

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

DEPARTAMENTO DE

EDUCACIÓN FÍSICA



Contenido

1ºESO.....	5
A. Introducción: conceptualización y características de la materia.	5
B. Diseño de la evaluación inicial.....	5
C. Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.	5
D. Metodología didáctica.....	5
E. Secuencia de unidades temporales de programación.	5
F. En su caso, concreción de proyectos significativos.	6
G. Materiales y recursos de desarrollo curricular.....	6
H. Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.	7
I. Actividades complementarias y extraescolares.	7
J. Atención a las diferencias individuales del alumnado.....	8
K. Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.	9
L. Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.	9
M. Tabla de relación de criterios de evaluación, indicadores de logro y su peso y la evaluación.	12
NOTA 1: Calificación de los criterios de evaluación	20
2ºESO.....	21
A. Introducción: conceptualización y características de la materia.	21
B. Diseño de la evaluación inicial.....	21
C. Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.	21
D. Metodología didáctica.....	21
E. Secuencia de unidades temporales de programación.	21
F. En su caso, concreción de proyectos significativos.	22

G.	Materiales y recursos de desarrollo curricular.....	22
H.	Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.	23
I.	Actividades complementarias y extraescolares.	23
J.	Atención a las diferencias individuales del alumnado.....	23
K.	Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.	25
L.	Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.	25
M.	Tabla de relación de criterios de evaluación, indicadores de logro y su peso y la evaluación.	28
	NOTA 1: Calificación de los criterios de evaluación	36
	3ºESO.....	37
A.	Introducción: conceptualización y características de la materia.	37
B.	Diseño de la evaluación inicial.....	37
C.	Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.	37
D.	Metodología didáctica.	37
E.	Secuencia de unidades temporales de programación.	37
F.	En su caso, concreción de proyectos significativos.	38
G.	Materiales y recursos de desarrollo curricular.....	38
H.	Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.	39
I.	Actividades complementarias y extraescolares.	39
J.	Atención a las diferencias individuales del alumnado.....	40
K.	Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.	41
L.	Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.	41
M.	Tabla de relación de criterios de evaluación, indicadores de logro y su peso y la evaluación.	44

NOTA 1: Calificación de los criterios de evaluación	53
4ºESO.....	54
A. Introducción: conceptualización y características de la materia.	54
B. Diseño de la evaluación inicial.....	54
C. Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.	54
D. Metodología didáctica.....	54
E. Secuencia de unidades temporales de programación.	54
F. En su caso, concreción de proyectos significativos.	55
G. Materiales y recursos de desarrollo curricular.....	55
H. Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.	56
I. Actividades complementarias y extraescolares.	56
J. Atención a las diferencias individuales del alumnado.....	57
K. Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.	58
L. Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.	58
M. Tabla de relación de criterios de evaluación, indicadores de logro y su peso y la evaluación.	61
NOTA 1: Calificación de los criterios de evaluación	70
ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º DE ESO	71
ANEXO II. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 2º DE ESO	73
ANEXO III. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 3º DE ESO	75
ANEXO IV. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 4º DE ESO	77
ANEXO V: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO	79

1ºESO

A. Introducción: conceptualización y características de la materia.

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.

B. Diseño de la evaluación inicial.

<i>Crterios de evaluación</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Número de sesiones</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>Observaciones</i>
1.1	Prueba práctica	5	Heteroevaluación	
1.2	Registro anecdótico	1	Autoevaluación	
1.3	Registro anecdótico	2	Autoevaluación	

C. Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

D. Metodología didáctica.

Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):

Mando directo - Asignación de tareas - Enseñanza recíproca - Grupos reducidos - Programas individuales - Descubrimiento guiado - Resolución de problemas y Creatividad.

Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:

Agrupamientos individuales, pareja, grupos mixtos. Los espacios y tiempos se organizarán de manera proporcional al tipo de actividad. A las actividades grupales generalmente se les otorgará más tiempo, ya que es preciso realizar más ajustes entre los componentes. De la misma manera, el profesor requerirá más tiempo en la realización de feedback en este tipo de actividades.

E. Secuencia de unidades temporales de programación.

	<i>Título</i>	<i>Fechas y sesiones</i>
	SA 1: Presentación y juegos.	2
	SA 2: Correr a ritmo/ Atletismo	6

PRIMER TRIMESTRE	SA 3: Iniciación al Baloncesto	8
	SA 4: Tchoukball	8
	SA 5: Higiene postural	1
SEGUNDO TRIMESTRE	SA 6: Combas/habilidades gimnásticas	6
	SA 7: Pinfuvote	6
	SA 8: Expresión corporal	4
	SA 9: Palas/ deporte de raqueta	7
	SA 10: Salud/ Alimentación	1
TERCER TRIMESTRE	SA 11: Juegos para la mejora de las CFB	5
	SA 12: Beisbol	6
	SA 13: Orientación	6

F. En su caso, concreción de proyectos significativos.

Título	Temporalización por trimestres	Tipo de aprendizaje	Materia / Materias
Mejorando mi forma física con Strava	Todo el curso	Interdisciplinar	Matemáticas.

G. Materiales y recursos de desarrollo curricular.

En su caso, Libros de texto	Editorial	Edición/ Proyecto	ISBN

	Materiales	Recursos
Impresos	Apuntes	
Digitales e informáticos	Apuntes	Tablets, ordenadores, pizarra digital.
Medios audiovisuales y multimedia		Tablets, ordenadores, pizarra digital.

Manipulativos	Propios de EF	
Otros	Propios de EF	

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

Planes, programas y proyectos	Implicaciones de carácter general desde la materia	Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)
Plan de Acogida	Fomentar la adaptación del alumnado de nuevo ingreso mediante actividades grupales y cooperativas.	1
Plan de Fomento de la Igualdad entre Hombres y Mujeres	Mediante las actividades coeducativas y trabajo en grupos mixtos.	Todas.
Plan de Convivencia	Trabajo de las relaciones sociales a través del deporte.	Todas.
Plan de Lectura	Mediante los apuntes proporcionados.	3, 6.
Plan Digital	Utilización de las TIC para la elaboración de trabajos	2, 10.

I. Actividades complementarias y extraescolares.

Actividades complementarias y extraescolares	Breve descripción de la actividad	Temporalización (indicar la SA donde se realiza)
Actividades multiaventura	Excursión para realizar diferentes actividades multiaventura.	Transversal
Jornada de puertas abiertas de juegos populares con la participación de las familias	Jornada de convivencia donde los familiares podrán participar explicando los juegos o jugando.	Transversal
Ruta de senderismo	Ruta de senderismo por la zona cercana.	Transversal

J. Atención a las diferencias individuales del alumnado.

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Formas de representación</i>	<i>Formas de acción y expresión</i>	<i>Formas de implicación</i>
El volumen o velocidad del habla y el sonido.	Proporcionar alternativas en los requisitos de ritmo, plazos y motricidad necesarias para interactuar con los materiales educativos, tanto en los que requieren una manipulación física como las tecnologías.	Involucrar a los estudiantes, siempre que sea posible, en el establecimiento de sus propios objetivos personales académicos y conductuales.

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Alumnado</i>	<i>Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa</i>	<i>Observaciones</i>
A	Medidas de Refuerzo Educativo	A los alumnos/as que presentan alguna dificultad en la adquisición de contenidos se les adaptan las tareas en función de sus dificultades individuales. Evaluación Individualizada. Intervenciones Específicas.
B	Plan Específico de Refuerzo	Adaptaciones Curriculares. Apoyo Tecnológico. Grupos de Apoyo Social y Emocional. Colaboración con Padres y Familias.
C	Plan de Enriquecimiento Curricular	Programas de Aprendizaje Avanzado. Proyectos de Investigación y Estudio.

K. Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.

El proceso de evaluación del aprendizaje se indica en el siguiente [apartado M.](#)

L. Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

<i>Indicadores de logro</i>	<i>Instrumentos de evaluación</i>	<i>Momentos en los que se realizará la evaluación</i>	<i>Personas que llevarán a cabo la evaluación</i>
La programación se ha realizado en coordinación con el resto del profesorado.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor
Adapta los objetivos a las características del alumnado y al entorno del centro docente.	Escala de valoración	Durante todo el curso	Profesor
Programa actividades adecuadas para abordar los objetivos y contenidos propuestos.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
La selección y temporalización de contenidos y actividades ha sido ajustada.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
La programación ha facilitado la flexibilidad de las clases, para ajustarse a las necesidades e intereses de los alumnos lo más posible.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Los criterios de evaluación y calificación han sido claros y conocidos por los	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado

alumnos, y han permitido hacer un seguimiento del progreso de los alumnos.			
Fomenta la convivencia, principios democráticos, defensa del medio ambiente, educación para la salud, etc.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Diseña estrategias para dar una respuesta adecuada a la diversidad.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Dispone de instrumentos variados para evaluar los distintos aprendizajes de los alumnos y son coherentes con los criterios de evaluación definidos en la programación.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se tiene en cuenta los recursos personales y materiales necesarios en la programación de mis clases.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se plantean diversidad de actividades en cada sesión.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se utilizan diferentes técnicas de evaluación: observación directa,	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado

pruebas objetivas, actividades prácticas, situaciones de aprendizaje...			
Se favorece y valora en las clases la expresión oral del alumnado.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se fomenta el respeto y la colaboración entre los alumnos/as.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se utilizan recursos TIC como instrumento y/o complemento a la acción docente.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado

m. Tabla de relación de criterios de evaluación, indicadores de logro y su peso y la evaluación.

Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Contenidos de materia</i>	<i>Contenidos transversales</i>	<i>Indicadores de logro</i>	<i>Peso IL</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>SA</i>
1.1 Establecer y ejecutar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	A B C	1, 2, 12	1.1.1 Ejecuta secuencias sencillas de la actividad física orientadas al concepto de salud integral.	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.1.2 Desarrolla las capacidades físicas a partir de una valoración inicial.	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.1.3 Respeta la propia realidad e identidad corporal.	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos subjetivos sencillos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	A B C	1, 2, 12	1.2.1 Incorpora los procesos de activación corporal, regulación y dosificación del esfuerzo.	1,85%	Prueba práctica	Autoevaluación	2, 3, 6, 9
			1.2.2 Asume las rutinas de la práctica motriz de manera saludable y responsable.	1,85%	Prueba práctica	Autoevaluación	2, 3, 6, 9
			1.2.3 Aplica los mecanismos de control de intensidad del esfuerzo físico.	1,85%	Prueba práctica	Coevaluación	2, 3, 6, 9

1.3 Empezar a reconocer en sus rutinas diarias errores de aplicación de una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	A B	1, 2, 12	1.3.1 Reconoce una alimentación saludable en su rutina diaria.	1,66%	Cuaderno del alumno	Autoevaluación	2, 3, 6, 9
			1.3.2 Conoce la adecuada postura corporal y actividades de relajación y respiración.	1,66%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.3.3 Respeta sus propias características individuales.	1,66%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.4 Empezar a incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)	A B C	1, 2, 12	1.4.1 Adopta hábitos de vida saludable en su vida diaria.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.4.2 Aplica normas de higiene antes, durante y después de la práctica deportiva.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.5 Comenzar a adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	A B C	1, 2, 12	1.5.1 Asume de manera responsable las medidas de prevención de lesiones en el proceso de actividad motriz.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.5.2 Reconoce las situaciones de riesgo.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.5.3 Actúa de manera preventiva ante el riesgo de lesiones.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.6 Conocer los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad	A B C	1, 2, 12	1.6.1 Conoce los protocolos de intervención ante accidentes.	2,5%	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9

física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)			1.6.2 Aplica medidas básicas de primeros auxilios.	2,5%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.7 Analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)	A B C	1, 2, 12	1.7.1 Analiza la repercusión de prácticas y comportamientos en su salud y convivencia.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.7.2 Evita comportamientos que pongan en riesgo la salud no repitiendo errores.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.8 Explorar diferentes recursos digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	A B	3, 4, 6, 10	1.8.1 Reconoce el potencial de diversos recursos digitales	2,775 %	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.8.2 Identifica los posibles riesgos de su uso en el ámbito de la práctica deportiva.	2,775 %	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, analizando, seleccionando y comunicando información relevante y elaborando documentos propios. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	A B C	3, 4, 6, 10	1.9.1 Utiliza las TIC en el proceso de aprendizaje.	1,66%	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.9.2 Extrae la información importante.	1,66%	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.9.3 Elabora sus propios documentos.	1,66%	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de	A B C	5, 7, 8, 15	2.1.1 Desarrolla proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo.	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11

autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)			2.1.2 Reconduce los procesos de trabajo mediante los mecanismos adecuados.	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.1.3 Incluye estrategias de autoevaluación y coevaluación.	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, con una limitada incertidumbre, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	A B C	5, 7, 8, 15	2.2.1 Interpreta y actúa correctamente diferentes situaciones motrices con una limitada incertidumbre.	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.2.2 Aplica principios básicos en la toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas.	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.2.3 Se adecúa a las demandas motrices y a la actuación del compañero o del oponente en contextos reales o simulados.	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas	A B C	5, 7, 8, 15	2.3.1 Evidencia control y dominio en los proyectos motores.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.3.2 Emplea los componentes cualitativos y cuantitativos de	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11

en situaciones motrices con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)			la motricidad eficientemente y de forma creativa.				
			2.3.3 Resuelve problemas en todo tipo de situaciones motrices con autonomía.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución de estas. (CPSAA1, CE2, CE3)	A B C D	5, 7, 8, 15	2.4.1 Participa en todo tipo de situaciones motrices planteadas.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.4.2 Muestra actitudes de esfuerzo y superación personal.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	A B C D	5, 7, 8, 11, 15	3.1.1 Practica gran variedad de actividades motrices.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.1.2 Evita la competitividad desmedida.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.1.3 Actúa con deportividad tanto en el rol de participante, público u otros.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	A B C D	5, 7, 8, 11, 15	3.2.1 Colabora en la práctica de diferentes producciones y proyectos motrices para el logro individual y grupal.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.2.2 Participa con autonomía en la toma de decisiones	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS

			vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.				
3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	A B C D	5, 7, 8, 11, 15	3.3.1 Usa de forma autónoma y progresiva las habilidades sociales comunicándose en otras lenguas.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.3.2 Dialoga en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.3.3 Adopta una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa	D E	9, 13	4.1.1 Gestiona la participación de juegos motores y manifestaciones artístico-	2,5%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	8

como a otras, favoreciendo su conservación. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)			expresivas de Castilla y León y otras.				
			4.1.2 Favorece mediante su práctica a la conservación de las mismas.	2,5%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	8
4.2 Participar en diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	D E	9, 13	4.2.1 Participa en diferentes modalidades y actividades deportivas según su requerimientos y características.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	8
			4.2.2 Evita los sesgos sobre estereotipos de género o capacidad y comportamientos sexistas vinculados a estas prácticas.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	8
4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	D E	9, 13	4.3.1 Crea composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada.	2,775 %	Prueba práctica	Heteroevaluación	8
			4.3.2 Emplea intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y	2,775 %	Prueba práctica	Heteroevaluación	8

			comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas.				
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	A B D F	14	5.1.1 Participa en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	13
			5.1.2 Disfruta del entorno de manera sostenible.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	13
			5.1.3 Minimiza el impacto ambiental que las actividades deportivas en la naturaleza pueden ocasionar.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	13
5.2 Iniciar la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)	A B D F	14	5.2.1 Inicia las actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano.	2,775 %	Prueba práctica	Heteroevaluación	13
			5.2.2 Aplica normas de seguridad individuales y colectivas.	2,775 %	Prueba práctica	Heteroevaluación	13

NOTA 1: Calificación de los criterios de evaluación

Los indicadores de logro serán calificados con una escala cualitativa (muy bien, bien, regular...) en función del tipo de instrumento a utilizar se especificarán más o menos niveles. Con el fin de poder realizar cálculos, esta escala se convertirá en cuantitativa (0-10).

Para valorar el grado alcanzado en un criterio de evaluación, se realizará la media ponderada de sus indicadores de logro asociados.

NOTA 2: Calificación de la materia

La materia será calificada de forma continua, teniendo en cuenta todas las anotaciones realizadas durante el curso, si bien se tendrá en cuenta la evolución positiva del alumno en la valoración de los diferentes criterios de evaluación.

Las herramientas de registro empleadas permitirán tener siempre una calificación global actualizada, que se calculará con una media ponderada de los criterios de evaluación, con los pesos que se detallan en la siguiente tabla:

	CRITERIO DE EVALUACIÓN																				
	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.1	2.2	2.3	2.4	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2
PESO	3	3	2	2	2	2	2	1	1	2	3	3	4	3	2	4	2	3	3	3	2

A la hora de poner las notas, para la primera evaluación se realizará una media ponderada de los criterios de evaluación trabajados en esa evaluación. Para la nota de la segunda evaluación se realizará también la media ponderada de los criterios trabajados en la segunda evaluación. Y para la nota final, a través de la media ponderada de los criterios trabajados a lo largo del curso.

Para superar la materia será necesario obtener una media ponderada de los criterios de evaluación superior o igual a 5 puntos.

Si no se da esta circunstancia, se deberá realizar en los últimos días de curso un plan de refuerzo para recuperar los criterios no superados. Dicho plan de refuerzo incluirá actividades teórico-prácticas de acuerdo con el carácter de los criterios a recuperar.

Para superar la materia en la evaluación final será necesario obtener, tras las anotaciones correspondientes al plan de refuerzo, una media ponderada de los criterios de evaluación superior o igual a 5 puntos.

