintos tipos de información, como para ampliar el conocimiento sobre aspectos cuantitativos y espaciales de la realidad, y para resolver problemas relacionados con la vida social y con el mundo laboral: razonar con números, espacios... sobre la vida cotidiana.

El uso de herramientas matemáticas implica una serie de destrezas que requieren la aplicación de los principios y procesos matemáticos en distintos contextos; forma parte de esta destreza la creación de descripciones y explicaciones matemáticas que llevan implícitas la interpretación de resultados matemáticos y la reflexión sobre su adecuación al contexto, al igual que la determinación de si las soluciones son adecuadas y tienen sentido en la situación en que se presentan.

Las competencias básicas en ciencia y tecnología son aquellas que proporcionan un acercamiento al mundo físico y a la interacción responsable con él. Contribuyen al desarrollo del pensamiento científico, pues incluyen la aplicación de los métodos propios de la racionalidad científica y las destrezas tecnológicas, que conducen a la adquisición de conocimientos, el contraste de ideas y la aplicación de los descubrimientos al bienestar social. Incluyen actitudes y valores relacionados con la asunción de criterios éticos asociados a la ciencia y a la tecnología, el interés por la ciencia, el apoyo a la investigación científica y la valoración del conocimiento científico, así como el sentido de la responsabilidad en relación a la conservación de los recursos naturales y a las cuestiones medioambientales y a la adopción de una actitud adecuada para lograr una vida física y mental saludable en un entorno natural y social.

- **Competencia digital**



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 25 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

La competencia digital es aquella que implica el uso creativo, crítico y seguro de las tecnologías de la información y la comunicación para alcanzar los objetivos relacionados con el trabajo, la empleabilidad, el aprendizaje, el uso del tiempo libre, la inclusión y participación en la sociedad.

Requiere de conocimientos relacionados con el lenguaje específico básico: textual, numérico, icónico, visual, gráfico y sonoro, así como sus pautas de decodificación y transferencia. Esto conlleva el conocimiento de las principales aplicaciones informáticas; supone también el acceso a las fuentes y el procesamiento de la información, y el conocimiento de los derechos y las libertades que asisten a las personas en el mundo digital.

Igualmente, precisa del desarrollo de diversas destrezas relacionadas con el acceso a la información, el procesamiento y uso para la comunicación, la creación de contenidos, la seguridad y la resolución de problemas, tanto en contextos formales como no formales e informales.

- **Aprender a aprender**

Esta competencia incluye una serie de conocimientos y destrezas que requieren la reflexión y la toma de conciencia de los propios procesos de aprendizaje. Así, los procesos de conocimiento se convierten en objeto del conocimiento y, además, hay que aprender a ejecutarlos adecuadamente. Incluye habilidades para iniciarse en el aprendizaje y ser capaz de continuar aprendiendo de manera eficaz y autónoma de acuerdo con los propios objetivos y necesidades. Supone, por un lado, la adquisición de la conciencia de las propias capacidades (intelectuales, emocionales, físicas), del proceso y estrategias para conseguirlas; por otro, saber buscar información, organizarla y analizarla, realizar síntesis y difundir las conclusiones.

Todo este conocimiento se vuelca en destrezas de autorregulación y control inherentes a la competencia de aprender a aprender, que se concretan en estrategias de planificación en las que se refleja la meta de aprendizaje que se persigue, así como el plan de acción que se tiene previsto aplicar para alcanzarla; estrategias de supervisión desde las que el estudiante va examinando la adecuación de las acciones que está desarrollando y la aproximación a la meta; y estrategias de evaluación desde las que se analiza tanto el resultado como del proceso que se ha llevado a cabo. Estas tres estrategias deberían potenciarse en los procesos de aprendizaje y de resolución de problemas en los que participa el alumnado.

- **Competencias sociales y cívicas**

Las competencias sociales y cívicas implican la habilidad y capacidad para utilizar los conocimientos y actitudes sobre la sociedad, entendida desde las diferentes perspectivas, en su concepción dinámica, cambiante y compleja, para interpretar fenómenos y problemas sociales en contextos cada vez más diversificados; para elaborar respuestas, tomar decisiones y resolver conflictos, así como para interactuar con otras personas y grupos conforme a normas basadas en el respeto mutuo y en convicciones democráticas.

Los elementos fundamentales de la competencia social incluyen el desarrollo de ciertas destrezas como la capacidad de comunicarse de una manera constructiva en distintos entornos sociales y culturales, mostrar tolerancia, expresar y comprender puntos de vista diferentes, negociar sabiendo inspirar



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 26 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

confianza y sentir empatía. Las personas deben ser capaces de gestionar un comportamiento de respeto a las diferencias expresado de manera constructiva.

La competencia cívica se basa en el conocimiento crítico de los conceptos de democracia, justicia, igualdad, ciudadanía y derechos humanos y civiles, así como de su formulación en la Constitución española, la carta de los derechos fundamentales de la Unión Europea y en declaraciones internacionales, y de su aplicación por parte de diversas instituciones a escala local, regional, nacional, europea e internacional.

Comprender la realidad social en que se vive, cooperar, convivir y ejercer la ciudadanía democrática en una sociedad plural, así como comprometerse a contribuir a su mejora. El ejercicio de la ciudadanía implica disponer de habilidades para participar activa y plenamente en la vida cívica, significa construir, aceptar y practicar normas de convivencia acordes con los valores democráticos, ejercitar los derechos, libertades, responsabilidades y deberes cívicos, y defender los derechos de los demás, derechos humanos, constitución, derechos y deberes, respeto, tolerancia...

- **Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor**

La competencia “sentido de iniciativa y espíritu emprendedor” implica la capacidad de transformar las ideas en actos. Ello significa adquirir conciencia de la situación a intervenir o resolver, y saber elegir, planificar y gestionar los conocimientos, destrezas o habilidades y actitudes necesarios con criterio propio, con el fin de alcanzar el objetivo previsto.

Asimismo, esta competencia requiere de las siguientes destrezas o habilidades esenciales: capacidad de análisis; capacidades de planificación, organización, gestión y toma de decisiones; capacidad de adaptación al cambio y resolución de problemas; comunicación, presentación, representación y negociación efectivas; habilidad para trabajar, tanto individualmente como dentro de un equipo; participación, capacidad de liderazgo y delegación; pensamiento crítico y sentido de la responsabilidad; autoconfianza, evaluación y autoevaluación, ya que es esencial determinar los puntos fuertes y débiles de uno mismo y de un proyecto, así como evaluar y asumir riesgos cuando esté justificado.

La adquisición de esta competencia es determinante en la formación de la futura ciudadanía emprendedora, contribuyendo así a la cultura del emprendimiento. En este sentido, su formación debe incluir conocimientos y destrezas relacionados con las oportunidades de carrera y el mundo del trabajo, la educación económica y financiera o el conocimiento de la organización y los procesos empresariales.

- **Conciencia y expresiones culturales**

La competencia en conciencia y expresión cultural implica conocer, comprender, apreciar y valorar con espíritu crítico, con una actitud abierta y respetuosa, las diferentes manifestaciones culturales y artísticas, utilizarlas como fuente de enriquecimiento y disfrute personal y considerarlas como parte de la riqueza y patrimonio de los pueblos.

Requiere de conocimientos que permitan acceder a las distintas manifestaciones sobre la herencia cultural (patrimonio cultural, histórico-



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 27 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

artístico, literario, filosófico, tecnológico, medioambiental, etcétera) a escala local, nacional y europea, y su lugar en el mundo.

El desarrollo de esta competencia supone actitudes y valores personales de interés, reconocimiento y respeto por las diferentes manifestaciones artísticas y culturales, y por la conservación del patrimonio.

Exige, asimismo, valorar la libertad de expresión, el derecho a la diversidad cultural, el diálogo entre culturas y sociedades, y la realización de experiencias artísticas compartidas.

A su vez, conlleva un interés por participar en la vida cultural y, por tanto, por comunicar y compartir conocimientos, emociones y sentimientos a partir de expresiones artísticas; la promoción de la participación en la vida, y la actividad cultural de la sociedad en que se vive, a lo largo de toda la vida. Esto lleva implícitos comportamientos que favorecen la convivencia social.

La materia de Educación Física contribuye al desarrollo de todas las competencias clave. Ayuda al desarrollo de la competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología ofreciendo situaciones en las que el alumnado debe aplicar el razonamiento matemático para resolver situaciones asociadas con la cantidad, el espacio y la forma, el cambio y las relaciones, y la incertidumbre y los datos (resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte orientación, relación entre ingesta y gasto calórico, la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deportes de cooperación-oposición, etc.) y competencias clave en ciencia y tecnología facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos (aspectos relacionados con la conservación de la naturaleza, el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, el uso de instrumentos utilizados en el ámbito de la actividad física y deportiva, etc.).

La Educación Física también contribuye de manera esencial al desarrollo de las competencias sociales y cívicas fomentando el respeto, la igualdad, la cooperación y el trabajo en equipo. Las reglas que se establecen en los juegos y los deportes, las normas de seguridad vial, la prevención de lesiones, los primeros auxilios, etc. son elementos de la Educación Física que, por su propia naturaleza, preparan al alumnado para la vida en sociedad y el desarrollo de esta competencia.

La Educación Física contribuye al desarrollo de la competencia aprender a aprender a través de la regulación, planificación, organización y ejecución de la propia actividad física. Esto permitirá al alumnado diseñar su plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorecerá la motivación y la confianza que son cruciales para la adquisición de esta competencia.

El Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor será fomentado desde la materia otorgando funciones y responsabilidades en la planificación y desarrollo de actividades, el desarrollo del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal. Asimismo, se trabajará la competencia en comunicación lingüística a través de la amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad físico-deportiva. Esta materia también contribuye al desarrollo de la competencia conciencia y expresiones culturales a través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 28 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento. Finalmente, la Educación Física trabaja la competencia digital abordando aspectos como el acceso y la gestión de la información que se puede encontrar en Internet en el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos.