La materia se calificará de acuerdo con lo establecido en el currículo y según la correspondencia:

Menos de 5 puntos: INSUFICIENTE

Entre 5 y 5,9 puntos: SUFICIENTE

Entre 6 y 6,9 puntos: BIEN

Entre 7 y 8,5 puntos: NOTABLE

Entre 8,6 y 10 puntos: SOBRESALIENTE

En caso de obtener la calificación exacta del cambio de calificación, se consignará la calificación superior.

NOTA 3: El alumnado con la materia pendiente de cursos anteriores podrá superarla aprobando la 1ª y 2ª evaluación, dado el carácter continuo de la asignatura. En caso de no lograrlo, se realizará una prueba de carácter teórico práctico sobre los contenidos trabajados durante el curso y la nota obtenida se recogerá en los CE de carácter procedimental y conceptual. Los CE de carácter actitudinal se mantendrán con la nota de final de curso.

2ºESO

A. Introducción: conceptualización y características de la materia.

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.

B. Diseño de la evaluación inicial.

Criterios de evaluación	Instrumento de evaluación	Número de sesiones	Agente evaluador	Observaciones
1.1	Prueba práctica	5	Heteroevaluación	
1.2	Registro anecdótico	1	Autoevaluación	
1.3	Registro anecdótico	2	Autoevaluación	

C. Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

D. Metodología didáctica.

Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):

Mando directo - Asignación de tareas - Enseñanza recíproca - Grupos reducidos - Programas individuales - Descubrimiento guiado - Resolución de problemas y Creatividad.

Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:

Agrupamientos individuales, pareja, grupos mixtos. Los espacios y tiempos se organizarán de manera proporcional al tipo de actividad. A las actividades grupales generalmente se les otorgará más tiempo, ya que es preciso realizar más ajustes entre los componentes. De la misma manera, el profesor requerirá más tiempo en la realización de feedback en este tipo de actividades.

E. Secuencia de unidades temporales de programación.

	Título	Fechas y sesiones
PRIMER TRIMESTRE	SA 1: Juegos cooperativos	2
	SA 2: Correr a ritmo	6
	SA 3: Iniciación al Balonmano	8

	SA 4: Deporte alternativo: Twincon	6
	SA 5: Salud y alimentación	1
SEGUNDO TRIMESTRE	SA 6: Baloncesto	6
	SA 7: Montaje/ coreografía	6
	SA 8: Deportes de raqueta	4
	SA 9: Iniciación al vóley	7
	SA 10: relajación	1
TERCER TRIMESTRE	SA 11: Juegos para la mejora de las CFB	5
	SA 12: Beisbol	6
	SA 13: Orientación	6

F. En su caso, concreción de proyectos significativos.

Título	Temporalización por trimestres	Tipo de aprendizaje	Materia / Materias
Mejorando mi forma física con Strava	Todo el curso	Interdisciplinar	Matemáticas, Física.

G. Materiales y recursos de desarrollo curricular.

	Editorial	Edición/ Proyecto	ISBN
En su caso, Libros de texto			

	Materiales	Recursos
Impresos	Apuntes	
Digitales e informáticos	Apuntes	Tablets, ordenadores, pizarra digital.
Medios audiovisuales y multimedia		Tablets, ordenadores, pizarra digital.
Manipulativos	Propios de EF	
Otros	Propios de EF	

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

<i>Planes, programas y proyectos</i>	<i>Implicaciones de carácter general desde la materia</i>	<i>Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)</i>
Plan de Acogida	Fomentar la adaptación del alumnado de nuevo ingreso mediante actividades grupales y cooperativas.	1
Plan de Fomento de la Igualdad entre Hombres y Mujeres	Mediante las actividades coeducativas y trabajo en grupos mixtos.	Todas.
Plan de Convivencia	Trabajo de las relaciones sociales a través del deporte.	Todas.
Plan de Lectura	Mediante los apuntes proporcionados.	3, 6.
Plan Digital	Utilización de las TIC para la elaboración de trabajos.	2, 10.

I. Actividades complementarias y extraescolares.

<i>Actividades complementarias y extraescolares</i>	<i>Breve descripción de la actividad</i>	<i>Temporalización (indicar la SA donde se realiza)</i>
Ruta de senderismo	Ruta de senderismo aún por determinar el recorrido.	Calentamiento y resistencia
Actividades multiaventura	Excursión para realizar actividades multiaventura.	Transversal
Jornada de puertas abiertas de juegos populares con la participación de las familias	Jornada de convivencia donde los familiares podrán participar explicando los juegos o jugando.	Transversal
Almuerzos saludables	Realizar un almuerzo saludable por los alumnos.	Transversal

J. Atención a las diferencias individuales del alumnado.

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Formas de representación</i>	<i>Formas de acción y expresión</i>	<i>Formas de implicación</i>
---------------------------------	-------------------------------------	------------------------------

El volumen o velocidad del habla y el sonido.	Proporcionar alternativas en los requisitos de ritmo, plazos y motricidad necesarias para interactuar con los materiales educativos, tanto en los que requieren una manipulación física como las tecnologías.	Involucrar a los estudiantes, siempre que sea posible, en el establecimiento de sus propios objetivos personales académicos y conductuales.
---	---	---

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

Alumnado	Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa	Observaciones
A	Medidas de Refuerzo Educativo	A los alumnos/as que presentan alguna dificultad en la adquisición de contenidos se les adaptan las tareas en función de sus dificultades individuales. Evaluación Individualizada. Intervenciones Específicas.
B	Plan Específico de Refuerzo	Adaptaciones Curriculares. Apoyo Tecnológico. Grupos de Apoyo Social y Emocional. Colaboración con Padres y Familias.
C	Plan de Enriquecimiento Curricular	Programas de Aprendizaje Avanzado. Proyectos de Investigación y Estudio.
D	Plan de recuperación	Los alumnos/as con la materia suspensa del curso anterior podrán recuperar aprobando la primera y segunda evaluación del curso actual.

K. Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.

El proceso de evaluación se indica en el [apartado M.](#)

L. Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

<i>Indicadores de logro</i>	<i>Instrumentos de evaluación</i>	<i>Momentos en los que se realizará la evaluación</i>	<i>Personas que llevarán a cabo la evaluación</i>
La programación se ha realizado en coordinación con el resto del profesorado.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor
Adapta los objetivos a las características del alumnado y al entorno del centro docente.	Escala de valoración	Durante todo el curso	Profesor
Programa actividades adecuadas para abordar los objetivos y contenidos propuestos.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
La selección y temporalización de contenidos y actividades ha sido ajustada.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
La programación ha facilitado la flexibilidad de las clases, para ajustarse a las necesidades e intereses de los alumnos lo más posible.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Los criterios de evaluación y calificación han sido claros y conocidos por los	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado

alumnos, y han permitido hacer un seguimiento del progreso de los alumnos.			
Fomenta la convivencia, principios democráticos, defensa del medio ambiente, educación para la salud, etc.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Diseña estrategias para dar una respuesta adecuada a la diversidad.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Dispone de instrumentos variados para evaluar los distintos aprendizajes de los alumnos y son coherentes con los criterios de evaluación definidos en la programación.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se tiene en cuenta los recursos personales y materiales necesarios en la programación de las clases.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se plantean diversidad de actividades en cada sesión.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se utilizan diferentes técnicas de evaluación: observación directa,	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado

pruebas objetivas, actividades prácticas, situaciones de aprendizaje...			
Se favorece y valora en las clases la expresión oral del alumnado.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se fomenta el respeto y la colaboración entre los alumnos/as.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se utilizan recursos TIC como instrumento y/o complemento a la acción docente.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado

M. Tabla de relación de criterios de evaluación, indicadores de logro y su peso y la evaluación.

Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Contenidos de materia</i>	<i>Contenidos transversales</i>	<i>Indicadores de logro</i>	<i>Peso IL</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>SA</i>
1.1 Organizar y complementar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	A B C	1, 2, 12	1.1.1 Organiza actividades sencillas orientadas a la salud y estilo de vida activo.	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.1.2 Desarrolla las capacidades físicas a partir de una valoración inicial.	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.1.3 Respeta la propia realidad e identidad corporal.	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.2 Incorporar con autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos variados de control de la intensidad de las actividades. (STEM1, STEM5)	A B C	1, 2, 12	1.2.1 Incorpora los procesos de activación corporal, regulación y dosificación del esfuerzo.	1,85%	Prueba práctica	Autoevaluación	2, 3, 6, 9
			1.2.2 Asume las rutinas de la práctica motriz de manera saludable y responsable.	1,85%	Prueba práctica	Autoevaluación	2, 3, 6, 9
			1.2.3 Aplica los mecanismos de control de intensidad del esfuerzo físico.	1,85%	Prueba práctica	Coevaluación	2, 3, 6, 9