7. Relación entre contenidos –criterios de evaluación- estándares y competencias clave.

Entendemos los contenidos como el conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que contribuyen al logro de los objetivos de cada materia y etapa educativa y a la adquisición de competencias.

El tratamiento de los contenidos de la materia se ha organizado alrededor de los siguientes bloques:

- **Bloque 1. Salud y calidad de vida.** Este bloque agrupa los contenidos relacionados con los hábitos de vida saludable (alimentación, actividad física programada y descanso), los estilos de vida activos, prevención de conductas y hábitos perjudiciales para la salud, técnicas básicas de respiración, relajación y alivio de la tensión y del estrés, y el uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación.
- **Bloque 2. Condición física y motriz.** Se centra en aspectos asociados al desarrollo de las capacidades físicas y motrices, a la regulación de la práctica de actividad física y los sistemas de obtención de energía.
- **Bloque 3. Juegos y deportes.** Se convierte en un instrumento adecuado para desarrollar capacidades y habilidades propias de la materia. Se trabajarán tanto juegos populares como juegos predeportivos y alternativos así como los deportes más desarrollados en nuestra sociedad y otros menos arraigados. Se favorecerá la motivación, el trabajo en equipo y la solidaridad del alumnado.
- **Bloque 4. Expresión corporal.** Desarrollan la comunicación y la expresión creativa y artística a través del cuerpo y la expresión y la regulación de emociones y sentimientos.
- **Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural** se orienta hacia la interacción del alumnado con el medio natural y urbano, valorando los beneficios positivos del uso, la integración de estos en su vida cotidiana y la necesidad de su conservación.

A continuación, presentamos la concreción de estos bloques para este curso, así como las evidencias acerca de dónde quedarán trabajados en nuestras unidades didácticas:

Bloque 1: Salud y calidad de vida	Evidencias en las Unidades Didácticas
--	--



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 29 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

1.1. La alimentación y la salud.	UD.1 Cómo cuidar nuestra condición física. Pág. 10. UD.2 Tu salud en tus manos. Pág.45 UD.4 Tu salud en tus manos. Pág. 87.
1.2. Características de las actividades físicas saludables.	UD.1 La Flexibilidad y los estiramientos. Pág. 16. La Resistencia. Pág. 18. UD.2 Tu salud en tus manos. Pág. 45 UD.3 Características del deporte individual, Pág. 58 UD.4 Tu salud en tus manos. Pág. 87. UD.6 Tu salud en tus manos. Pág.123.
1.3. La higiene personal en la práctica de actividades físico. Fundamentos de higiene postural.	UD.1 Las Posturas corporales. Pág. 20. Fortalecimiento de la musculatura de sostén. Pág. 22. UD.2 Actividades. Pág. 38
1.4. Técnicas básicas de respiración y relajación.	UD.1 Tu salud en tus manos. Pág.27
1.5. La estructura de una sesión de actividad físico.	UD.1 El Calentamiento, fundamento de la actividad. Pág. 12. UD.2 Tu salud en tus manos. Pág. 45.
1.6. El calentamiento general y la fase final de la sesión de actividad físico. Generalidades.	UD.1 El Calentamiento, fundamento de la actividad. Pág. 12. UD.2 Tu salud en tus manos de la pág. 45. UD.4 Propuestas metodológicas del cuaderno del profesor. Págs. 60 y 63.
1.7. Actitudes y estilos de vida activos relacionados con el ocio.	UD.1 Tu salud en tus manos. Pág. 27 UD.2 Reflexión final. Pág. 46. Tu trabajo autónomo. UD.3 Tu salud en tus manos, Pág. 65 UD.4 Reflexión final. Pág. 87. Tu trabajo autónomo. UD.5 Tu trabajo autónomo, Pág. 104



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 30 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

<p>1.8. Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana.</p>	<p>UD.1 Lectura comentada del texto. Empezar-Aprender. Pág. 28.</p> <p>UD.2 Reflexión final. Pág. 46. Tu trabajo autónomo.</p> <p>UD.4 Reflexión final. Pág. 87 Tu trabajo autónomo.</p> <p>UD.5 Los juegos de siempre. Pág. 102.</p>
<p>1.9. Las normas de clase de Educación Física. Vestimenta, higiene, hidratación, etc.</p>	<p>UD.5 Apartado Como vamos a trabajar. Pág. 78. Sugerencias metodológicas del profesor.</p>
<p>1.10. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, vídeo, audio, web etc.)</p>	<p>UD.1 En la red. Págs. 10, 12, 16, 18, 20.</p> <p>UD.2 En la red. Págs. 32, 36 y 42</p> <p>UD.3 En la red. Págs. 48, 50, 54, 56, 58 y 60,</p> <p>UD.5 En la Red. Págs. 90, 92 Tu Trabajo autónomo pág. 104,</p>

Bloque 2. Condición física y motrices	Evidencias en las Unidades Didácticas
<p>2.1. Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices.</p>	<p>UD.1 La Condición física. Pág. 10.</p> <p>UD.2 Coordinación, equilibrio y Agilidad. Pág. 30.</p> <p>UD.3 Las Capacidades físicas en los deportes individuales, Pág. 58.</p> <p>UD.4 Las Capacidades Físicas y la práctica deportiva. Pág.68 Jugamos a saber. Pág. 68</p>
<p>2.2. Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.</p>	<p>UD.1 La Condición física. Pág. 10. Aprender en la red. Pág. 10.</p> <p>UD.2 Explora tus posibilidades. Pág. 31.</p>
<p>2.3. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria.</p>	<p>UD.1 Tu salud en tus manos. Pág. 27. Deportes alternativos. Pág. 19.</p>



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 31 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

2.4. Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices.	UD.1 Actividades. Págs. 11 y 19. UD.2 Actividades. Págs. 31, 33- 43. UD.4 Actividades. Págs. 69, 71, 72 y 73. UD.5 Actividades. Págs. 91,
2.5. Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.	UD.2 Actividades. Págs.. 36 -39 UD.3 Sugerencias metodológicas. Pág. 58. UD.4 Actividades. Págs. 69, 71, 72 y 73.

Bloque 3. Juegos y deportes	Evidencias en las Unidades Didácticas
3.1. Fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas individuales. Gimnasia artística.	UD.2 Actividades. Págs. 37, 38, 39 y 43 Jugamos a saber. Págs. 30, 37 y 40. UD.3 Deporte individual; Bádminton. Págs. 58 y 60. UD.5 Materiales, construcciones y medidas de seguridad. Pág. 92. UD.6 El espacio y el tiempo. Págs.. 114 y 118.
3.2. Las fases de ejecución de los movimientos implicados en el modelo técnico.	UD.3 Tareas. Págs. 61-63. UD.4 Las técnicas de cada deporte. Pág. 74 (Baloncesto) Pág. 78 (Voleibol) y Pág. 82 (Futbol reducido)
3.3. Equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc.	UD.2 Actividades. Págs. 36, 37-43. UD.6 Actividad 2 y 3. Pág. 107. Actividad 5. Pág. 108.
3.4. Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición.	UD.1 3x3 en baloncesto. Pág. 11.
3.5. Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc.	UD.1 3x3 en baloncesto. Pág. 11. UD.2 Tarea d) Mareo en tríos. Págs.35. UD.4 Tarea 1. Pág. 69.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 32 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

3.6. Juegos predeportivos.	UD.3 Actividades. Págs. 48 y 49 UD.4 Tarea 1. Pág. 69.
3.7. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición.	UD.3 Explicación del Bádminton en dobles. Pág. 63.
3.8. Objetivos del juego en ataque y defensa.	UD.3 Actividades. Págs.. 48 y 49 UD.4 Baloncesto. Pág. 74, Voleibol. Pág. 78 y Fútbol reducido. Pág. 82.
3.9. Juegos alternativos, hockey escolar, ultimate, rugby escolar, etc.	UD.1 Deportes Alternativos. Pág. 19. UD.3 Juegos. Págs. 51-53.
3.10. La tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas.	UD.1 Tu salud en tus manos. Pág. 27. UD.2 Los juegos colaborativos. Págs. 37, 38 y 39. UD.3 Actividades. Págs.. 49, 51 y 52. Trabajo autónomo. Pág. 66. UD.4 Actividades. Pág. 72- 80. UD.5 Actividad 1. Pág. 91
3.11. El trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. Los retos cooperativos.	UD.1 Educación en valores. Pág. 27 de la Propuesta Didáctica. UD.2 Actividades. Págs. 38, 39 y 43. UD.3 Actividades. Págs. 49, 51 y 52 UD.4 Tarea 1. Pág. 69 Tu trabajo autónomo. Pág. 88 UD.5 Actividad 3. Pág. 91. UD.6 Actividad 2. Pág. 107. Actividad 7. Pág. 108.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 33 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

<p>3.12. La actividad física y la corporalidad en el contexto social.</p>	<p>UD.2 Reflexión. Pág. 40. Sugerencias metodológicas. UD.3 Buscar en la red y Jugamos a saber. Pág. 54. UD.4 Tu salud en tus manos. Pág.87. UD.6 El Cuerpo como medio de expresión. Pág. 106. El lenguaje corporal. Pág. 110.</p>
<p>3.13. Los juegos populares y tradicionales de Andalucía</p>	<p>UD.1 La Cultura del movimiento. Pág. 26. UD.2 Los juegos de siempre. El Marro. Pág.44. UD.3 Actividades. Págs.. 54 y 55. UD.4 Actividades. Pág. 86. UD.5 La cultura del movimiento. Pág. 102 UD.6 La Cultura del movimiento. Pág. 122</p>
<p>3.14 Familiarización con el medio acuático</p>	<p>UD.4 Tu salud en tus manos UD.7</p>

Bloque 4. Expresión corporal	Evidencias en las Unidades Didácticas
<p>4.1. Técnicas de expresión corporal (espacio, tiempo e intensidad).</p>	<p>UD.4 Los desplazamientos. Pág.70. UD.6 El Espacio expresivo. Pág. 114. El Tiempo y el ritmo. Pág. 118.</p>
<p>4.2. La postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión.</p>	<p>UD.1 Las posturas corporales. Págs. 20 y 21. UD.6 El Lenguaje corporal. Pág. 110.</p>
<p>4.3. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión.</p>	<p>UD.3 Tipos de juegos populares. Pág. 54. UD.4 Practica el Voleibol. Pág. 79. UD.6 Actividades. Págs. 106-109 y 111-115</p>

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 34 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

4.4. El ritmo como elemento fundamental del movimiento.	UD.6 El Tiempo y el ritmo. Pág. 118. Actividades. Pág. 119.
4.5. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.	UD.1 Actividades. Pág. 19. UD.2 Actividad 1. Saltar con la Cuerda. Pág. 33. UD.4 Concurso de toques. Pág. 83. UD.6 Actividades. Págs. 120 y 121.

Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural	Evidencias en las Unidades Didácticas
5.1. Técnicas de progresión en entornos no estables.	UD.1 Actividades. Pág. 19. UD.5 Clasificación de las actividades. Pág. 90.
5.2. Senderismo, descripción, tipos de senderos, material y vestimenta necesaria. Marcha nórdica, trepas y juegos de trepa, etc.	UD.2 Actividades. Págs. 42 y 43. UD.5 Materiales. Pág. 92. Los nudos. Pág. 96 y 97.
5.3. Espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo.	UD.5 Los espacios de realización de las actividades. Pág. 90.
5.4. Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc.	UD.3 El placer de jugar. Pág. 65. UD.4 Los juegos de siempre. Pág. 86. UD.5. Trazado de pistas. Pág. 98.
5.5. Respeto al medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades recreativas.	UD.3 Educación en valores. Pág. 48. UD.5 Fabricar un hornillo. pág. 94.

Los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje de cada una de las materias de la etapa son uno de los referentes fundamentales de la evaluación. Se convierten de este modo en el referente específico para evaluar el aprendizaje del alumnado. Describen aquello que se quiere valorar y que el alumnado debe de lograr, tanto en conocimientos como en competencias clave. Responden a lo que se pretende conseguir en cada materia.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 35 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

En su presentación, asociamos los criterios de evaluación a los estándares de aprendizaje para este curso, desde donde podemos observar las competencias clave a las que se contribuye así como las evidencias para lograrlos.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURSO	Competencias clave a las que contribuye	REFERENCIAS EN LAS QUE SE PROPONEN, ACTIVIDADES Y TAREAS PARA SU EVALUACIÓN
----------------------------------	--	--	--



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 36 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURSO	Competencias clave a las que contribuye	REFERENCIAS EN LAS QUE SE PROPONEN, ACTIVIDADES Y TAREAS PARA SU EVALUACIÓN
<p>EA.1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>EA.1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>EA.1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>EA.1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</p> <p>EA.1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p>	<p>CE.1. Aplicar los fundamentos técnico-tácticos o habilidades motrices específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, para resolver con éxito situaciones motrices individuales adaptadas.</p>	<p>CMC T CAA CSC SIEP</p>	<p>UD.3 Actividades. Págs. 58 y 59. Actividades de Bádmlnton. Págs. 61- 63.</p> <p>UD.4 Actividades. Págs. 74, 78 y 82.</p>



PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO

CURSO 21-22
Página 37 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURSO	Competencias clave a las que contribuye	REFERENCIAS EN LAS QUE SE PROPONEN, ACTIVIDADES Y TAREAS PARA SU EVALUACIÓN
<p>EA.2.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>EA.2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>EA.2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>EA.2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>	<p>CE.2. Interpretar y reproducir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.</p>	<p>CCL CAA CSC SIEP CEC</p>	<p>UD.6 Actividades de la unidad, págs.. 106-121.</p>



PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO

CURSO 21-22
Página 38 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURSO	Competencias clave a las que contribuye	REFERENCIAS EN LAS QUE SE PROPONEN, ACTIVIDADES Y TAREAS PARA SU EVALUACIÓN
<p>EA.3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>EA.3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>EA.3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>EA.3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>	<p>CE.3. Aplicar con éxito los principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición en situaciones reducidas, en función de los objetivos del juego en ataque y en defensa.</p>	<p>CMC T CAA CSC SIEP</p>	<p>UD.3 Practicar el deporte individual del Bádminon. Págs. 61-63.</p> <p>UD.4 Actividades de las págs. 74, 78 y 82.</p>



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 39 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURSO	Competencias clave a las que contribuye	REFERENCIAS EN LAS QUE SE PROPONEN, ACTIVIDADES Y TAREAS PARA SU EVALUACIÓN
<p>EA.4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>EA.4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>EA.4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</p> <p>EA.4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>EA.4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>EA.4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas</p>	<p>CE.4. Conocer el concepto y clasificación de las capacidades físicas motrices, reconocer la frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria como indicadores de la intensidad de la actividad físico-deportiva, y relacionar la salud con la alimentación, la higiene personal,...</p>	<p>CMC T CAA</p>	<p>UD.1 En la Red. Págs. 10 y 18. Actividades evaluativas Págs. 10, 11, 18 y 19. Emprender-Aprender: Tu trabajo autónomo. Pág. 28.</p> <p>UD.2 <i>En la red.</i> Págs. 30, 32, 36 y 38. <i>Jugamos a saber.</i> Págs. 30, 37 y 40.</p> <p>UD.4 Actividades. Págs. 68 y 69.</p> <p>UD.5 Detallar las actividades que aparecen en las fotografías. Pág. 93.</p>



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 40 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURSO	Competencias clave a las que contribuye	REFERENCIAS EN LAS QUE SE PROPONEN, ACTIVIDADES Y TAREAS PARA SU EVALUACIÓN
<p>EA.5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>EA.5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>EA.5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>EA.5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>	<p>CE.5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices, relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.</p>	<p>CMC T CAA</p>	<p>UD.1 Actividades evaluativas Pág. 19, 21 y 23.</p> <p>UD.2 Ejercicios y actividades. Págs. 31, 33-43.</p> <p>UD.4 Actividades. Págs. 69, 72 y 76.</p> <p>UD.5 Tu salud en tus manos. Actividades en la naturaleza. Pág. 103.</p>



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 41 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURSO	Competencias clave a las que contribuye	REFERENCIAS EN LAS QUE SE PROPONEN, ACTIVIDADES Y TAREAS PARA SU EVALUACIÓN
<p>EA.6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>EA.6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>EA.6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>	<p>CE.6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.</p>	<p>CMC T CAA CSC</p>	<p>UD.1 Actividades evaluativas. Págs. 12, 13, 14 y 15.</p> <p>UD.2 Actividades. Págs. 36 y 37.</p>
<p>EA.7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>EA.7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>EA.7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>	<p>CE.7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como forma de inclusión social, participando en la resolución de retos cooperativos, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	<p>CAA CSC SIEP</p>	<p>UD.3 Practicar las actividades. Págs. 49, 51 y 52.</p> <p>UD.4 Actividades. Págs. 72-80.</p> <p>UD.5 Actividades. Págs. 91, 92 y 93</p> <p>UD.6 Actividades. Págs. 106-121.</p>



PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO

CURSO 21-22
Página 42 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURSO	Competencias clave a las que contribuye	REFERENCIAS EN LAS QUE SE PROPONEN, ACTIVIDADES Y TAREAS PARA SU EVALUACIÓN
<p>EA.8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>EA.8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas</p> <p>EA.8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.</p>	<p>CE.8. Conocer y utilizar espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo, en los que practicar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.</p>	<p>CMC T CAA CSC</p>	<p>UD.5 Tu salud en tus manos. Actividades en la naturaleza. Pág. 103.</p>



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 43 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURSO	Competencias clave a las que contribuye	REFERENCIAS EN LAS QUE SE PROPONEN, ACTIVIDADES Y TAREAS PARA SU EVALUACIÓN
<p>EA.9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p> <p>EA.9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.</p> <p>EA.9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>	<p>CE.9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de la clase de Educación Física.</p>	<p>CCL CSC</p>	<p>UD.5 Aprender los nudos que deberán sujetarnos en la escalada. Págs. 96 y 97.</p>



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 44 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURSO	Competencias clave a las que contribuye	REFERENCIAS EN LAS QUE SE PROPONEN, ACTIVIDADES Y TAREAS PARA SU EVALUACIÓN
<p>EA.10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p> <p>EA.10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>	<p>CE.10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar y seleccionar información, elaborando y compartiendo documentos y/o archivos propios.</p>	CCL CD CAA	<p>UD.1 Actividades de Buscar en la red págs. 10, 12, 16, 18 y 20.</p> <p>UD.2 <i>En la red.</i> Págs. 30, 32, 36 y 38. <i>Jugamos a saber.</i> Págs. 30, 37, 40 Emprender-Aprender. Págs. 46.</p> <p>UD.4 Buscar en la Red de las págs. 68, 70, 74, 78 y 82</p> <p>UD.5 "Jugamos a saber". Págs. 90 y 92.</p> <p>UD.6 En la red. Págs.106, 110, 114 y 118. "Jugamos a saber". Págs. 109, 113, 117, 121.</p>
<p>CE.11. Participar en las actividades físico-deportivas en el medio natural propuestas, aplicando técnicas de progresión en entornos no estables.</p>		CMC T CAA CSC SIEP	<p>UD.5 Tareas y ejercicios. Págs. 91 y 95.</p>
<p>CE.12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.</p>		CCL CD CAA CSC CEC	<p>UD.3 Actividades. Págs. 52, 53 y 55.</p>



PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO

CURSO 21-22
Página 45 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURSO	Competencias clave a las que contribuye	REFERENCIAS EN LAS QUE SE PROPONEN, ACTIVIDADES Y TAREAS PARA SU EVALUACIÓN
CE.13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.		CCL CD CAA	UD.3 <i>Tu Trabajo Autónomo.</i> Pág. 66. UD.4 Actividad 3. Pág. 82. UD.5 <i>Tu trabajo autónomo.</i> Pág. 104. UD.6 <i>Tu trabajo autónomo.</i> Pág. 124.

8. Concrección curricular en el aula

8.1 Temporalización

1º Trimestre: Tema 1 y 2

2º Trimestre: Tema 3 y 4

3º Trimestre: Tema 5 y 6

Durante los trimestres se realizarán juegos y deportes colectivos e individuales.

8.2 Recursos

Los materiales y recursos didácticos son herramientas fundamentales que facilitan el aprendizaje del alumnado. En esta materia se dispondrá de un gran abanico de materiales y recursos que se utilizarán en función de múltiples variables como el tiempo disponible, la dinámica de la clase, la motivación del alumnado por la temática tratada, la interacción entre el alumnado, etc. Entre dichos materiales y recursos contaremos con:

Recursos impresos	- Libro del alumnado.
--------------------------	-----------------------



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 46 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

s		
Recurso s digitales	Libro digital	Libro digital del profesorado con recursos digitales para cada unidad (vídeos, presentaciones, actividades interactivas, juegos, infografías...).
	Programación , propuesta didáctica y documentación del proyecto	Diferentes documentos que sirven de guía y orientación al profesorado entre los que podemos contar con: <ul style="list-style-type: none"> • Las claves o elementos que podemos encontrar a lo largo de toda la materia: compromisos ODS, el plan lingüístico, estrategias para el desarrollo del pensamiento y el aprendizaje cooperativo, la educación emocional, la cultura emprendedora, las TIC y las TAC, etc. • La programación didáctica de la materia y su concreción en cada una de las unidades didácticas o de trabajo que se desarrollarán a lo largo del curso.
	Diversidad e inclusión	Para favorecer la atención a la diversidad y la inclusión se dispone de variedad de documentos para adecuarse a los diferentes ritmos, motivaciones, intereses y estilos de aprendizaje del alumnado, entre los que podemos destacar: <ul style="list-style-type: none"> • Guía de explotación de recursos para la diversidad y la inclusión. • Recursos teóricos para la adaptación curricular. • Fichas de ejercitación. • Fichas de profundización y para el desarrollo de competencias.
	Evaluación	<ul style="list-style-type: none"> • Variedad de documentos que sirven para el proceso de evaluación como: Rúbricas, portafolios fichas de evaluación, instrumentos para la Autoevaluación y la práctica docente, ... • Registros de evaluación, tanto individuales como de grupo (analógico y digital), que nos ayudan en el proceso de una evaluación competencial de la materia, teniendo como referentes fundamentales los criterios de evaluación, los estándares de aprendizaje evaluables y las competencias clave. • Generador de pruebas de evaluación y ejercitación.
	Recursos digitales	<ul style="list-style-type: none"> • Son recursos web que permiten al alumnado reforzar o ampliar los contenidos de la unidad accediendo a diferentes y atractivos recursos digitales (pautas, orientaciones recomendaciones, ejercicios prácticos alternativos, tablas de referencia, enlaces a sitios web, plantillas a imprimir para la realización de actividades).

El propio libro del alumnado supone en sí un banco de recursos donde podemos encontrar para cada unidad:



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 47 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

- Apertura de la unidad con: una **imagen y un breve texto motivador** que introduce aspectos sobre el cuerpo y el movimiento, tres breves frases que resumen e indican lo que vamos a conocer, lo que vamos a aprender y lo que vamos a practicar y, por último, actividades para reflexionar y debatir sobre el contenido a tratar.
- Numerosas **fotografías, gráficos, ilustraciones y esquemas aclaratorios** que facilitan y refuerzan el aprendizaje de los contenidos expuestos.
- En el desarrollo de cada unidad, acompaña a los aspectos teóricos actividades diversas de **asimilación, consolidación y fomentando de la curiosidad para investigar y para poner en práctica.**
- **Juegos de siempre**, donde se incluye un juego tradicional de persecución en equipo con una breve descripción para ponerlo en práctica.
- **Vida saludable**, que ofrece algunas reflexiones y recomendaciones para una adecuada educación en la salud y la calidad de vida.
- **En clave deportiva**, con un texto sobre la responsabilidad de cuidar nuestro cuerpo, acompañado de una propuesta de actividades para comprender, pensar, investigar y poner en práctica. Se termina con un apartado de **autoevaluación** donde al alumnado podrá testar su grado de conocimiento adquirido en base a lo trabajado en la unidad.

Además de ello, a modo de ejemplo, señalaremos algunos de los recursos más significativos en cada una de las unidades didácticas:

TEMA 1	Cuerdas de combas, esterillas para estiramientos, Balones específicos del deporte escogido para que el alumno compruebe que realizando ese deporte su cuerpo está trabajando la resistencia.
TEMA 2	Cuerdas de combas, Bancos suecos, pelotas de baloncesto y de fútbol para la coordinación óculo-manual y la óculo-pédica, aros, espalderas, cuerdas sujetas al techo.
TEMA 3	Balones diversos, (pelotas de goma medianas, pelotas de petanca, balones de fútbol....) cuerdas, aros, palas y pelota de palas, raquetas de bádminton y volantes, red o cuerda para imitar una red (incluso una baliza de señalización de plástico puede servir de red)
TEMA 4	Balones específicos de los tres deportes que vamos a introducir, Baloncesto, Voleibol y Fútbol reducido. Canastas para baloncesto mínimo, Red de voleibol con soportes (aunque se puede hacer con medios alternativos) Porterías de Fútbol sala, conos pequeños para señalizaciones en el suelo y juegos de petos para mejor visualización del que es compañero diferenciándolo del que es rival.
TEMA 5	Mapas, Brújula, Cuerdas, Lona, Mochilas, Todo lo necesario para realizar una acampada, Tiendas de campaña para aprender a montarlas, Todo lo necesario para ir a la piscina y hacer juegos de agua como mínimo.

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 48 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		


TEMA 6	Equipo de música, pañuelos para tapar los ojos y mejorar las sensaciones, Muchos periódicos viejos, cuerdas o hilos...
------------------	--

8.3 Actividades complementarias

Las actividades complementarias y extraescolares contribuyen al desarrollo del currículo, mejoran la formación del alumnado, favorecen la participación de la comunidad educativa, y desarrollan valores relacionados con la socialización, la participación, la cooperación y el respeto, entre otros; además de colaborar estrechamente en la consecución por parte del alumnado de las Finalidades Educativas. Las actividades complementarias son *“aquellas actividades organizadas por los centros durante el horario escolar, de acuerdo con su proyecto curricular, teniendo un carácter diferenciado de las propiamente lectivas por el momento, espacios o recursos que utilizan”*; las actividades extraescolares son *“aquellas actividades encaminadas a potenciar la apertura del centro a su entorno y procurar la formación integral del*

alumnado en aspectos referidos a la ampliación de su horizonte cultural, la preparación para su inserción en la sociedad o el uso del tiempo libre; realizándose fuera del horario lectivo, con carácter voluntario, y, en ningún caso, formando parte del proceso de evaluación por el que pasa el alumnado para la superación de las distintas áreas curriculares”.

- Además de las actividades organizadas desde la tutoría para realizarse a lo largo del curso, dentro del ámbito de la Educación Física, durante este curso escolar **2021/2022**, se han planificado las siguientes actividades complementarias (sin menoscabo de poder añadir alguna otra durante el desarrollo del curso porque así se estime oportuno o se presente la oportunidad):
- **Organización por trimestre de unas olimpiadas deportivas. Durante el curso se concretarán el tipo de actividad a realizar, cuándo y dónde.**
- **Primer trimestre: Pruebas atléticas y/o juegos**
- **Segundo trimestre: Deportes colectivos y/o juegos**
- **Tercer trimestre: Todo tipo de deportes y/o juegos.**
- **Se planteará la posibilidad de ir a un gimnasio y/o piscina para realizar actividades deportivas.**
- **Se planteará partidos deportivos en nuestro colegio y en otros colegios.**
- **Se planteará la posibilidad de ir al parque para realizar actividades deportivas y/o culturales.**
- **Se planteará la posibilidad de realizar actividades de singing and dancing.**

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 49 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

- ***Se planteará un teatro / musical dentro del bloque de contenidos de expresión corporal para que asistan todos los padres.***

ACTIVIDADES EN LAS QUE EL ALUMNADO DEBERÁ LEER, ESCRIBIR Y EXPRESARSE DE FORMA ORAL

Las actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura y la capacidad de expresarse correctamente en público no se pueden limitar su actuación al aula o ni tan siquiera al centro educativo. Es necesario que la intervención educativa trascienda las paredes y los muros para permitir que el alumnado desarrolle su competencia en comunicación lingüística en relación con y gracias a su entorno. Desde la metodología planteada este tipo de actividades pueden estar inmersas tanto en actividades cotidianas del aula como en actividades específicas, entre las que podríamos citar:

a) Interés y el hábito de la lectura:

- Lectura de instrucciones escritas para realización de actividades.
- Lecturas relacionadas con las distintas temáticas o contenidos de la materia y la temporalización prevista.
- Lecturas recomendadas: divulgativas, biografías, etc.
- A partir de la lectura del enunciado de las actividades a desarrollar, obtener la idea principal y comentar la cuestión que se propone de la cuestión principal, para poder dar la respuesta adecuada; esto es particularmente importante en lectura de los enunciados de los ejercicios escritos.
- A partir de la lectura de un texto determinado, comentar el título, la imagen, el gráfico, etc. que tenga, comentarlo, debatir sobre el mismo, extraer conclusiones, elaborar alternativas a lo que se expone, diferenciar hechos de opiniones y suposiciones, etc.
- Fomento la valoración crítica de los mensajes tanto escritos como de los medios de comunicación o de las TIC, se convierten en un punto de partida para la lectura sobre una determinada temática, lo que puede contribuir a estimular el hábito por la lectura.