1.3 Empezar a introducir en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	A B	1, 2, 12	1.3.1 Comienza una alimentación saludable en su rutina diaria.	1,66%	Cuaderno del alumno	Autoevaluación	2, 3, 6, 9
			1.3.2 Conoce la adecuada postura corporal y actividades de relajación y respiración.	1,66%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.3.3 Respeta sus propias características individuales.	1,66%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.4 Incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)	A B C	1, 2, 12	1.4.1 Adopta hábitos de vida saludable en su vida diaria.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.4.2 Aplica normas de higiene antes, durante y después de la práctica deportiva.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.5 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	A B C	1, 2, 12	1.5.1 Asume de manera responsable las medidas de prevención de lesiones en el proceso de actividad motriz.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.5.2 Reconoce las situaciones de riesgo.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.5.3 Actúa de manera preventiva ante el riesgo de lesiones.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la	A B C	1, 2, 12	1.6.1 Realiza protocolos de intervención ante accidentes.	2,5%	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9

práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)			1.6.2 Aplica medidas básicas de primeros auxilios.	2,5%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.7 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)	A B C	1, 2, 12	1.7.1 Analiza la repercusión de prácticas y comportamientos en su salud y convivencia.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.7.2 Evita comportamientos que pongan en riesgo la salud no repitiendo errores.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.8 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	A B	3, 4, 6, 10	1.8.1 Reconoce el potencial de diversos recursos digitales	2,775 %	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.8.2 Identifica los posibles riesgos de su uso en el ámbito de la práctica deportiva.	2,775 %	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando, seleccionando y comunicando información relevante, elaborando documentos propios y haciendo exposiciones y argumentaciones de estos. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	A B C	3, 4, 6, 10	1.9.1 Utiliza las TIC en el proceso de aprendizaje.	1,66%	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.9.2 Extrae la información importante.	1,66%	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.9.3 Elabora sus propios documentos.	1,66%	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
2.1 Desarrollar de manera progresivamente autónoma proyectos motores de carácter individual,	A B C	5, 7, 8, 15	2.1.1 Desarrolla proyectos motores de carácter	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11

cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)			individual, cooperativo o colaborativo.				
			2.1.2 Reconduce los procesos de trabajo mediante los mecanismos adecuados.	1,85%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.1.3 Incluye estrategias de autoevaluación y coevaluación.	1,85%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	1, 4, 5, 7, 9, 11
2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	A B C	5, 7, 8, 15	2.2.1 Interpreta y actúa correctamente diferentes situaciones motrices con una limitada incertidumbre.	1,85%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.2.2 Aplica principios básicos en la toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas.	1,85%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.2.3 Se adecúa a las demandas motrices y a la actuación del compañero o del oponente en contextos reales o simulados.	1,85%	<i>Guía de observación</i>	<i>Heteroevaluación</i>	1, 4, 5, 7, 9, 11
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo	A B C	5, 7, 8, 15	2.3.1 Evidencia control y dominio en los proyectos motores.	1,85%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	1, 4, 5, 7, 9, 11

frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)			2.3.2 Emplea los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad eficientemente y de forma creativa.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.3.3 Resuelve problemas en todo tipo de situaciones motrices con autonomía.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades. (CPSAA1, CE2, CE3)	A B C D	5, 7, 8, 15	2.4.1 Participa en todo tipo de situaciones motrices planteadas.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.4.2 Muestra actitudes de esfuerzo y superación personal.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.4.3 Acepta las correcciones durante la práctica deportiva.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	A B C D	5, 7, 8, 11, 15	3.1.1 Practica gran variedad de actividades motrices.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.1.2 Evita la competitividad desmedida.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.1.3 Actúa con deportividad tanto en el rol de participante, público u otros.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro	A B C D	5, 7, 8, 11, 15	3.2.1 Colabora en la práctica de diferentes producciones y	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS

individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)			proyectos motrices para el logro individual y grupal.				
			3.2.2 Participa con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	A B C D	5, 7, 8, 11, 15	3.3.1 Usa de forma autónoma y progresiva las habilidades sociales comunicándose en otras lenguas.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.3.2 Dialoga en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.3.3 Adopta una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS

4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. (CC2, CC3, CEC1, CCEC3, CCEC4)	D E	9, 13	4.1.1 Gestiona la participación de juegos motores y manifestaciones artístico-expresivas de Castilla y León y otras.	2,5%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	8
			4.1.2 Favorece mediante su práctica a la conservación de las mismas.	2,5%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	8
4.2 Experimentar y analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	D E	9, 13	4.2.1 Participa en diferentes modalidades y actividades deportivas según su requerimientos y características.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	8
			4.2.2 Evita los sesgos sobre estereotipos de género o capacidad y comportamientos sexistas vinculados a estas prácticas.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	8
4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas	D E	9, 13	4.3.1 Crea composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada.	2,775 %	Prueba práctica	Heteroevaluación	8
			4.3.2 Emplea intencionadamente y con progresiva autonomía el	2,775 %	Prueba práctica	Heteroevaluación	8

técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)			cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas.				
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	A B D F	14	5.1.1 Participa en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	13
			5.1.2 Disfruta del entorno de manera sostenible.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	13
			5.1.3 Minimiza el impacto ambiental que las actividades deportivas en la naturaleza pueden ocasionar.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	13
5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)	A B D F	14	5.2.1 Practica las actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano.	2,775 %	Prueba práctica	Heteroevaluación	13
			5.2.2 Aplica normas de seguridad individuales y colectivas.	2,775 %	Prueba práctica	Heteroevaluación	13

NOTA 1: Calificación de los criterios de evaluación

Los indicadores de logro serán calificados con una escala cualitativa (muy bien, bien, regular...) en función del tipo de instrumento a utilizar se especificarán más o menos niveles. Con el fin de poder realizar cálculos, esta escala se convertirá en cuantitativa (0-10).

Para valorar el grado alcanzado en un criterio de evaluación, se realizará la media ponderada de sus indicadores de logro asociados.

NOTA 2: Calificación de la materia

La materia será calificada de forma continua, teniendo en cuenta todas las anotaciones realizadas durante el curso, si bien se tendrá en cuenta la evolución positiva del alumno en la valoración de los diferentes criterios de evaluación.

Las herramientas de registro empleadas permitirán tener siempre una calificación global actualizada, que se calculará con una media ponderada de los criterios de evaluación, con los pesos que se detallan en la siguiente tabla:

	CRITERIO DE EVALUACIÓN																					
	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.1	2.2	2.3	2.4	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2	
PESO	3	3	2	2	2	2	2	1	1	2	3	3	4	3	2	4	2	3	3	3	2	

A la hora de poner las notas, para la primera evaluación se realizará una media ponderada de los criterios de evaluación trabajados en esa evaluación. Para la nota de la segunda evaluación se realizará también la media ponderada de los criterios trabajados en la segunda evaluación. Y para la nota final, a través de la media ponderada de los criterios trabajados a lo largo del curso.

Para superar la materia será necesario obtener una media ponderada de los criterios de evaluación superior o igual a 5 puntos.

Si no se da esta circunstancia, se deberá realizar en los últimos días de curso un plan de refuerzo para recuperar los criterios no superados. Dicho plan de refuerzo incluirá actividades teórico-prácticas de acuerdo con el carácter de los criterios a recuperar.

Para superar la materia en la evaluación final será necesario obtener, tras las anotaciones correspondientes al plan de refuerzo, una media ponderada de los criterios de evaluación superior o igual a 5 puntos.

La materia se calificará de acuerdo con lo establecido en el currículo y según la correspondencia:

Menos de 5 puntos: INSUFICIENTE

Entre 5 y 5,9 puntos: SUFICIENTE

Entre 6 y 6,9 puntos: BIEN

Entre 7 y 8,5 puntos: NOTABLE

Entre 8,6 y 10 puntos: SOBRESALIENTE

En caso de obtener la calificación exacta del cambio de calificación, se consignará la calificación superior.

NOTA 3: El alumnado con la materia pendiente de cursos anteriores podrá superarla aprobando la 1ª y 2ª evaluación, dado el carácter continuo de la asignatura. En caso de no lograrlo, se realizará una prueba de carácter teórico práctico sobre los contenidos trabajados durante el curso y la nota obtenida se recogerá en los CE de carácter procedimental y conceptual. Los CE de carácter actitudinal se mantendrán con la nota de final de curso.

3ºESO

A. Introducción: conceptualización y características de la materia.

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.

B. Diseño de la evaluación inicial.

Criterios de evaluación	Instrumento de evaluación	Número de sesiones	Agente evaluador	Observaciones
1.1	Prueba práctica	5	Heteroevaluación	
1.2	Registro anecdótico	1	Autoevaluación	
1.3	Registro anecdótico	2	Autoevaluación	

C. Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

D. Metodología didáctica.

Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):

Mando directo - Asignación de tareas - Enseñanza recíproca - Grupos reducidos - Programas individuales - Descubrimiento guiado - Resolución de problemas y Creatividad.

Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:

Agrupamientos individuales, pareja, grupos mixtos. Los espacios y tiempos se organizarán de manera proporcional al tipo de actividad. A las actividades grupales generalmente se les otorgará más tiempo, ya que es preciso realizar más ajustes entre los componentes. De la misma manera, el profesor requerirá más tiempo en la realización de feedback en este tipo de actividades.

E. Secuencia de unidades temporales de programación.

	Título	Fechas y sesiones
PRIMER TRIMESTRE	SA 1: Juegos cooperativos	3
	SA 2: Resistimos	7
	SA 3: Balonmano	7

	SA 4: Deportes alternativos	8
SEGUNDO TRIMESTRE	SA 5: Iniciación al vóley	6
	SA 6: Montaje/coreografía	6
	SA 7: Deportes de raqueta	6
	SA 8: Circuitos de CF	5
	SA 9: Relax relax	1
TERCER TRIMESTRE	SA 10: Baloncesto	8
	SA 11: Tchoukball	6
	SA 12: Orientación	6

F. En su caso, concreción de proyectos significativos.

Título	Temporalización por trimestres	Tipo de aprendizaje	Materia / Materias
Expresión Corporal	2º trimestre	Interdisciplinar	Música, Dibujo.
Juegos de ayer y hoy	3º trimestre	Interdisciplinar	Dibujo, Geografía e Historia.
Mejorando mi forma física con Strava	Todo el curso	Interdisciplinar	Matemáticas, Física.

G. Materiales y recursos de desarrollo curricular.

	Editorial	Edición/ Proyecto	ISBN
En su caso, Libros de texto			

	Materiales	Recursos
Impresos	Apuntes	
Digitales e informáticos	Apuntes	Tablets, ordenadores, pizarra digital.

Medios audiovisuales y multimedia		Tablets, ordenadores, pizarra digital.
Manipulativos	Propios de EF	
Otros	Propios de EF	

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

Planes, programas y proyectos	Implicaciones de carácter general desde la materia	Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)
Plan de Acogida	Fomentar la adaptación del alumnado de nuevo ingreso mediante actividades grupales y cooperativas.	1
Plan de Fomento de la Igualdad entre Hombres y Mujeres	Mediante las actividades coeducativas y trabajo en grupos mixtos.	Todas.
Plan de Convivencia	Trabajo de las relaciones sociales a través del deporte.	Todas.
Plan de Lectura	Mediante los apuntes proporcionados.	3, 6.
Plan Digital	Utilización de las TIC para la elaboración de trabajos.	2, 10.

I. Actividades complementarias y extraescolares.

Actividades complementarias y extraescolares	Breve descripción de la actividad	Temporalización (indicar la SA donde se realiza)
Ruta de senderismo	Ruta de senderismo	Transversal
Semana Blanca	Excursión de Esquí a Andorra durante 5 días en la que los alumnos desarrollarán diferentes habilidades motrices mediante la práctica del esquí.	Transversal

Jornada de puertas abiertas de juegos populares con la participación de las familias.	Jornada de convivencia donde los familiares podrán participar explicando los juegos o jugando.	Transversal
---	--	-------------

J. Atención a las diferencias individuales del alumnado.

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Formas de representación</i>	<i>Formas de acción y expresión</i>	<i>Formas de implicación</i>
El volumen o velocidad del habla y el sonido.	Proporcionar alternativas en los requisitos de ritmo, plazos y motricidad necesarias para interactuar con los materiales educativos, tanto en los que requieren una manipulación física como las tecnologías.	Involucrar a los estudiantes, siempre que sea posible, en el establecimiento de sus propios objetivos personales académicos y conductuales.

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Alumnado</i>	<i>Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa</i>	<i>Observaciones</i>
A	Medidas de Refuerzo Educativo	A los alumnos/as que presentan alguna dificultad en la adquisición de contenidos se les adaptan las tareas en función de sus dificultades individuales. Evaluación Individualizada. Intervenciones Específicas.
B	Plan Específico de Refuerzo	Adaptaciones Curriculares. Apoyo Tecnológico. Grupos de Apoyo Social y Emocional. Colaboración con Padres y Familias.

C	Plan de Enriquecimiento Curricular	Programas de Aprendizaje Avanzado. Proyectos de Investigación y Estudio.
D	Plan de recuperación	Los alumnos/as con la materia suspensa del curso anterior podrán recuperar aprobando la primera y segunda evaluación del curso actual.

K. Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.

El proceso de evaluación se indica en el [apartado M.](#)

L. Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

<i>Indicadores de logro</i>	<i>Instrumentos de evaluación</i>	<i>Momentos en los que se realizará la evaluación</i>	<i>Personas que llevarán a cabo la evaluación</i>
La programación se ha realizado en coordinación con el resto del profesorado.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor
Adapta los objetivos a las características del alumnado y al entorno del centro docente.	Escala de valoración	Durante todo el curso	Profesor
Programa actividades adecuadas para abordar los objetivos y contenidos propuestos.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
La selección y temporalización de contenidos y actividades ha sido ajustada.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
La programación ha facilitado la flexibilidad	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado

de las clases, para ajustarse a las necesidades e intereses de los alumnos lo más posible.			
Los criterios de evaluación y calificación han sido claros y conocidos por los alumnos, y han permitido hacer un seguimiento del progreso de los alumnos.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Fomenta la convivencia, principios democráticos, defensa del medio ambiente, educación para la salud, etc.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Diseña estrategias para dar una respuesta adecuada a la diversidad.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Dispone de instrumentos variados para evaluar los distintos aprendizajes de los alumnos y son coherentes con los criterios de evaluación definidos en la programación.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se tiene en cuenta los recursos personales y	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado

materiales necesarios en la programación de mis clases.			
Se plantean diversidad de actividades en cada sesión.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se utilizan diferentes técnicas de evaluación: observación directa, pruebas objetivas, actividades prácticas, situaciones de aprendizaje...	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se favorece y valora en las clases la expresión oral del alumnado.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se fomenta el respeto y la colaboración entre los alumnos/as.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se utilizan recursos TIC como instrumento y/o complemento a la acción docente.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado

M. Tabla de relación de criterios de evaluación, indicadores de logro y su peso y la evaluación.

Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Contenidos de materia</i>	<i>Contenidos transversales</i>	<i>Indicadores de logro</i>	<i>Peso IL</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>SA</i>
1.1 Autorregular la práctica organizada de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	A B C	1, 2, 12	1.1.1 Regula la práctica de actividad deportiva de manera organizada relacionada con la salud y vida activa.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.1.2 Desarrolla las capacidades físicas acorde a sus intereses	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.1.3 Respeto la propia realidad e identidad corporal.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	A B C	1, 2, 12	1.2.1 Incorpora los procesos de activación corporal, regulación y dosificación del esfuerzo.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.2.2 Asume las rutinas de la práctica motriz de manera saludable y responsable.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.2.3 Aplica los mecanismos de control de intensidad del esfuerzo físico.	1,85%	Prueba práctica	Coevaluación	2, 3, 6, 9

1.3 Introducir en sus rutinas diarias el desarrollo de una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	A B	1, 2, 12	1.3.1 Desarrolla una alimentación saludable en su rutina diaria.	1,66%	<i>Cuaderno del alumno</i>	<i>Autoevaluación</i>	2, 3, 6, 9
			1.3.2 Conoce la adecuada postura corporal y actividades de relajación y respiración.	1,66%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2, 3, 6, 9
			1.3.3 Respeta sus propias características individuales.	1,66%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2, 3, 6, 9
1.4 Comenzar a adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)	A B C	1, 2, 12	1.4.1 Adopta hábitos de vida saludable en su vida diaria.	1,25%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2, 3, 6, 9
			1.4.2 Aplica normas de higiene antes, durante y después de la práctica deportiva.	1,25%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2, 3, 6, 9
			1.4.3 Interioriza las rutinas de la práctica deportiva saludable y responsable.	1,25%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2, 3, 6, 9
1.5 Empezar a adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	A B C	1, 2, 12	1.5.1 Asume de manera responsable las medidas de prevención de lesiones en el proceso de actividad motriz	1,85%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2, 3, 6, 9
			1.5.2 Reconoce las situaciones de riesgo.	1,85%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2, 3, 6, 9
			1.5.3 Actúa de manera preventiva ante el riesgo de lesiones.	1,85%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	2, 3, 6, 9