b) Expresión escrita:

- Escribir cualquier tipo de texto correctamente (trabajo de clase, carta comercial, solicitud de trabajo, reclamación, trabajo de clase...) siendo conscientes de la importancia de los componentes formales y normativos de la lengua escrita, acostumbrándose a consultar diccionarios o correctores de los procesadores de textos para contrastar el significado o la ortografía de las palabras, etc.
- De igual modo, en la composición de cualquier tipo de texto se debe cuidar la presentación, las normas gramaticales, organizando convenientemente las ideas y su estructura mediante la confección de borradores o esquemas, y haciendo un buen uso de los signos de puntuación y otras formas lingüísticas.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 50 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

- Escribir diversos tipos de textos – formularios, currículum, instancias, cartas, informes, carteles, mensajes electrónicos...–, atendiendo a sus características lingüísticas, tanto de contenido como de formato.
- Desarrollar el gusto por la escritura fomentando su creatividad y su emprendimiento, orientándolos en la toma notas, planificación del trabajo estudio de la conveniencia de insertar imágenes, gráficos, dibujos, etc. para expresar sus ideas y sentimientos de forma creativa y original.

c) Expresión oral:

- Exposición de temas ante el grupo, con o sin apoyo de imágenes u otras herramientas (PPT, esquemas, etc.), de los aprendizajes del tema o de producciones realizadas personalmente o en grupo, sobre alguno de los temas de clase.
- Debate constructivo, respetando y aceptando las opiniones de los demás, como respuesta a preguntas concretas o a cuestiones más generales, como pueden ser: “¿Qué sabéis sobre...?”, “¿Qué opináis sobre...?”, “¿Qué haríais si...?”, “¿Qué haríais en caso de ...?”, etc.
- Debates o discusiones razonadas sobre cuestiones relacionados con temas de aprendizaje de la materia.
- Comunicar oralmente lo que han entendido, sobre los contenidos trabajados sobre algún tema de la materia.
- Interacciones orales en trabajo por parejas, en pequeño grupo o ante todo el grupo clase, fruto del aprendizaje cooperativo.

d) Combinación de destrezas

- Practicar la lectura en voz alta, leyendo, en las sesiones de clase, la parte correspondiente a los contenidos a tratar en esa sesión (del libro de texto o cualquier otro documento usado como recurso), instando al alumno a expresar o comentar con sus palabras, tanto oral como por escrito, el texto leído.
- Realización de tareas de investigación en las que sea imprescindible leer documentos de distinto tipo y soporte y exponerlas, tanto oral como por escrito, posteriormente.
- Uso sistemático del debate sobre distintos aspectos tanto a nivel de pequeño grupo como a nivel del grupo-clase. El hecho de comunicar y defender con argumentos, datos, ideas y opiniones, respetando en todo momento la visión del contrario, con una visión crítica de las distintas situaciones analizadas, les ayudará, a fomentar el uso del lenguaje, tanto verbal como escrito, si finalmente redactan las conclusiones de dicho debate. Del mismo modo la preparación para estos debates supone un gran fomento de la lectura si les orientamos o sugerimos distintas fuentes en las que se trata el tema objeto de debate y se documentan para ello.
- Uso de la biblioteca y de las TIC para contribuir a que el alumnado profundice e investigue a través de libros, documentos, audiciones, vídeos, etc., complementarios al libro de texto. Esto supondrá una mejora de la comprensión lectora, a partir de actividades individuales y grupales, fomentando la reflexión como punto de partida de cualquier lectura, así como la mejora de la comprensión y expresión oral a partir del desarrollo



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 51 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

de la escucha activa y de exposiciones de los trabajos, actividades y tareas que realicen, tanto oral como por escrito.

Como podemos comprobar, desde esta materia podemos favorecer que el alumnado se interese por la lectura y busque en los libros la forma de profundizar e indagar sobre los distintos aspectos que se tratan en cada una de las unidades didácticas. Implicar al alumnado en la adquisición de una lectura activa y voluntaria, que le permita el conocimiento, la comprensión, la crítica del texto y el intercambio de experiencias e inquietudes, será clave para estimular el interés por la lectura y el fomento de la expresión oral. El uso de la expresión oral se trabajará en múltiples actividades que requieran para su realización de destrezas y habilidades que el alumnado tendrá que aplicar: exposiciones, debates, técnicas de trabajo cooperativo, realización de informes u otro tipo de textos escritos con una clara función comunicativa.

Además, en función de la temática de cada unidad didáctica utilizaremos tipologías de textos diferentes (científicos, expositivos, descriptivos y textos discontinuos a partir de la interpretación de tablas, datos, gráficas o estadísticas). Para la mejora de la fluidez de los textos continuos y la comprensión lectora se debe fomentar el tiempo de lectura individual y colectiva, desarrollando estrategias a partir de preguntas que pongan en juego diferentes procesos cognitivos: localizar y obtener información, conocer y reproducir, aplicar y analizar interpretar e inferir y razonar y reflexionar.

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 52 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

En cada unidad didáctica destacan algunas propuestas que contribuyen a que el alumnado **lea y se exprese de forma oral y escrita:**

(LE) Lectura / (EO) Expresión Oral / (EE) Expresión Escrita

TEMA 1	LE: En clave deportiva. Combatir el sedentarismo. Pág. 24. EO: Comprende, piensa, investiga.... Pág. 13. EE: Comprende, piensa, investiga....Actividad 4. Pág. 24.
TEMA 2	LE: En clave deportiva. La Responsabilidad de cuidar tu cuerpo. Pág. 38. EO: Comprende, piensa, investiga.... Pág. 28. EE: Comprende, piensa, investiga.... Pág. 30
TEMA 3	LE: En clave deportiva. Aprender a respetar y colaborar jugando. Pág. 56. EO: Comprende, piensa, investiga.... Pág. 44. EE: Comprende, piensa, investiga.... Pág. 46.
TEMA 4	LE: En clave deportiva. Los deportes colectivos proporcionan salud y amistad. Pág. 72 EO: Comprende, piensa, investiga.... Pág. 68. EE: Comprende, piensa, investiga.... Pág. 83.
TEMA 5	LE: En clave deportiva. Actividades en la naturaleza...Pág. 86 EO: Comprende, piensa, investiga.... Pág. 80. EE: Comprende, piensa, investiga.... Pág. 83.
TEMA 6	LE: T En clave deportiva. Expresividad y desarrollo personal. Pág. 100. EO: Comprende, piensa, investiga.... Pág. 90. EE: T Comprende, piensa, investiga.... Pág. 92.

El tratamiento de estas propuestas han de implementarse de manera coordinada y planificada por el resto del profesorado de este nivel educativo, dándole un tratamiento transversal a estas competencias comunicativas. En este sentido el alumnado irá adquiriendo las siguientes habilidades y destrezas:

- Planificar: Elaborando y seleccionando las ideas que se van a transmitir adaptadas a la finalidad y la situación.
- Coherencia: Expresando ideas claras, comprensibles y completas, sin repeticiones ni datos irrelevantes, con una estructura y un sentido global.
- Cohesión: Utilizando el vocabulario con precisión.
- Adecuación: Adaptando el texto a la situación comunicativa y a la finalidad
- Creatividad: Capacidad de imaginar y crear ideas y situaciones
- Presentación (expresión escrita): Presentando los textos escritos con limpieza, letra clara, sin tachones y con márgenes.
- Fluidez (expresión oral): Expresándose oralmente con facilidad y espontaneidad. Demostrando agilidad mental en el discurso oral. Usando adecuadamente la pronunciación, el ritmo y la entonación
- Aspectos no lingüísticos (expresión oral): Usando un volumen adecuado al auditorio. Pronunciando claramente las palabras para que los demás puedan oír y distinguir el mensaje (articulación adecuada). Usando adecuadamente la gestualidad y mirada, en consonancia con el mensaje y el auditorio.
- Revisión: Reflexionando sobre las producciones realizadas. Realización de juicios críticos sobre sus propios escritos.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 53 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 54 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

**PROPUESTA DE TRABAJOS MONOGRÁFICOS INTERDISCIPLINARES U
OTROS
DE NATURALEZA ANÁLOGA QUE IMPLICAN A VARIOS
DEPARTAMENTOS
DE COORDINACIÓN DIDÁCTICA**

La interdisciplinariedad ayuda a los alumnos y alumnas a integrar conceptos, teorías, métodos y herramientas de dos o más materias. Con ello consiguen profundizar en la comprensión de temas complejos, se preparan mejor para resolver problemas, crear productos o formular preguntas, pues no se limitan a la visión parcial de una sola materia.

Las razones que nos llevan a ofrecer a nuestro alumnado una educación interdisciplinar son múltiples y variadas. Entre ellas destaca la urgencia de anticipar futuras necesidades ante el cambiante entorno social, laboral y profesional. Estos cambios continuos dibujan un horizonte en el que será necesario que los futuros ciudadanos y ciudadanas, dentro y fuera de su ámbito profesional, sean capaces de comprender y de abordar nuevos problemas, emplear un pensamiento especializado de manera flexible y comunicarse eficazmente.

Para poder enfrentarse con éxito a la sociedad del conocimiento y a los vertiginosos avances científicos y tecnológicos del siglo XXI, nuestros estudiantes han de comprender cómo se construye el conocimiento, como las disciplinas se complementan unas con otras, y han de adquirir destrezas transversales que integren y refuercen los aprendizajes profundos de lo que acontece y puede acontecer para afrontar los desafíos del porvenir: cambio climático, los conflictos éticos derivados del avance científico, la interculturalidad, la relación de la política con la vida cotidiana...

Los alumnos y las alumnas deben aprender a resolver poco a poco problemas cada vez más complejos, que requerirán la visión y la complementación interdisciplinar. En la programación didáctica y su concreción en unidades didácticas estos aprendizajes complejos se evidencian en actividades y tareas competenciales.

El carácter integrador del currículo requiere una cooperación efectiva de la Educación Física con otras materias, destacando por ejemplo su relación con la Biología y Geología, Lengua Castellana y Literatura, Geografía e Historia, Música, Tecnología, etc. Esta cooperación se puede realizar potenciando los aprendizajes basados en proyectos donde, desde diferentes materias de forma interdisciplinar, se trabajen núcleos temáticos de interés para el alumnado permitiendo un aprendizaje integral. En este sentido las actividades complementarias y extraescolares tienen un protagonismo especial. La riqueza y diversidad del entorno natural de Andalucía, sierras, montañas, ríos, entornos costeros, parques, etc. ofrecen el escenario ideal para su desarrollo de esta materia. Además es esencial que el alumnado pueda conocer, disfrutar y aprender a conservar nuestros entornos, tanto urbanos como naturales. La Educación Física debe valorar y aprovechar, a su vez, la riqueza cultural de Andalucía, como las tradiciones andaluzas, los juegos populares y los bailes propios de Andalucía, así como reconocer las grandes figuras andaluzas a nivel deportivo y artístico-expresivo.

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 55 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

Para más detalle, ver material complementario en la Web del profesorado.

8.4 Evaluación

La evaluación en educación es entendida como *“proceso dinámico, continuo y sistemático enfocado hacia los cambios de conducta, para verificar los logros adquiridos en función de los objetivos propuestos. Regida por la sistematicidad, valorar las diferencias individuales, utilizar distintos medios y evitar el carácter castigador”*. En la actual legislación educativa es considerada una de las *acciones esenciales para garantizar la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje, destacando su carácter sistémico, continuo y formativo*.

8.4.1 Criterios calificación

- Se calificará dividiendo aritméticamente cada uno de los criterios de evaluación de cada tema.
- Para la sumatoria de la calificación final será necesario tener al menos un 5 en cada uno de los criterios.
- Dentro de cada criterio se elegirá un instrumento o mas para su evaluación.
- La calificación de la evaluación saldrá de la media aritmética de cada uno de los temas evaluados.
- La calificación final de la evaluación final del curso saldrá de la media aritmética de los temas evaluados.

8.4.2 Instrumentos de evaluación

La evaluación es un elemento fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje ya que nos permite conocer y valorar los diversos aspectos que nos encontramos en el proceso educativo. Desde esta perspectiva, la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado, entre sus características diremos que será:



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 56 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

- **Continua** por estar integrada en el propio proceso de enseñanza y aprendizaje y por tener en cuenta el progreso del alumnado durante el proceso educativo, con el fin de detectar las dificultades en el momento en el que se produzcan, averiguar sus causas y, en consecuencia, adoptar las medidas necesarias que le permitan continuar su proceso de aprendizaje.
- **Formativa** ya que propiciará la mejora constante del proceso de enseñanza- aprendizaje. Dicha evaluación aportará la información necesaria, al inicio de dicho proceso y durante su desarrollo, para adoptar las decisiones que mejor favorezcan la consecución de los objetivos educativos y la adquisición de las competencias clave, todo ello, teniendo en cuenta las características propias del alumnado y el contexto del centro docente.
- **Integradora** por tener en consideración la totalidad de los elementos que constituyen el currículo y la aportación de cada una de las materias a la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y el desarrollo de las competencias clave, si bien, su carácter integrador no impedirá que el profesorado realice de manera **diferenciada** la evaluación de cada materia en función de los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables que se vinculan con los mismos.
- **Criterial** por tomar como referentes los criterios de evaluación de las diferentes materias curriculares. Se centrará en el propio alumnado y estará encaminada a determinar lo que conoce (saber), lo que es capaz de hacer con lo que conoce (saber hacer) y su actitud ante lo que conoce (saber ser y estar) en relación con cada criterio de evaluación.
- La evaluación tendrá en cuenta el progreso del alumnado durante el proceso educativo y **se realizará conforme a criterios de plena objetividad**. Para ello se seguirán los criterios y mecanismos para garantizar dicha objetividad del proceso de evaluación establecidos en el proyecto educativo del centro.

PROCEDIMIENTO PARA LA EVALUACIÓN DEL ALUMNADO

Evaluación inicial

La evaluación inicial se realizará por el equipo docente del alumnado al inicio del curso escolar con el fin de conocer y valorar la situación inicial del alumnado en cuanto al grado de desarrollo de las competencias clave y al dominio de los contenidos de las distintas materias, así como la evolución educativa de cada alumno o alumna y, en su caso, las medidas educativas adoptadas con anterioridad. Tendrá en cuenta:

- el análisis del informe final de etapa del alumnado procedente de Educación Primaria para obtener información que facilite su integración en la nueva etapa.
- otros datos obtenidos por profesorado sobre el punto de partida desde el que el alumno o alumna inicia los nuevos aprendizajes.

Dicha evaluación inicial tendrá carácter orientador y será el punto de referencia del equipo docente para la toma de decisiones relativas al desarrollo del currículo por parte del equipo docente y para su adecuación a las características y conocimientos del alumnado.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 57 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

Como consecuencia del resultado de la evaluación inicial, adoptará las medidas pertinentes de atención a la diversidad para aquellos alumnos y alumnas que lo precisen.

Para ello, el profesorado realizará actividades diversas que activen en el alumnado los conocimientos y destrezas desarrollados con anterioridad, trabajando los aspectos fundamentales que el alumnado debería conocer hasta el momento. De igual modo se dispondrán actividades suficientes que permitan conocer realmente la situación inicial del alumnado del grupo en cuanto al grado de desarrollo de las competencias clave y al dominio de los contenidos de la materia, a fin de abordar el proceso educativo realizando los ajustes pertinentes a las necesidades y características tanto de grupo, como individuales para cada alumno o alumna, de acuerdo con lo establecido en el marco del plan de atención a la diversidad.

Evaluación continua

La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado tendrá en cuenta tanto el progreso general del alumnado a través del desarrollo de los distintos elementos del currículo. Tendrá en consideración tanto el grado de adquisición de las competencias clave como el logro de los objetivos de la etapa. El currículo está centrado en el desarrollo de capacidades que se encuentran expresadas en los objetivos de las distintas materias curriculares de la etapa. Estos son secuenciados mediante criterios de evaluación y sus correspondientes estándares de aprendizaje evaluables que muestran una progresión en la consecución de las capacidades que definen los objetivos. Los criterios de evaluación y sus correspondientes estándares de aprendizaje serán el referente fundamental para valorar el grado de adquisición de las competencias clave, a través de las diversas actividades y tareas que se desarrollen en el aula.

En el contexto del proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo educativo. Estas medidas se adoptarán en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades y estarán dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias imprescindibles para continuar el proceso educativo.

La evaluación de los aprendizajes del alumnado se llevará a cabo mediante las distintas realizaciones del alumnado en su proceso de enseñanza-aprendizaje a través de diferentes contextos o instrumentos de evaluación, que comentaremos con más detalle en el apartado 8.3 *¿Cómo evaluar?*

Evaluación final o sumativa

Es la que se realiza al término de un periodo determinado del proceso de enseñanza-aprendizaje para determinar si se alcanzaron los objetivos propuestos y la adquisición prevista de las competencias clave y, en qué medida los alcanzó cada alumno o alumna del grupo-clase.

Es la conclusión o suma del proceso de evaluación continua en la que se valorará el proceso global de cada alumno o alumna. En dicha evaluación se tendrán en cuenta tanto los aprendizajes realizados en cuanto a los aspectos curriculares de cada materia, como el modo en que desde estos han contribuido a la adquisición de las competencias clave.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 58 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

El resultado de la evaluación se expresará mediante las siguientes valoraciones: Insuficiente (IN), Suficiente (SU), Bien (BI), Notable (NT) y Sobresaliente (SB), considerándose calificación negativa el Insuficiente y positivas todas las demás. Estos términos irán acompañados de una calificación numérica, en una escala de uno a diez, sin emplear decimales, aplicándose las siguientes correspondencias: Insuficiente: 1, 2, 3 o 4. Suficiente: 5. Bien: 6. Notable: 7 u 8. Sobresaliente: 9 o 10. El nivel obtenido será indicativo de una progresión y aprendizaje adecuados, o de la conveniencia de la aplicación de medidas para que el alumnado consiga los aprendizajes previstos.

La evaluación del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo se regirá por el principio de inclusión y asegurará su no discriminación y la igualdad efectiva en el acceso y la permanencia en el sistema educativo. El departamento de orientación del centro elaborará un informe en el que se especificarán los elementos que deben adaptarse para facilitar el acceso a la evaluación de dicho alumnado. Con carácter general, se establecerán las medidas más adecuadas para que las condiciones de realización de las evaluaciones incluida la evaluación final de etapa, se adapten al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo. En la evaluación del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo participará el departamento de orientación y se tendrá en cuenta la tutoría compartida a la que se refiere la normativa vigente.

La evaluación del alumnado con adaptaciones curriculares significativas en esta materia se realizará tomando como referente los objetivos y criterios de evaluación establecidos en dichas adaptaciones. En estos casos, en los documentos oficiales de evaluación, se especificará que la calificación en la materia hace referencia a los criterios de evaluación recogidos en dicha adaptación y no a los específicos del curso en el que esté escolarizado el alumno o alumna.

El alumnado con evaluación negativa podrá presentarse a la evaluación extraordinaria, de acuerdo a lo establecido por el departamento. Cuando un alumno o alumna no se presente a la evaluación extraordinaria de alguna materia, en el acta de evaluación se consignará No Presentado (NP).

REFERENTES DE LA EVALUACIÓN

Los referentes para la evaluación serán:

- Los criterios de evaluación y los estándares de aprendizajes de la materia, que serán el elemento básico a partir del cual se relacionan el resto de los elementos del currículo. Esta relación podremos verla en las correspondientes unidades de programación. Son el referente fundamental para la evaluación de las distintas materias y para la comprobación conjunta del grado de desempeño de las competencias clave y del logro de los objetivos.
- Los criterios y procedimientos establecidos en el proyecto educativo del centro.
- Los criterios de calificación e instrumentos de evaluación asociados a los criterios de evaluación,

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 59 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

¿CÓMO EVALUAR?

La evaluación se llevará a cabo por el equipo docente mediante la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna en relación con los objetivos de Educación Secundaria Obligatoria y de esta materia y las competencias clave. Para ello se utilizarán diferentes procedimientos, técnicas e instrumentos ajustados a los criterios de evaluación, así como a las características específicas del alumnado.

Los procedimientos de evaluación indican cómo, quién, cuándo y mediante qué técnicas y con qué instrumentos se obtendrá la información. Son los procedimientos los que determinan el modo de proceder en la evaluación y fijan las técnicas e instrumentos que se utilizan en el proceso evaluador.

En este sentido, las **técnicas e instrumentos** que emplearemos para la recogida de datos y que responden al “¿Cómo evaluar?” serán:

Técnicas:

- **Las técnicas de observación**, que evaluarán la implicación del alumnado en el trabajo de aula tanto individual como cooperativo, expresión oral y escrita, las actitudes personales y relacionadas y los conocimientos, habilidades y destrezas relacionadas con la materia, entre otros.
- **Las técnicas de medición**, a través de pruebas escritas u orales, informes, trabajos o dossier, cuaderno del alumnado, intervenciones en clase,...
- **Las técnicas de autoevaluación**, favoreciendo el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros y compañeras en las actividades de tipo colaborativo y desde la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Instrumentos se utilizan para la recogida de información y datos. Son múltiples y variados, destacando entre otros:

➤ Para la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado:

- **Cuaderno del profesorado**, que recogerá:
 - **Registro de evaluación individual** por unidades didácticas, en el que el profesorado anotará las valoraciones de cada uno de los aspectos evaluados, asociados a los criterios y estándares de aprendizaje.
 - **Registro de evaluación trimestral individual**, en el que el profesorado anotará las valoraciones medias de los aspectos evaluados en cada unidad didáctica, asociados a los criterios y estándares de aprendizaje, a lo largo del trimestre.
 - **Registro anual individual**, en el que el profesorado anotará las valoraciones medias de los aspectos evaluados en cada trimestre, asociados a los criterios y estándares de aprendizaje, a lo largo del curso.
- **Rúbricas y registros**. Las rúbricas serán el instrumento que contribuya a objetivar las valoraciones asociadas a los niveles de desempeño de las competencias mediante indicadores de logro. Los registros de observación nos permiten conocer la realidad de la participación o



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 60 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

realizaciones del alumnado, mediante la comprobación y el grado o nivel de ejecución de las mismas. Entre otras rúbricas y registros, se podrán utilizar:

Instrumentos de evaluación, autoevaluación y coevaluación²

- 1 Rúbrica para evaluar las intervenciones en clase: exposición oral.
- 2 Rúbrica para evaluar la comprensión oral.
- 3 Rúbrica para evaluar las intervenciones en clase: exposición con herramientas digitales.
- 4 Rúbrica para evaluar un debate.
- 5 Rúbrica para evaluar pruebas orales y escritas.
- 6 Rúbrica para evaluar la comprensión lectora (comprensión escrita).
- 7 Rúbrica para evaluar trabajos escritos.
- 8 Registro de observación del cuaderno.
- 9 Rúbrica para evaluar el cuaderno del alumnado.

Para evaluar las destrezas investigativas

- 10 Rúbrica para evaluar la búsqueda y el tratamiento de la información.
- 11 para evaluar la búsqueda de información y fiabilidad de las fuentes.
- 12 Rúbrica para evaluar el uso de las TIC y las TAC.
- 13 Rúbrica para evaluar los trabajos escritos y de investigación.

Para evaluar la autonomía personal y el trabajo cooperativo

- 14 Registro para evaluar la participación en trabajos cooperativos.
- 15 Rúbrica para la evaluación de hábitos personales y actitud
- 16 Rúbrica para evaluar el emprendimiento.
- 17 Rúbrica para evaluar la autonomía personal.

Para evaluar las destrezas específicas de la materia de Educación Física

- 18 Rúbrica para evaluar el desempeño motriz.
- 19 Rúbrica para evaluar las habilidades motrices básicas.
- 20 Registro de observación de la competencia motriz.
- 21 Registro de observación de la expresión corporal.
- 22 Registro de observación de bailes individuales y grupales.
- 23 Registro de observación del gusto y la apreciación por la asignatura.

- **Pruebas orales y escritas.** Son instrumentos que permiten al alumnado evidenciar el dominio de determinados conocimientos, habilidades o destrezas, en un momento determinado acerca del dominio o grado de logro de determinados criterios de evaluación o su concreción en estándares de aprendizaje.

² Estos instrumentos se pueden emplear en cualquiera de los tres tipos de evaluación:

- Autoevaluación: los alumnos y las alumnas evalúan su propio rendimiento.
- Coevaluación: los alumnos y las alumnas se evalúan entre ellos, intercambiando su papel de evaluados y evaluadores alternativamente.
- Heteroevaluación: la que realiza el profesorado a su alumnado



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 61 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

Estos instrumentos de evaluación se asociarán a los criterios de evaluación y sus correspondientes estándares de aprendizaje en las distintas unidades de programación, de tal modo que el grado de logro de un mismo criterio o estándar ha podido ser evidenciado por diversos instrumentos. Del mismo modo, un instrumento puede valorar el grado de logro de varios criterios o estándares de aprendizaje evaluables.

➤ **Para la autoevaluación del alumnado**

- **Portfolio**, en el que el alumnado gestionará sus propios aprendizajes, tomando conciencia de todo lo trabajado, de lo aprendido, de sus fortalezas y de sus debilidades. No será vinculante con su calificación, aunque el profesorado lo podrá considerar para valorar los progresos del alumnado. El alumnado podrá ir recogiendo evidencias de sus aprendizajes a lo largo de cada unidad didáctica integrada y se le propondrá una autoevaluación mediante su portfolio al término de cada trimestre y al finalizar el curso escolar.
- **Diana de autoevaluación**, mediante la que el alumnado mediante un simple golpe de vista puede observar sus fortalezas y debilidades en los diferentes aspectos que pretendamos evaluar. Entre otros podemos citar:
 - Diana de autoevaluación del trabajo diario.
 - Diana de autoevaluación de la gestión y la organización semanal.
 - Diana de autoevaluación de la actitud en el aula.
 - Diana de autoevaluación de las emociones
- **Registros y rúbricas** para que el alumnado tome conciencia de sus logros y fortalezas y sus posibilidades de progreso. Pueden ser las mismas utilizadas por el profesorado adaptadas al nivel y características del alumnado

➤ **Para la autoevaluación de la práctica docente**

La evaluación de la práctica docente ha de entenderse como un elemento de la reflexión para la mejora que permite valorar la complejidad de la actividad docente en un contexto determinado. En este sentido, hemos considerado al menos cuatro elementos básicos: la planificación, la motivación del alumnado, el desarrollo de la enseñanza y el seguimiento y evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje, que evaluaremos con los siguientes instrumentos:

- Registro para la autoevaluación del profesorado: planificación.
- Registro para la autoevaluación del profesorado: motivación del alumnado.
- Registro para la autoevaluación del profesorado: desarrollo de la enseñanza.
- Registro para la autoevaluación del profesorado: seguimiento y evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje

EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS CLAVE



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 62 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

Durante toda la etapa deberá tenerse en cuenta el grado de logro de las competencias clave a través de procedimientos de evaluación e instrumentos de obtención de datos que ofrezcan validez y fiabilidad en la identificación de los aprendizajes adquiridos. Por ello, para poder evaluar las competencias en el alumnado, de acuerdo con sus desempeños en las actividades que realicen, es necesario elegir estrategias e instrumentos que simulen contextos reales siempre que sea posible, movilizándolo sus conocimientos, destrezas, valores y actitudes.

La evaluación del grado de adquisición de las competencias debe estar integrada con la evaluación de los contenidos, en la medida en que ser competente supone movilizar esos conocimientos, destrezas, actitudes y valores para dar respuesta a las situaciones planteadas, dotar de funcionalidad a los aprendizajes y aplicar lo que se aprende desde un planteamiento integrador.

Los niveles de desempeño de las competencias se podrán valorar mediante las actividades que se realicen en diversas situaciones utilizando instrumentos tales como rúbricas, registros o escalas de evaluación que tengan en cuenta el principio de atención a la diversidad. De igual modo, es necesario incorporar estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros, como la autoevaluación, la evaluación entre iguales o la coevaluación, tal y como hemos visto en el apartado anterior.

En todo caso, los distintos procedimientos e instrumentos de evaluación utilizables, como la observación sistemática del trabajo de los alumnos y alumnas, las pruebas orales y escritas, el portfolio, los registros o los trabajos de clase, permitirán la integración de todas las competencias en un marco de evaluación coherente, como veremos a continuación

8.5. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DE LA MATERIA

En función de las decisiones tomadas por los departamentos, se dispondrá de una serie de criterios de calificación, a partir de los cuales se pueden expresar los resultados de la evaluación para la materia, que permitirá expresar los resultados de evaluación, por medio de calificaciones. De igual modo, la calificación ha de tener una correspondencia con el grado de logro de las competencias clave y los objetivos de la materia, que podemos comprobar a través de los criterios de evaluación y su concreción en estándares de aprendizaje evaluables.