1.6 Conocer los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	A B C	1, 2, 12	1.6.1 Conoce los protocolos de intervención ante una emergencia.	2,5%	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.6.2 Aplica medidas de primeros auxilios.	2,5%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)	A B C	1, 2, 12	1.7.1 Asume actitudes de rechazo de estereotipos corporales, de género y diversidad sexual.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.7.2 Evita comportamientos que pongan en riesgo la salud.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.7.3 Contrasta información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.8 Desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	A B	3, 4, 6, 10	1.8.1 Desarrolla con seguridad la práctica deportiva.	2,775 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.8.2 Maneja aplicaciones digitales y recursos relacionados con la actividad física y el deporte.	2,775 %	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de	A B C	3, 4, 6, 10	1.9.1 Utiliza las TIC en el proceso de aprendizaje.	1,66%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9

aprendizaje, buscando, seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)			1.9.2 Distingue la información relacionada con la actividad física.	1,66%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.9.3 Comunica sus conclusiones en el soporte adecuado.	1,66%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)	A B C	5, 7, 8, 15	2.1.1 Desarrolla proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo.	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.1.2 Reconduce los procesos de trabajo mediante los mecanismos adecuados.	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.1.3 Utiliza estrategias de autoevaluación y coevaluación en el proceso y en el resultado.	1,85%	Prueba práctica	Coevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	A B C	5, 7, 8, 15	2.2.1 Muestra las habilidades adecuadas en situaciones de elevada incertidumbre.	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.2.2 Aprovecha sus propias capacidades, así como la de sus compañeros y adversarios.	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.2.3 Aplica los procesos de toma de decisión, decisión y	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11

			ejecución en situaciones reales y simuladas.				
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	A B C	5, 7, 8, 15	2.3.1 Evidencia control y dominio en los proyectos motores.	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.3.2 Emplea los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad eficientemente y de forma creativa.	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.3.3 Resuelve problemas en todo tipo de situaciones motrices con autonomía.	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades y valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)	A B C D	5, 7, 8, 15	2.4.1 Participa en todo tipo de situaciones motrices planteadas.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.4.2 Muestra actitudes de esfuerzo y superación personal.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.4.3 Admite las correcciones durante el proceso de aprendizaje.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
3.1 Practicar y colaborar en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las	A B C D	5, 7, 8, 11, 15	3.1.1 Practica gran variedad de actividades motrices.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS

implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)			3.1.2 Colabora en la organización de las actividades deportivas.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.1.3 Actúa con deportividad tanto en el rol de participante, público u otros, sin exceso de competitividad.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con progresiva autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	A B C D	5, 7, 8, 11, 15	3.2.1 Colabora en la práctica de diferentes producciones y proyectos motrices para el logro individual y grupal.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.2.2 Participa con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
3.3 Relacionarse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones	A B C D	5, 7, 8, 11, 15	3.3.1 Interacciona con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.3.2 Utiliza sus propias habilidades sociales, comunicación en otras lenguas.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS

discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)			3.3.3 Dialoga en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	1,25%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	TODAS
4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes y evolución. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	D E	9, 13	4.1.1 Comprende la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo.	1,66%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	8
			4.1.2 Practica diversas actividades relacionadas con la cultura castellana y de otros lugares del mundo.	1,66%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	8
			4.1.3 Contextualiza la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes y evolución.	1,66%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	
4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen	D E	9, 13	4.2.1 Asume actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos	1,875 %	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	8

produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)			estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad.				
			4.2.2 Identifica los factores que contribuyen al mantenimiento de actitudes intolerantes en la actividad física y el deporte.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	8
4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	D E	9, 13	4.3.1 Crea composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada.	1,85%	Prueba práctica	Coevaluación	8
			4.3.2 Representa composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada.	1,85%	Prueba práctica	Coevaluación	8
			4.3.3 Emplea intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	8

			diversas técnicas expresivas específicas.				
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	A B D F	14	5.1.1 Participa en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	12
			5.1.2 Disfruta del entorno de manera sostenible.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	12
			5.1.3 Minimiza el impacto ambiental que las actividades deportivas en la naturaleza pueden ocasionar.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	12
5.2 Organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)	A B D F	14	5.2.1 Organiza actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano.	1,85%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	12
			5.2.2 Asume responsabilidades en la realización de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	12
			5.2.3 Aplica normas de seguridad individuales y colectivas.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	12

NOTA 1: Calificación de los criterios de evaluación

Los indicadores de logro serán calificados con una escala cualitativa (muy bien, bien, regular...) en función del tipo de instrumento a utilizar se especificarán más o menos niveles. Con el fin de poder realizar cálculos, esta escala se convertirá en cuantitativa (0-10).

Para valorar el grado alcanzado en un criterio de evaluación, se realizará la media ponderada de sus indicadores de logro asociados.

NOTA 2: Calificación de la materia

La materia será calificada de forma continua, teniendo en cuenta todas las anotaciones realizadas durante el curso, si bien se tendrá en cuenta la evolución positiva del alumno en la valoración de los diferentes criterios de evaluación.

Las herramientas de registro empleadas permitirán tener siempre una calificación global actualizada, que se calculará con una media ponderada de los criterios de evaluación, con los pesos que se detallan en la siguiente tabla:

		CRITERIO DE EVALUACIÓN																				
		1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.1	2.2	2.3	2.4	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2
PESO		3	3	2	2	2	2	2	1	1	2	3	3	4	3	2	4	2	3	3	3	2

A la hora de poner las notas, para la primera evaluación se realizará una media ponderada de los criterios de evaluación trabajados en esa evaluación. Para la nota de la segunda evaluación se realizará también la media ponderada de los criterios trabajados en la segunda evaluación. Y para la nota final, a través de la media ponderada de los criterios trabajados a lo largo del curso.

Para superar la materia será necesario obtener una media ponderada de los criterios de evaluación superior o igual a 5 puntos.

Si no se da esta circunstancia, se deberá realizar en los últimos días de curso un plan de refuerzo para recuperar los criterios no superados. Dicho plan de refuerzo incluirá actividades teórico-prácticas de acuerdo con el carácter de los criterios a recuperar.

Para superar la materia en la evaluación final será necesario obtener, tras las anotaciones correspondientes al plan de refuerzo, una media ponderada de los criterios de evaluación superior o igual a 5 puntos.

La materia se calificará de acuerdo con lo establecido en el currículo y según la correspondencia:

Menos de 5 puntos: INSUFICIENTE

Entre 5 y 5,9 puntos: SUFICIENTE

Entre 6 y 6,9 puntos: BIEN

Entre 7 y 8,5 puntos: NOTABLE

Entre 8,6 y 10 puntos: SOBRESALIENTE

En caso de obtener la calificación exacta del cambio de calificación, se consignará la calificación superior.

NOTA 3: El alumnado con la materia pendiente de cursos anteriores podrá superarla aprobando la 1ª y 2ª evaluación, dado el carácter continuo de la asignatura. En caso de no lograrlo, se realizará una prueba de carácter teórico práctico sobre los contenidos trabajados durante el curso y la nota obtenida se recogerá en los CE de carácter procedimental y conceptual. Los CE de carácter actitudinal se mantendrán con la nota de final de curso.

4ºESO

A. Introducción: conceptualización y características de la materia.

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León.

B. Diseño de la evaluación inicial.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Número de sesiones</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>Observaciones</i>
1.1	Prueba práctica	5	Heteroevaluación	
1.2	Registro anecdótico	1	Autoevaluación	
1.3	Registro anecdótico	2	Autoevaluación	

C. Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

D. Metodología didáctica.

Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):

Mando directo - Asignación de tareas - Enseñanza recíproca - Grupos reducidos - Programas individuales - Descubrimiento guiado - Resolución de problemas y Creatividad.

Tipos de agrupamientos y organización de tiempos y espacios:

Agrupamientos individuales, pareja, grupos mixtos. Los espacios y tiempos se organizarán de manera proporcional al tipo de actividad. A las actividades grupales generalmente se les otorgará más tiempo, ya que es preciso realizar más ajustes entre los componentes. De la misma manera, el profesor requerirá más tiempo en la realización de feedback en este tipo de actividades.

E. Secuencia de unidades temporales de programación.

	<i>Título</i>	<i>Fechas y sesiones</i>
PRIMER TRIMESTRE	SA 1: Juegos cooperativos	2
	SA 2: Resistimos	7
	SA 3: Balonmano	8
	SA 4: Deportes alternativos	8

SEGUNDO TRIMESTRE	SA 5: Montaje/coreografía	7
	SA 6: Deportes de raqueta	6
	SA 7: crossfiteando	3
	SA 8: Deportes populares/ tradicionales	5
	SA 9: Relax relax	1
TERCER TRIMESTRE	SA 10: Baloncesto	8
	SA 11: Rugby tag	6
	SA 12: Orientación	6

F. En su caso, concreción de proyectos significativos.

Título	Temporalización por trimestres	Tipo de aprendizaje	Materia / Materias
Organización de torneos deportivos.	Todo el curso	Interdisciplinar	Matemáticas.
Mejorando mi forma física con Strava	Todo el curso	Interdisciplinar	Matemáticas, Física.

G. Materiales y recursos de desarrollo curricular.

	Editorial	Edición/ Proyecto	ISBN
En su caso, Libros de texto			

	Materiales	Recursos
Impresos	Apuntes	
Digitales e informáticos	Apuntes	Tablets, ordenadores, pizarra digital.
Medios audiovisuales y multimedia		Tablets, ordenadores, pizarra digital.
Manipulativos	Propios de EF	

Otros	Propios de EF	
-------	---------------	--

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

Planes, programas y proyectos	Implicaciones de carácter general desde la materia	Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)
Plan de Acogida	Fomentar la adaptación del alumnado de nuevo ingreso mediante actividades grupales y cooperativas.	1
Plan de Fomento de la Igualdad entre Hombres y Mujeres	Mediante las actividades coeducativas y trabajo en grupos mixtos.	Todas.
Plan de Convivencia	Trabajo de las relaciones sociales a través del deporte.	Todas.
Plan de Lectura	Mediante los apuntes proporcionados.	3, 6.
Plan Digital	Utilización de las TIC para la elaboración de trabajos.	2, 10.

I. Actividades complementarias y extraescolares.

Actividades complementarias y extraescolares	Breve descripción de la actividad	Temporalización (indicar la SA donde se realiza)
Ruta de senderismo	Ruta de senderismo	Transversal
Semana Blanca	Excursión de Esquí a Andorra durante 5 días en la que los alumnos desarrollarán diferentes habilidades motrices mediante la práctica del esquí.	Transversal
Jornada de puertas abiertas de juegos populares con la participación de las familias	Jornada de convivencia donde los familiares podrán participar explicando los juegos o jugando.	Transversal

J. Atención a las diferencias individuales del alumnado.

1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Formas de representación</i>	<i>Formas de acción y expresión</i>	<i>Formas de implicación</i>
El volumen o velocidad del habla y el sonido. Además, contamos con una intérprete en lengua de signos españoles que nos facilita la comunicación.	Proporcionar alternativas en los requisitos de ritmo, plazos y motricidad necesarias para interactuar con los materiales educativos, tanto en los que requieren una manipulación física como las tecnologías.	Involucrar a los estudiantes, siempre que sea posible, en el establecimiento de sus propios objetivos personales académicos y conductuales.

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<i>Alumnado</i>	<i>Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa</i>	<i>Observaciones</i>
A	Medidas de Refuerzo Educativo	A los alumnos/as que presentan alguna dificultad en la adquisición de contenidos se les adaptan las tareas en función de sus dificultades individuales. Evaluación Individualizada. Intervenciones Específicas.
B	Plan Específico de Refuerzo	Adaptaciones Curriculares. Apoyo Tecnológico. Grupos de Apoyo Social y Emocional. Colaboración con Padres y Familias.
C	Plan de Enriquecimiento Curricular	Programas de Aprendizaje Avanzado. Proyectos de Investigación y Estudio.

D	Plan de recuperación	Los alumnos/as con la materia suspensa del curso anterior podrán recuperar aprobando la primera y segunda evaluación del curso actual.
---	----------------------	--

K. Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.

La evaluación del proceso de aprendizaje se indica en el [apartado M.](#)

L. Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

<i>Indicadores de logro</i>	<i>Instrumentos de evaluación</i>	<i>Momentos en los que se realizará la evaluación</i>	<i>Personas que llevarán a cabo la evaluación</i>
La programación se ha realizado en coordinación con el resto del profesorado.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor
Adapta los objetivos a las características del alumnado y al entorno del centro docente.	Escala de valoración	Durante todo el curso	Profesor
Programa actividades adecuadas para abordar los objetivos y contenidos propuestos.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
La selección y temporalización de contenidos y actividades ha sido ajustada.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
La programación ha facilitado la flexibilidad de las clases, para ajustarse a las necesidades e intereses	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado

de los alumnos lo más posible.			
Los criterios de evaluación y calificación han sido claros y conocidos por los alumnos, y han permitido hacer un seguimiento del progreso de los alumnos.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Fomenta la convivencia, principios democráticos, defensa del medio ambiente, educación para la salud, etc.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Diseña estrategias para dar una respuesta adecuada a la diversidad.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Dispone de instrumentos variados para evaluar los distintos aprendizajes de los alumnos y son coherentes con los criterios de evaluación definidos en la programación.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se tiene en cuenta los recursos personales y materiales necesarios en la programación de mis clases.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado

Se plantean diversidad de actividades en cada sesión.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se utilizan diferentes técnicas de evaluación: observación directa, pruebas objetivas, actividades prácticas, situaciones de aprendizaje...	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se favorece y valora en las clases la expresión oral del alumnado.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se fomenta el respeto y la colaboración entre los alumnos/as.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado
Se utilizan recursos TIC como instrumento y/o complemento a la acción docente.	Escala de valoración	Final de cada trimestre	Profesor y alumnado

M. Tabla de relación de criterios de evaluación, indicadores de logro y su peso y la evaluación.

Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

<i>Criterios de evaluación</i>	<i>Contenidos de materia</i>	<i>Contenidos transversales</i>	<i>Indicadores de logro</i>	<i>Peso IL</i>	<i>Instrumento de evaluación</i>	<i>Agente evaluador</i>	<i>SA</i>
1.1 Planificar y autorregular la actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	A B C	1, 2, 12	1.1.1 Planifica su actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.1.2 Desarrolla las capacidades físicas acorde a sus intereses	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.1.3 Respeto la propia realidad e identidad corporal.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, específicos a la actividad realizada posteriormente y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	A B C	1, 2, 12	1.2.1 Incorpora los procesos de activación corporal, regulación y dosificación del esfuerzo.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.2.2 Asume las rutinas de la práctica motriz de manera saludable y responsable.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.2.3 Aplica los mecanismos de control de intensidad del esfuerzo físico.	1,85%	Prueba práctica	Coevaluación	2, 3, 6, 9
1.3 Incorporar en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de relajación, respetando sus	A B	1, 2, 12	1.3.1 Desarrolla una alimentación saludable en su rutina diaria.	1,66%	Cuaderno del alumno	Autoevaluación	2, 3, 6, 9

características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)			1.3.2 Conoce la adecuada postura corporal y actividades de relajación y respiración.	1,66%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.3.3 Respeta sus propias características individuales.	1,66%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.4 Adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)	A B C	1, 2, 12	1.4.1 Adopta hábitos de vida saludable en su vida diaria.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.4.2 Aplica normas de higiene antes, durante y después de la práctica deportiva.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.4.3 Interioriza las rutinas de la práctica deportiva saludable y responsable.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.5 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	A B C	1, 2, 12	1.5.1 Asume de manera responsable las medidas de prevención de lesiones en el proceso de actividad motriz	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.5.2 Reconoce las situaciones de riesgo.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.5.3 Actúa de manera preventiva ante el riesgo de lesiones.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o	A B C	1, 2, 12	1.6.1 Conoce los protocolos de intervención ante una emergencia.	2,5%	Prueba escrita	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9

accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)			1.6.2 Aplica medidas de primeros auxilios.	2,5%	Prueba práctica	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)	A B C	1, 2, 12	1.7.1 Asume actitudes de rechazo de estereotipos corporales, de género y diversidad sexual.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.7.2 Evita comportamientos que pongan en riesgo la salud.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.7.3 Contrasta información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.8 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	A B	3, 4, 6, 10	1.8.1 Planifica la práctica física cotidiana.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.8.2 Desarrolla con seguridad la práctica deportiva.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.8.3 Maneja aplicaciones digitales y recursos relacionados con la actividad física y el deporte.	1,85%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de	A B C	3, 4, 6, 10	1.9.1 Utiliza las TIC en el proceso de aprendizaje.	1,66%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9

aprendizaje, buscando, analizando y seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)			1.9.2 Distingue la información relacionada con la actividad física.	1,66%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
			1.9.3 Comunica sus conclusiones en el soporte adecuado.	1,66%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	2, 3, 6, 9
2.1 Desarrollar de manera autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada e inclusiva, utilizando estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)	A B C	5, 7, 8, 15	2.1.1 Desarrolla proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo.	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.1.2 Reconduce los procesos de trabajo mediante los mecanismos adecuados.	1,85%	Guía de observación	Autoevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.1.3 Utiliza estrategias de autoevaluación y coevaluación en el proceso y en el resultado.	1,85%	Prueba práctica	Coevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	A B C	5, 7, 8, 15	2.2.1 Muestra las habilidades adecuadas en situaciones de elevada incertidumbre.	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.2.2 Aprovecha sus propias capacidades, así como la de sus compañeros y adversarios.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.2.3 Aplica los procesos de toma de decisión, decisión y	1,85%	Guía de observación	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11