El establecimiento de los criterios de calificación se llevará a cabo valorando el nivel de logro de los diferentes criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables a través de las distintas situaciones de aprendizaje en los que el alumnado va a demostrar sus capacidades, conocimientos, destrezas y habilidades, observables y evaluables a través de diferentes instrumentos.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 63 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

Criterios de evaluación	Competencias Clave	Estándares de aprendizaje evaluables	Pruebas orales y escritas	Intervenciones en clase. (Exposiciones)	Cuaderno del alumnado	Trabajos e informes (expresión escrita)	Trabajos cooperativos	Otros:	Otros:	GRADO DE LOGRO

Contenido a adaptar por el centro educativo, de acuerdo a las decisiones adoptadas por el departamento

Los criterios de evaluación y sus correspondientes estándares de aprendizaje evaluables los podemos organizar entorno a las unidades de programación. *Los contenidos y su distribución temporal*, y, desde ahí, obtener la calificación media o ponderada de cada una de ellas en función del grado de logro conseguido en cada una de las unidades.

Con la suma de los resultados de las distintas unidades de programación obtendremos la calificación trimestral. Los resultados de la evaluación se expresarán en los siguientes términos: Insuficiente (IN): 1, 2, 3, 4, Suficiente (SU): 5, Bien (BI): 6, Notable (NT): 7,8 y Sobresaliente (SB): 9,10, considerándose calificación negativa el Insuficiente y positivas todas las demás.

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 64 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

8.5 Actividades y momentos de recuperación (materias pendientes)

Del mismo modo, al final del curso escolar, el alumnado con trimestres pendientes podrá realizar un examen final para superar la materia. El profesor acordará con sus alumnos el momento más adecuado para la realización de las pruebas o trabajos necesarios. En el caso de que el alumno no haya superado convenientemente la asignatura en junio, tendrá una convocatoria extraordinaria opcional de recuperación en septiembre, donde el alumno tendrá que recuperar la asignatura. En Septiembre no habrá pruebas prácticas, sino una sola prueba teórica con preguntas tipo test o a desarrollar.

Para aquellos alumnos que no superen el curso y le quede pendiente para el año siguiente el profesor propondrá una prueba escrita en el mes de Marzo, para superar la asignatura.

Para comprobar si el alumnado ha alcanzados los objetivos propuestos será necesario determinar los procedimientos e instrumentos que se van a utilizar. En este sentido, y siguiendo las aportaciones de Blázquez Sánchez, se utilizarán dos grandes tipos de procedimientos (la mezcla de ambos procedimientos dotará a la evaluación de un carácter fiable y adecuado a las características de los elementos del proceso de enseñanza – aprendizaje):

- *Procedimientos de observación*, basados en la observación y anotación sistemática del objeto a evaluar; cuyas técnicas principales son: *el registro anecdótico, cuaderno del profesor, listas de control, escalas cuantitativas, cualitativas, numéricas, gráficas, descriptivas...*
- *Procedimientos de experimentación*, que tratan de ahondar en los rendimientos pedagógicos; cuyas técnicas principales son: *el dossier de actividades, pruebas escritas o cuestionarios, pruebas orales (debates, entrevistas...), exposiciones, cuaderno del alumnado, escalas de aptitud motriz, test motores, pruebas de habilidades motrices...*

Del mismo modo, para verificar los logros adquiridos por el alumnado, habrá que determinar los diferentes momentos en los que se efectuará la evaluación durante el proceso (entendido este como la programación didáctica, las diferentes unidades didácticas, y sesiones).



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

CURSO 21-22
Página 65 de 68

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

Al inicio del proceso se realizará una primera evaluación para comprobar en qué momento se encuentra el alumnado en relación a los objetivos (*evaluación inicial*), donde predominarán los procedimientos e instrumentos de experimentación (debate, lluvia de ideas, cuestionarios orales...).

De igual modo, se continuará con el proceso evaluador durante el desarrollo del proceso (*evaluación continua*) con la finalidad de seguir el progreso en los aprendizajes del alumnado, utilizando para ellos tanto procedimientos e instrumentos de observación (registro anecdótico, listas de control, escalas cuantitativas...) como procedimientos e instrumentos de experimentación (test motores, debates, pruebas escritas...). Al final del proceso, se realizará una nueva evaluación (*evaluación final*) con el objetivo de verificar el grado de adquisición de los objetivos pretendidos, utilizándose para ello, tanto procedimientos e instrumentos de observación (cuaderno del profesor, listas de control, escalas cualitativas...) como procedimientos e instrumentos de experimentación (test motores, cuestionarios, pruebas orales...). Por último, destacar que se fomentará la participación del alumnado en el proceso de evaluación, mediante su propia evaluación (*autoevaluación*), y la evaluación entre alumnado (*coevaluación*).

Al finalizar cada trimestre, el alumnado tendrá la posibilidad de recuperar aquellas unidades que no haya superado y así superarlo. La *recuperación* se realizará mediante un examen o proyecto, aunando todos los ámbitos de la evaluación. En ese caso, tendrá que realizar un trabajo de investigación (ámbito cognitivo) de aquellos aprendizajes en los que haya mostrado insuficiencias, para llevarlo a la práctica y mostrar capacidades de resolución de problemas motores de esos aprendizajes (ámbito procedimental), mostrando actitudes de superación, esfuerzo y colaboración (ámbito social afectivo).

Del mismo modo, al final del curso escolar, el alumnado con trimestres pendientes podrá realizar un examen final para superar la materia. El profesor acordará con sus alumnos el momento más adecuado para la realización de las pruebas o trabajos necesarios. En el caso de que el alumno no haya superado convenientemente la asignatura en junio, tendrá una convocatoria extraordinaria opcional de recuperación en septiembre, donde el alumno tendrá que recuperar la asignatura.

Por último, puntualizar que la evaluación no sólo debe referirse al proceso de aprendizaje del alumnado, sino también al *proceso de enseñanza* y a la *práctica docente*, considerándose instrumento de investigación didáctica, en la medida que permite mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Para ello se evaluarán:

¿CUÁNDO? Decisiones preactivas (*antes*)

¿QUÉ? Adecuación de *objetivos* y secuenciación de *contenidos* a programar; *actividades* y *recursos didácticos* y *metodológicos* a utilizar; medidas de *atención a la diversidad* a adoptar, criterios y procedimientos de *evaluación*...

	PROGRAMACIÓN ANUAL EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO	CURSO 21-22 Página 66 de 68
COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES		

¿CÓMO? Nivel de conocimientos en relación a los objetivos, informe de otros profesionales, entrevista general con el alumnado, reflexión sobre la actuación docente...

¿QUIÉN? Propio profesor, ETCP, jefe estudios, profesorado, otros profesionales, alumnado...

¿CUÁNDO? Decisiones interactivas (durante)

¿QUÉ? *Información inicial y conocimiento de resultados*, estrategias de *motivación* utilizadas y momentos, modificaciones en las *actividades* planteadas, *recursos metodológicos y didácticos*, grado de satisfacción en las *relaciones*, tipo y grado de *participación*...

¿CÓMO? Comunicación con otros profesionales, observación directa, reflexión sobre la práctica docente, entrevistas con el alumnado...

¿QUIÉN? Propio profesor, ETCP, jefe estudios, profesorado, otros profesionales, alumnado...

¿CUÁNDO? Decisiones postactivas (después)

¿QUÉ? Adecuación de *objetivos* y secuenciación de *contenidos* programados; *actividades* y *recursos didácticos y metodológicos* utilizados; medidas de *atención a la diversidad* adoptada, criterios y procedimientos de *evaluación*...

¿CÓMO? Grado de consecución de los objetivos, comunicación con otros profesionales, entrevista/cuestionario con el alumnado, reflexión sobre la propia actuación...

¿QUIÉN? Propio profesor, profesorado, otros profesionales, alumnado, familia...

¿CUÁNDO? Metaevaluación

¿QUÉ? Actuación del *docente*, *juicios emitidos*, calidad de la *información obtenida*, *calificaciones* y *porcentajes asignados*, adecuación de la *programación*...

¿CÓMO? Calificaciones, informe/entrevista con otros profesionales, cuestionarios del alumnado, reflexión sobre la propia actuación...

¿QUIÉN? Propio profesor, profesorado, otros profesionales, alumnado, familia...

9 Procedimiento para realizar el seguimiento.

El seguimiento de las programaciones se realizará trimestralmente, quedando constancia en las actas de reuniones de Claustro.

Adaptación Covid

ADAPTACIÓN COVID



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 67 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES

Debido a que se mantienen las medidas por COVID, se seguirá evitando el agrupamiento por ciclo, manteniendo los grupos burbuja, así como la formación de grupos en el aula.

Para el área de Educación Física, en referencia al año anterior, se permite el uso de material para el uso conjunto del curso. Siempre bajo desinfección previa y posterior del uso.

Los agrupamientos para las actividades siguen las mismas pautas del curso escolar 2020/2021. Actividades en las que la participación sea mayoritariamente individual y se limiten los juegos de contacto.

Al principio, durante y final de la clase se distribuirá gel desinfectante a los alumnos para una mayor seguridad en las normas anticovid.

**a-ADECUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN A LA POSIBLE ENSEÑANZA
TELEMÁTICA.**

Al ser pequeños y depender en el uso de ordenadores, móviles... de los padres, la vía de comunicación más generalizada será mediante el correo electrónico y la agenda.



**PROGRAMACIÓN ANUAL
EDUCACIÓN FÍSICA
1º ESO**

**CURSO 21-22
Página 68 de 68**

COLEGIO SAN MIGUEL ADORATRICES