			ejecución en situaciones reales y simuladas.				
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía y teniendo en cuenta la influencia en otros posibles participantes. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	A B C	5, 7, 8, 15	2.3.1 Evidencia control y dominio en los proyectos motores.	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.3.2 Emplea los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad eficientemente y de forma creativa.	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.3.3 Resuelve problemas en todo tipo de situaciones motrices influenciadas por otros participantes con autonomía.	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando una progresiva autoestima y valorando todas sus actuaciones durante la ejecución de las tareas motrices. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)	A B C D	5, 7, 8, 15	2.4.1 Participa en todo tipo de situaciones motrices planteadas.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
			2.4.2 Muestra actitudes de esfuerzo y superación personal.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	1, 4, 5, 7, 9, 11
3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando	A B C D	5, 7, 8, 11, 15	3.1.1 Practica gran variedad de actividades motrices.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.1.2 Colabora en la organización de las actividades deportivas.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS

con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)			3.1.3 Actúa con deportividad tanto en el rol de participante, público u otros, sin exceso de competitividad.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	A B C D	5, 7, 8, 11, 15	3.2.1 Colabora en la práctica de diferentes producciones y proyectos motrices para el logro individual y grupal.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.2.2 Participa con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los	A B C D	5, 7, 8, 11, 15	3.3.1 Interacciona con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS
			3.3.2 Utiliza sus propias habilidades sociales, comunicación en otras lenguas.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	TODAS

estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)			3.3.3 Dialoga en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	1,25%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	TODAS
4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	D E	9, 13	4.1.1 Comprende la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo.	1,66%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	8
			4.1.2 Practica diversas actividades relacionadas con la cultura castellana y de otros lugares del mundo.	1,66%	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	8
			4.1.3 Contextualiza la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes y evolución.	1,66%	<i>Prueba escrita</i>	<i>Heteroevaluación</i>	8
4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen	D E	9, 13	4.2.1 Asume actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos	1,875 %	<i>Registro anecdótico</i>	<i>Heteroevaluación</i>	8

produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)			estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad.				
			4.2.2 Identifica los factores que contribuyen al mantenimiento de actitudes intolerantes en la actividad física y el deporte.	1,875 %	Registro anecdótico	Heteroevaluación	8
4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	D E	9, 13	4.3.1 Crea composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada.	1,85%	Prueba práctica	Coevaluación	8
			4.3.2 Representa composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada.	1,85%	Prueba práctica	Coevaluación	8
			4.3.3 Emplea intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de	1,85%	Prueba práctica	Heteroevaluación	8

			diversas técnicas expresivas específicas.				
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	A B D F	14	5.1.1 Participa en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	11
			5.1.2 Disfruta del entorno de manera sostenible.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	11
			5.1.3 Minimiza el impacto ambiental que las actividades deportivas en la naturaleza pueden ocasionar.	1,25%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	11
5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)	A B D F	14	5.2.1 Diseña actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano.	1,85%	Trabajo de investigación	Heteroevaluación	11
			5.2.2 Asume responsabilidades en la realización de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	11
			5.2.3 Aplica normas de seguridad individuales y colectivas.	1,85%	Registro anecdótico	Heteroevaluación	11

NOTA 1: Calificación de los criterios de evaluación

Los indicadores de logro serán calificados con una escala cualitativa (muy bien, bien, regular...) en función del tipo de instrumento a utilizar se especificarán más o menos niveles. Con el fin de poder realizar cálculos, esta escala se convertirá en cuantitativa (0-10).

Para valorar el grado alcanzado en un criterio de evaluación, se realizará la media ponderada de sus indicadores de logro asociados.

NOTA 2: Calificación de la materia

La materia será calificada de forma continua, teniendo en cuenta todas las anotaciones realizadas durante el curso, si bien se tendrá en cuenta la evolución positiva del alumno en la valoración de los diferentes criterios de evaluación.

Las herramientas de registro empleadas permitirán tener siempre una calificación global actualizada, que se calculará con una media ponderada de los criterios de evaluación, con los pesos que se detallan en la siguiente tabla:

		CRITERIO DE EVALUACIÓN																				
		1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.1	2.2	2.3	2.4	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2
PESO		3	3	2	2	2	2	2	1	1	2	3	3	4	3	2	4	2	3	3	3	2

A la hora de poner las notas, para la primera evaluación se realizará una media ponderada de los criterios de evaluación trabajados en esa evaluación. Para la nota de la segunda evaluación se realizará también la media ponderada de los criterios trabajados en la segunda evaluación. Y para la nota final, a través de la media ponderada de los criterios trabajados a lo largo del curso.

Para superar la materia será necesario obtener una media ponderada de los criterios de evaluación superior o igual a 5 puntos.

Si no se da esta circunstancia, se deberá realizar en los últimos días de curso un plan de refuerzo para recuperar los criterios no superados. Dicho plan de refuerzo incluirá actividades teórico-prácticas de acuerdo con el carácter de los criterios a recuperar.

Para superar la materia en la evaluación final será necesario obtener, tras las anotaciones correspondientes al plan de refuerzo, una media ponderada de los criterios de evaluación superior o igual a 5 puntos.

La materia se calificará de acuerdo con lo establecido en el currículo y según la correspondencia:

Menos de 5 puntos: INSUFICIENTE

Entre 5 y 5,9 puntos: SUFICIENTE

Entre 6 y 6,9 puntos: BIEN

Entre 7 y 8.5 puntos: NOTABLE

Entre 8,6 y 10 puntos: SOBRESALIENTE

En caso de obtener la calificación exacta del cambio de calificación, se consignará la calificación superior.

NOTA 3: El alumnado con la materia pendiente de cursos anteriores podrá superarla aprobando la 1ª y 2ª evaluación, dado el carácter continuo de la asignatura. En caso de no lograrlo, se realizará una prueba de carácter teórico práctico sobre los contenidos trabajados durante el curso y la nota obtenida se recogerá en los CE de carácter procedimental y conceptual. Los CE de carácter actitudinal se mantendrán con la nota de final de curso.

ANEXOS

ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º DE ESO

A. Vida activa y saludable.

- A.1. Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias y su aplicación. Musculatura del *core* (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- A.2. Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. Desarrollo de actitudes preventivas.
- A.3. Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- B.1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- B.3. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.7. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- C.1. Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica.
- C.5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- C.6. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- D.1. Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
- D.2. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- D.3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.
- E.3. Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: Presencia y relevancia de figuras del deporte masculinas y femeninas.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour*, *skate* u otras manifestaciones similares).
- F.4. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.
- F.5. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- F.6. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

ANEXO II. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 2º DE ESO

A. Vida activa y saludable.

- A.1. Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias, de relajación y su aplicación. Musculatura del *core* (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento y su relación con el mantenimiento de la postura. Reconocimiento de posturas incorrectas propias y su corrección. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- A.2. Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. Desarrollo de actitudes preventivas.
- A.3. Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- B.1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- B.3. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación y coevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.7. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- C.1. Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica.
- C.5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- C.6. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- D.1. Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
- D.2. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- D.3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación y dramatización.
- E.3. Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos, etc.).
- E.5. Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour*, *skate* u otras manifestaciones similares).
- F.4. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.
- F.5. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- F.6. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

ANEXO III. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 3º DE ESO

A. Vida activa y saludable.

- A.1. Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación del entrenamiento. Alimentación saludable. Balance energético y actividad física. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.
- A.2. Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte.
- A.3. Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- B.1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo convencional y autoconstruido.
- B.3. Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.7. Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- C.1. Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil.
- C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los

mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.
- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: identificación y corrección de errores comunes.
- C.5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles.
- C.6. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- D.1. Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- D.2. Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- D.3. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- E.3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (*crossfit*, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares).
- F.4. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
- F.5. Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- F.6. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

ANEXO IV. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 4º DE ESO

A. Vida activa y saludable.

- A.1. Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento, zona de actividad. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Balance energético y actividad física. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Reconocimiento y corrección de posturas incorrectas en otros. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.
- A.2. Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.
- A.3. Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- B.1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo convencional y autoconstruido.
- B.3. Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física y reflexión crítica sobre su importancia.
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- B.7. Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- C.1. Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las

características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil.

- C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
- C.5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles.
- C.6. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- D.1. Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- D.2. Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- D.3. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- E.3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.
- E.5. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (*crossfit*, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares).
- F.4. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
- F.5. Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.

- F.6. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

ANEXO V: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO

- CT1. La comprensión lectora.
- CT2. La expresión oral y escrita.
- CT3. La comunicación audiovisual.
- CT4. La competencia digital.
- CT5. El emprendimiento social y empresarial.
- CT6. El fomento del espíritu crítico y científico.
- CT7. La educación emocional y en valores.
- CT8. La igualdad de género.
- CT9. La creatividad
- CT10. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.
- CT11. Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.
- CT12. Educación para la salud.
- CT13. La formación estética.
- CT14. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable.
- CT15. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales.