

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA



2021/2022.

Bachillerato

Víctor Molinero Avilés
Israel Ortiz Jurado
Samuel Heredia Canovaca

ÍNDICE

		PÁGINA
1	JUSTIFICACIÓN TEÓRICA DE LA PROGRAMACIÓN	3
2	CONTEXTUALIZACIÓN DE LA MATERIA	4
3	FUNDAMENTOS PSICOPEDAGÓGICOS DEL ALUMNADO	5
4	OBJETIVOS	6
5	CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE	9
6	CONTENIDOS. DISTRIBUCIÓN TEMÁTICA	10
7	RELACIÓN DE CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SECUENCIACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS	15
8	ORIENTACIONES METODOLÓGICAS	17
9	EVALUACIÓN	20
10	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	23
11	TEMAS TRANSVERSALES	26
12	PLAN DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS.	28
<i>ANEXO I</i>	<i>EVALUACIÓN INICIAL: REVISIÓN MÉDICA ENFERMEDADES Y/O LESIONES DEL ALUMNADO.</i>	30
<i>ANEXO II</i>	<i>INVENTARIO MATERIAL DISPONIBLE EN EL DEPARTAMENTO y DISTRIBUCIÓN INSTALACIONES DEPORTIVAS.</i>	31
<i>ANEXO III</i>	<i>MEDIDAS HIGIÉNICAS ADOPTADAS EN EDUCACIÓN FÍSICA AL UTILIZAR LAS INSTALACIONES MUNICIPALES SEGÚN PROTOCOLO COVID-19</i>	32
<i>ANEXO IV</i>	<i>COMPOSICIÓN DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA</i>	33
<i>ANEXO V</i>	<i>ALUMNADO BILINGÜE: CONTENIDOS EN INGLÉS Y METODOLOGÍA AICLE</i>	34

1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA DE LA PROGRAMACIÓN

El Departamento de Educación Física del I.E.S. “María Bellido”, tiene planteado un objetivo fundamental que podemos resumirlo en: ***promover la actividad deportiva para la obtención de un nivel de vida individual y social más avanzado*** siguiendo la Ley orgánica 8/2013 de 9 de diciembre, el R.D. 1105/2014 de 26 de diciembre y la Orden 15 de enero de 2020.

En esta sociedad volcada en muchos aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, nuestra área ha encontrado una formidable base para afrontar nuevos retos. Porque es bueno y saludable, porque llena nuestro tiempo de ocio, porque lo pasamos bien, nos divertimos, porque nos facilita el riesgo y la aventura, porque nos permite competir con otros, relacionarnos, vivir diferenciadas y variadas experiencias, porque nos permite expresarnos de formas diferentes a las habituales, hoy ya no es necesario recurrir a todo alarde de persuasión para que los profesores de E.F. convenzan a compañeros, padres, alumnos, la comunidad educativa, y la sociedad en general de la importancia de la misma en la educación y formación.

Ahora nos situamos ante nuevas motivaciones para los profesionales de la actividad física, y concretamente, para los educadores de las diferentes etapas educativas. Asiduamente nuestra área se enriquece con la aparición constante de nuevas formas de actividad y una demanda social creciente de las mismas. Muchas de ellas escapan del ámbito educativo, a nuestro control y posibilidades. Por ello necesitamos de una formación constante, de una adaptación permanente en búsqueda del equilibrio entre lo que aportamos a la formación completa del individuo y la demanda de una sociedad que nos plantea continuamente nuevos retos en los campos de ocio, del ejercicio físico, del deporte y la recreación.

Debemos responder a ellos como ya se hizo en anteriores etapas, donde magníficos profesionales lucharon contra la incompreensión, en muchos casos la ignorancia, las modas, los prejuicios, etc. A los profesionales de hoy nos toca dar un nuevo paso que ya no es una lucha solitaria, sino dentro de la dinámica que tiene la reforma de todo el sistema educativo, encontrando en ella a la E.F. como miembro pleno derecho, con voz y voto, para ser protagonista del cambio.

Este departamento trata de definir la Educación Física como la forma de enfocar la educación integral del individuo, que toma como medio fundamental el movimiento corporal y la utilización de áreas de contenidos propios, como la capacidad de respuesta, que le permitirá conocer y adecuar al alumno/as los medios a los fines que contribuyen a mejorar la calidad de vida, como forma de integración social y afirmación de la personalidad.

Así pues, desde la asignatura se intenta educar las capacidades motrices de los alumnos/as, desarrollando las destrezas y habilidades motrices que perfeccionen y aumenten la capacidad de movimiento, profundicen en el conocimiento de la conducta

motriz como organización significativa del comportamiento humano y asumir actitudes, valores y normas con referencia al cuerpo y a la conducta motriz.

La educación a través del cuerpo y del movimiento no puede reducirse a la de los aspectos perceptivos o motrices, sino que implica además aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognitivos.

La orientación de la E.F. gira así en torno a tres grandes funciones básicas:

- Las que orientan la E.F. hacia la aplicación del movimiento como práctica social (deporte/recreo, deporte/competición, ocio...).
- Las que orientan la E.F. hacia las potencialidades anatómico-funcionales del movimiento (condición física).
- Las que orientan la E.F. hacia las posibilidades del movimiento como desarrollo de capacidades cognitivas, relacionales, emocionales y expresivas.

Esta serie de funciones, creemos que hay que reflejarlas a la hora de plantear objetivos, contenidos, metodología...como base de la programación y para su concepción como un todo.

2. CONTEXTUALIZACIÓN DE LA MATERIA

La Educación Física es una materia del bloque de asignaturas específicas de primero de Bachillerato. La materia de Educación Física está orientada fundamentalmente, a profundizar en el conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida, en relación con la consolidación de hábitos regulares de práctica de actividad física saludable en la vida cotidiana y, también, ocupación activa del ocio y tiempo libre. Todo esto brindará al alumnado las oportunidades necesarias para adquirir aptitudes características de ciudadanos con confianza en sí mismas y socialmente responsables, promocionando una vida activa a lo largo de los años y una mejor calidad de vida en todos los aspectos.

La *competencia motriz* constituye un elemento transversal del currículo y la materia de Educación Física tiene una relevancia fundamental en su desarrollo. En este sentido, esta materia se orientará a profundizar en los conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones vinculados al propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como fin en sí mismas y como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida.

En la materia de Educación Física en Bachillerato se continúa con la progresión de los aprendizajes adquiridos en la etapa anterior. La asignatura se orienta a afianzar en

el alumnado el desarrollo de las competencias potenciando el desarrollo de actitudes para planificar, organizar y dirigir sus propias actividades físicas, orientadas a satisfacer sus propias necesidades motrices, y a la mejora de la salud como responsabilidad individual y como construcción social. En este sentido, el alumnado participará no sólo en la práctica de actividades físicas, sino que, colaborará con el profesorado, en su organización y planificación, mejorando de este modo las capacidades de autogestión y de autonomía necesarias en estilos de vida activos y saludables a lo largo de la vida.

La práctica regular de actividades físicas adaptadas a sus intereses y posibilidades del alumnado facilita la consolidación de actitudes de interés, disfrute, respeto, esfuerzo y cooperación. Por otra parte, dado el carácter propedéutico del Bachillerato y el aumento del número de profesiones y de oferta de estudios superiores relacionados con la actividad física y la salud individual y colectiva, y con el uso adecuado del tiempo libre, esta materia ayudará al alumnado a adoptar criterios de valoración de estas profesiones y posibilidades de estudio, ya sea en el ámbito universitario, en el de la formación profesional o en las enseñanzas deportivas, así como las profesiones en las que las capacidades físicas se convierten en un aspecto imprescindible para su desarrollo.

3. FUNDAMENTOS PSICOPEDAGÓGICOS DEL ALUMNADO.

La edad de 16 años, en plena adolescencia, correspondiente 1º Bachillerato, es una etapa de fuertes cambios en los chicos y chicas.

Durante primer y segundo curso de la E.S.O. se producen dos grandes dificultades, como son el avasallamiento de solicitudes y el desconcierto de los agentes educadores en los contenidos y la forma de educar. Esto se sigue produciendo evidentemente en los adolescentes del tercer y cuarto curso, pero además habría que añadir que es una edad en la que la influencia de agentes externos es mayor: la calle, la TV, los modelos publicitarios, etc. Tienen también mayor capacidad de decisión y es un momento en el que adoptan costumbres y hábitos que les pueden durar mucho tiempo: suele ser la época de empezar a fumar o beber, de vestir de determinada manera, de hacer un deporte u otro, de elegir un tipo de amigos o amigas determinado, etc. Si bien algunas cosas son indiferentes, hay otras que pueden causar daños de cierta consideración.

Para poder afrontar con mayor capacidad estas decisiones lo cierto es que la sociedad les está dotando de muy pocos recursos formativos. Tienen posiblemente más información que nunca, pero también quizás menos formación. Tienen que presentarse, por ejemplo, ante el problema del tabaco, el alcohol o las demás drogas con menos fuerza de voluntad de la necesaria para vencer la facilidad que tienen para conseguirla.

Lo mismo podríamos decir de las relaciones chico-chica que, cuando menos, sorprenden a estas edades por su frivolidad; del acceso al dinero para adquirir casi todo lo que quieren sin ningún esfuerzo; del concepto de responsabilidad con una gran desproporción a favor de los derechos frente a los deberes; del poco aprecio de la autoridad y el respeto al otro; etc.

La tradicional rebeldía del joven normalmente constructiva y activa ha ido degenerando en una rebeldía destructiva en unos casos y pasiva en la mayoría.

Las repercusiones que esto tiene en el campo de la educación suelen ser la falta de interés, la falta de atención, la falta de concentración, la falta de constancia en el esfuerzo, y la sensibilidad y la imaginación desbordadas con una gran falta de realismo y de conciencia de las responsabilidades que deben ir asumiendo. Sin embargo, tenemos que hablar también de valores positivos que esta generación parece traer consigo: la espontaneidad, la apertura a todo, no escandalizarse de nada, no ser temerosos, deseo de grandes experiencias y aventuras, cierto sentido de la solidaridad, etc.

Con esta programación tratamos de desarrollar, desde nuestra área de la Educación Física, de gran atractivo y riqueza de contenidos y medios, una educación comprometida con los valores. Es una programación que nos obliga en cierta manera, a comprometernos vivencialmente con nuestros alumnos (les enseñamos y por tanto nosotros mismos como profesores lo vivimos); y, por otra

parte, obliga a los alumnos a crear, a asumir responsabilidades, a ser no sólo tolerantes, sino también solidarios; en definitiva, a ser realmente libres porque han podido elegir con el conocimiento y los recursos suficientes para afrontar esa elección.

Y todo ello apoyado en un proceso estructurado, práctico y divertido de formación de valores, actitudes y hábitos entresacados de los objetivos generales de etapa y de área para este ciclo, y que habitualmente se quedan sólo en declaración de intenciones y no se llegan a abordar con decisión y coherencia.

4. OBJETIVOS

4.1. OBJETIVOS DE BACHILLERATO

El Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción

de una sociedad justa y equitativa.

b) Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.

c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición o circunstancia personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad.

d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.

e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su Comunidad Autónoma.

f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.

g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.

h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.

i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.

j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.

k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.

l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.

m) **Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.**

- n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.

4.2. OBJETIVOS DE LA EDUCACION FISICA EN BACHILLERATO

La enseñanza de la Educación Física en Bachillerato tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos:

1. Valorar la actividad física como medio fundamental para la mejora de la salud y de la calidad de vida y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo un medio para la auto- superación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas.
2. Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma y sistemática un programa personal de actividad física para la mejora de la condición física y motora, y las habilidades motrices desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo, considerando el propio nivel y orientado hacia las motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.
3. Aplicar, resolver y perfeccionar situaciones motrices en diferentes contextos de práctica física aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, dando prioridad a la toma de decisiones.
4. Planificar, interpretar y valorar composiciones corporales individuales y colectivas potenciando la originalidad, expresividad y la creatividad aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición, reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal, integrándolas como prácticas de ocio activo.
5. Buscar y utilizar soluciones creativas a situaciones de oposición y colaboración con y sin oponentes en contextos deportivos o recreativos, adaptándose a las condiciones cambiantes que se producen durante la práctica.
6. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.
7. Utilizar de forma autónoma y regular, hábitos saludables de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
8. Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.

9. Respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva.

10. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente.

5. CONTRIBUCION DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE

La materia de Educación Física en Bachillerato contribuye al desarrollo de todas las competencias clave.

En ciencia y tecnología (CMCT) facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos (aspectos relacionados con la biomecánica, la conservación de la naturaleza, etc.), los sistemas biológicos (aspectos relacionados con el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, la higiene, etc.), los sistemas de la tierra y del espacio (aspectos relacionados con las actividades físicas en el medio natural) y los sistemas tecnológicos (uso de instrumentos utilizados en el ámbito de la actividad física y deportiva: GPS, pulsómetros, aplicaciones para dispositivos móviles, etc.), ofreciendo situaciones en las que el alumnado se familiarice con la investigación científica y la comunicación de la ciencia.

Asimismo, contribuye de manera esencial al **desarrollo de las competencias sociales y cívicas (CSC)**. La Educación Física fomenta el desarrollo de la autonomía, competencia y relación social. Las normas y reglas generales que se establecen para las clases y en concreto en los juegos y deportes, contribuyen a preparar al alumnado para la vida autónoma en sociedad.

Esta materia también contribuye al desarrollo de la competencia **conciencia y expresiones culturales (CEC)** a través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

Las competencias **sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP)**, y **aprender a aprender (CAA)** se desarrollan desde esta materia otorgando funciones y responsabilidades al alumnado, de liderazgo, de trabajo en equipo e iniciativa personal en la regulación, planificación, organización y ejecución de la actividad física.

Asimismo, la asignatura ofrece situaciones especialmente favorables para el desarrollo de la competencia en **comunicación lingüística (CCL)**, ofreciendo una amplia variedad de intercambios comunicativos verbales y de vocabulario específico, además de desarrollar otras dimensiones de la comunicación a través del lenguaje corporal, las expresiones artísticas y las interacciones que se producen.

Finalmente, esta materia contribuye a la mejora de la **competencia digital (CD)** abordando aspectos como el acceso y la gestión de la información relacionados con la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, especialmente importantes en esta etapa.

6. CONTENIDOS. DISTRIBUCION TEMÁTICA.

La Educación Física es una materia del bloque de asignaturas específicas en todos los cursos de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria y en 1º de Bachillerato.

La materia de Educación Física está orientada fundamentalmente, a profundizar en el conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida, en relación con la consolidación de hábitos regulares de práctica de actividad física saludable en la vida cotidiana y, también, ocupación activa del ocio y tiempo libre. Todo esto brindará al alumnado las oportunidades necesarias para adquirir aptitudes características de ciudadanos con confianza en sí mismos y socialmente responsable, promoviendo una vida activa a lo largo de los años y una mejor calidad de vida en todos los aspectos.

La competencia motriz constituye un elemento transversal del currículo. La materia de Educación Física tiene una relevancia fundamental en su desarrollo. En este sentido, esta materia se orientará a profundizar en los conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones vinculados al propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como fin en sí mismas y como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida.

1. Dado el carácter terminal y propedéutico que tiene el segundo ciclo de la Enseñanza Secundaria Obligatoria, parte del alumnado que termina esta

enseñanza no volverá a cursar la materia de Educación Física, por lo que se debe garantizar, por tanto, que el alumnado a lo largo de esta enseñanza adquiera las competencias necesarias para responsabilizarse del cuidado y mejora de su calidad de vida como futuros ciudadanos, fomentando el ocio activo y los hábitos de vida saludable.

2. En esta materia los contenidos se organizan alrededor de cinco grandes bloques:
3. Salud y calidad de vida, Condición física y motriz, Juegos y deportes, Expresión corporal y Actividades físicas en el medio natural.

En la materia de Educación Física en Bachillerato se continúa con la progresión de los aprendizajes adquiridos en la etapa anterior. La asignatura se orienta a afianzar en el alumnado el desarrollo de las competencias potenciando el desarrollo de actitudes para planificar, organizar y dirigir sus propias actividades físicas, orientadas a satisfacer sus propias necesidades motrices, y a la mejora de la salud como responsabilidad individual y como construcción social. En este sentido, el alumnado participará no sólo en la práctica de actividades físicas, sino que, colaborará con el profesorado, en su organización y planificación, mejorando de este modo las capacidades de autogestión y de autonomía necesarias en estilos de vida activos y saludables a lo largo de la vida.

La práctica regular de actividades físicas adaptadas a sus intereses y posibilidades del alumnado facilita la consolidación de actitudes de interés, disfrute, respeto, esfuerzo y cooperación. Por otra parte, dado el carácter propedéutico del Bachillerato y el aumento del número de profesiones y de oferta de estudios superiores relacionados con la actividad física y la salud individual y colectiva, y con el uso adecuado del tiempo libre, esta materia ayudará al alumnado a adoptar criterios de valoración de estas profesiones y posibilidades de estudio, ya sea en el ámbito universitario, en el de la formación profesional o en las enseñanzas deportivas, así como las profesiones en las que las capacidades físicas se convierten en un aspecto imprescindible para su desarrollo.

La salud y la calidad de vida es un eje primordial de la Educación Física y así se refleja en este currículo con la inclusión de un bloque de contenidos específico para esta temática que engloba todos los aspectos relacionados con ésta. A su vez, el desarrollo del resto de bloques de contenidos siempre se orientará a la mejora de la salud y de la calidad de vida, tanto individual y colectiva, teniendo en cuenta la valoración de los riesgos asociados a la práctica de actividades físicas y la adquisición de hábitos posturales correctos. A través de los contenidos de Educación Física se trabajará un amplio repertorio de acciones motrices, promoviendo que el alumnado adquiera las destrezas, los conocimientos y las actitudes necesarias para desarrollar su competencia motriz en contextos variados.

El bloque Salud y calidad de vida agrupa los contenidos relacionados con los hábitos de vida saludable (alimentación, actividad física programada y descanso), los estilos de vida activos, prevención de conductas y hábitos perjudiciales para la salud,

técnicas básicas de respiración, relajación y alivio de la tensión y del estrés, y el uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación.

El bloque Condición física y motriz se centra en aspectos asociados al desarrollo de las capacidades físicas y motrices, a la regulación de la práctica de actividad física y los sistemas de obtención de energía.

En el bloque de Juegos y deportes se incluyen contenidos como los juegos pre-deportivos, los deportes, los juegos populares, los juegos alternativos, etc. Este bloque de contenidos es un instrumento adecuado para desarrollar capacidades y habilidades propias de la materia. Los juegos y los deportes favorecen y desarrolla la motivación, el trabajo en equipo y la solidaridad del alumnado.

Los contenidos del bloque de Expresión corporal desarrollan la comunicación y la expresión creativa y artística a través del cuerpo y la expresión y la regulación de emociones y sentimientos.

El bloque de Actividades físicas en el medio natural se orienta hacia la interacción del alumnado con el medio natural y urbano, valorando sus beneficios positivos, a la integración de estos en su vida cotidiana y a la concienciación de la necesidad de su conservación.

Bloque 1. Salud y calidad de vida.

- Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud.
- Relación ingesta y gasto calórico.
- Análisis de la dieta personal. Dieta equilibrada.
- Fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.
- Práctica regular de diferentes técnicas de respiración y relajación.
- Características de las actividades físicas saludables.
- Las actividades físicas como recurso de ocio activo y saludable.
- Formulación de objetivos en un programa de actividad física para la salud.
- Elaboración de diseños de prácticas de actividad física en función de las características e intereses personales del alumnado.
- La actividad física programada.
- Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.
- Asociacionismo, práctica programada de actividad física, voluntariado, etc.
- Entidades deportivas y asociaciones andaluzas.
- Valoración de los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas las actividades físicas y sus posibilidades profesionales futuras.
- Identificación de los aspectos organizativos de las actividades físicas y los materiales y recursos necesarios.

- Las profesiones del deporte y oferta educativa en Andalucía.
- Concienciación de los efectos negativos que tienen algunas prácticas de actividad física para la salud individual o colectiva y fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. El doping, el alcohol, el tabaco, etc.
- La responsabilidad y la gestión de riesgos asociados a las actividades físicas y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.
- Identificación y uso de materiales y equipamientos para la actividad física y deportiva atendiendo a las especificaciones técnicas. Conocimiento y aplicación de las normas de uso y seguridad de los mismos.
- Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.
- Actividades de sensibilización hacia distintos tipos de discapacidad.
- Criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. Fuentes de documentación fiable en el ámbito de la actividad física.
- Tratamiento de información del ámbito de la actividad física con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.
- Aplicaciones para dispositivos móviles. Datos obtenidos de una ruta de BTT y/o senderismo (GPS, desnivel positivo, negativo, perfil, etc.), aplicaciones de control para el trabajo de las capacidades físicas y motrices, etc.

Bloque 2. Condición física y motriz.

- Los niveles de condición física dentro de los márgenes saludables.
- La responsabilidad de la puesta en práctica de un programa de actividades físicas personalizado.
- Las capacidades físicas y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas en relación con la salud.
- Planes y programas de entrenamiento de la condición física y motriz en relación con la salud.
- El programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y recuperación.
- Evaluación del nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física.
- Reorientación de los objetivos y/o las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.
- Técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.
- La fatiga y el cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades físicas que requieren altos niveles de atención o esfuerzo.
- Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas.

Bloque 3. Juegos y deportes.

- Habilidades específicas y/o especializadas de juegos y deportes individuales que respondan a los intereses del alumnado y al entorno del centro.
- Habilidades específicas y/o especializadas apropiadas a los condicionantes generados por los compañeros y compañeras, y los adversarios y adversarias en las situaciones colectivas.
- Situaciones motrices en un contexto competitivo.
- Acciones que conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición.
- Deportes de raqueta y/o de lucha.
- Actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición.
- Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
- Los sistemas de juego.
- Los sistemas de juego de los deportes de colaboración-oposición como sistemas inestables.
- Oportunidad y riesgo de las acciones propias en las actividades físico-deportivas.
- La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas.
- Estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptadas a las características de las personas participantes

Bloque 4. Expresión corporal.

- Realización de composiciones o montajes artísticos-expresivos individuales y colectivos, como por ejemplo: representaciones teatrales, musicales, actividades de circo, acrosport, etc.
- Realización de composiciones montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustados a una intencionalidad estética o expresiva.
- Acciones motrices orientadas al sentido del proyecto artístico-expresivo.
- Reconocimiento del valor expresivo y comunicativo de las manifestaciones artístico-expresivas propias de Andalucía.

Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.

- Programación y realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo ruta de BTT, raids de aventura, acampada, vela, kayaks, surf, etc.
- Desarrollo de técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.
- Sensibilización y respeto hacia las normas de cuidado del entorno
- Sensibilización y respeto hacia las normas básicas de uso de los espacios para prácticas de actividades físicas en el medio natural.
- Toma de conciencia y sensibilización del potencial de Andalucía como escenario para la práctica de actividades físicas en el medio natural.

7. RELACIÓN DE CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SECUENCIACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

1º BACHILLERATO

Nº de horas semanales: 2 horas/semana

A. Relación entre Bloques de contenidos y Criterios de Evaluación

BLOQUE DE CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Salud y Calidad de vida	4-5-6-7
Condición Física y Motriz	1
Juegos y Deportes	3
Expresión Corporal	2-4
Actividades Físicas en el Medio Natural	8-9

B. Temporalización de los contenidos

1º Trimestre

- **Pruebas de Evaluación Inicial: Test**

1.- Condición Física y Salud: Resistencia y Flexibilidad (Métodos específicos de entrenamiento)
--

2.- Condición Física Salud: Fuerza y velocidad. (Métodos específicos de entrenamiento). Coordinación.
3.- Programa de entrenamiento.

2º Trimestre

4.- Deporte adversario: Pádel/ Bádminton V
5.- Deporte colectivo: Baloncesto III
6.- Juegos alternativos/populares. Preparación de Juegos por parte del alumnado.

3º Trimestre

- **Pruebas de condición Física: Test**

7.- Deporte colectivo: Voleibol II
8.- Unidad didáctica: Orientación / Senderismo / Cabuyería
9.- Unidad didáctica: Montajes artístico-expresivos (Cortos)

Como alternativa a las unidades didácticas tradicionales, encontramos la **posibilidad de trabajar por PROYECTOS**, los cuales integran los diferentes contenidos establecidos para cada curso en proyectos que se desarrollan a lo largo de cada trimestre.

A continuación, se presenta la temporalización para dichos proyectos:

CURSO	PRIMERA EVALUACIÓN	SEGUNDA EVALUACIÓN	TERCERA EVALUACIÓN
1BACHIL LERATO	MESOCICLO ENTRENADORES PERSONALES	CAMPEONATO VOLEIPLAYA	TEATRO / MUSICAL

8. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS.

EL R.D. 1105/2014, de 26 de diciembre, define **metodología** como: “*el conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos.*”

Diferentes metodologías permitirán desarrollar similares intenciones educativas. No obstante, conviene resaltar algunas **orientaciones metodológicas** para guiar la toma de decisiones. Las opciones metodológicas que no contribuyen al desarrollo competencial son las basadas en la transmisión de conocimientos no aplicados, por lo que será necesario centrarse en un aprendizaje funcional, en contextos concretos, que fomente la motivación del alumnado y esté asentado en un trabajo multidisciplinar.

PRINCIPIOS PSICOPEDAGÓGICOS

- Partir del nivel de desarrollo del alumno (PIAGET).
- Asegurar la construcción de aprendizajes funcionales y significativos (AUSUBEL).
- Facilitar la realización de aprendizajes significativos por sí solos (BRUNER).
- Partir de la realidad del alumnado (VIGOTSKY) y modificar esquemas de conocimiento (PIAGET), dentro de la zona de desarrollo efectivo, próximo y potencial.
- Entrenar diferentes estrategias de metacognición (APRENDER A APRENDER).
- Potenciar la actividad e interactividad en los procesos de aprendizaje.
- Motivador, dinámico e inter / intra disciplinar
- Aprendizaje cooperativo y colaborativo (LOMCE)

METODOLOGÍA GENERAL

- El proceso de enseñanza-aprendizaje competencial debe caracterizarse por su transversalidad, su dinamismo y su carácter integral y, por ello, ha de abordarse desde todas las áreas de conocimiento. En el proyecto educativo del centro y en las programaciones didácticas se incluirán las estrategias que desarrollará el profesorado para alcanzar los objetivos previstos, así como la adquisición por el alumnado de las competencias clave.
- Los métodos deben partir de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo competencial en el alumnado, ajustándose al nivel competencial inicial de este y teniendo en cuenta la atención a la diversidad y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo.
- Las programaciones didácticas de las distintas materias de la ESO incluirán actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, la práctica de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público.

METODOLOGÍA ESPECÍFICA

- Es esencial que el profesorado de Educación Física desarrolle y aplique una gama suficiente de estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje, que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave adaptándose al grupo, a cada alumno y alumna y a los contenidos a trabajar. Se utilizarán tanto técnicas reproductivas como de indagación siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, autonomía, confianza, creatividad y participación del alumnado. Se buscará desarrollar distintas habilidades y estilos cognitivos.
- La Educación Física debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución de una igualdad real y efectiva de oportunidades. El género como construcción social todavía conserva estereotipos que determinan que algunas actividades y prácticas físicas sean consideradas más apropiadas para las chicas que para los chicos, o viceversa.
- La Educación Física proporcionará al alumnado técnicas de concentración, relajación, toma de conciencia, gestión y autoregulación emocional, aplicables a la vida cotidiana.

Siguiendo a Sicilia y Delgado (2002) y Cuellar y Delgado (2009), podemos clasificar los **estilos de enseñanza de la E.F.:**

ESTILOS DE ENSEÑANZA QUE EMPLEAN LA INSTRUCCIÓN DIRECTA			ESTILOS DE ENSEÑANZA QUE EMPLEAN LA INDAGACIÓN		
Tradicionales	Individuales	Participativos	Socializadores	Cognoscitivos	Creativos
Mando Directo.	Trabajo por grupos.	Enseñanza Recíproca.	Juego de roles y de simulación.	Descubrimiento guiado.	Sinéctica y sus variantes.
Modificación Mando Directo.	Programa Individual.	Enseñanza en pequeños grupos.		Resolución de problemas.	
Asignación Tareas.	Enseñanza Modular.	Microenseñanza.			

METODOLOGÍA PARA LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Según el Art. 6 de la Orden ECD/65/2015 y el Anexo II de la misma, se dan las orientaciones para facilitar el desarrollo de estrategias metodológicas que permitan trabajar por competencias en el aula,

- El proceso de inclusión de las competencias como elemento esencial del currículo debe ajustarse al nivel competencial inicial del alumnado, secuenciando la enseñanza.
- Uno de los elementos clave de la enseñanza por competencias es despertar y mantener la motivación hacia el aprendizaje en el alumnado, con un papel del alumno activo y autónomo, siendo responsable de su aprendizaje.
- La metodología docente debe favorecer la motivación por aprender en el alumnado, generando curiosidad y necesidad de adquirir los conocimientos, las destrezas y las actitudes y valores presentes en las competencias, ayudándolos para que sepan por qué aprenden y que sepan usarlo en distintos contextos dentro y fuera del aula.

METODOLOGÍA ACTIVAS PARA EL SIGLO XXI

Metidos ya en pleno siglo XXI, el aprendizaje debe de enfocarse a lo “activo” y que el alumnado aprenda más y mejor: analiza, evalúa sus conocimientos, es capaz de elaborar sus propios contenidos y su conocimiento tanto de forma individual, colaborativa y en red. Con el propósito que el alumnado reciba estrategias y aprendizajes que le sirvan para desenvolverse en su vida diaria y que debe ser protagonista de su propio aprendizaje y el aula como espacio de ese aprendizaje activo.

Lo especificado podemos relacionarlo con la pirámide del aprendizaje de Edgar Dale. Metodologías más directivas y unidireccionales tienen una repercusión limitada en el aprendizaje, mientras que metodologías centradas en el alumnado a partir de un aprendizaje por descubrimiento, cooperativo, basado en proyectos, práctico y creativo, así como la exposición del trabajo desarrollado favorece un aprendizaje más significativo. Duradero y competencial.

METODOLOGÍA COVID-19

Aprovecharemos las metodologías activas del siglo XXI siendo fundamental el uso de herramientas comunes de acceso gratuito, por lo que desde el I.E.S. María Bellido se utilizarán los medios que hay a disposición de la comunidad educativa, y llegar a todo el alumnado, adaptándonos a las situaciones y características particulares del mismo. Cuando así lo requieran las circunstancias debemos estar preparados para que la enseñanza-aprendizaje se realice telemáticamente, de este modo las herramientas, plataformas didácticas a emplear por el profesorado y alumnado son:

- **Moodle centros**. Administrada por la Consejería de Educación y Deporte, ofrece un espacio para poder ser usado fácilmente por docentes y alumnos. Espacios que cargan automáticamente los datos de los alumnos y cuyos datos siempre están en servidores

gestionados por la propia administración educativa.



- **Google Apps for Education**: Gmail, Classroom, Drive, meet

Para terminar, debemos dar protagonismo a la **INNOVACIÓN y la CREATIVIDAD** a la hora de diseñar sesiones, proponer actividades novedosas, recursos utilizados... para sorprender al alumnado y facilitar la **motivación** hacia la materia.

Del mismo modo, debemos **integrar en nuestras sesiones los diferentes planes y proyectos** existentes en nuestro centro, especial mención requiere el **PLAN LECTOR (FOMENTO DE LA LECTURA), PLAN DE FOMENTO DE LA ACTIVIDADES ORALES EN CLASE.**

9. EVALUACIÓN

Ponderación de criterios de evaluación 1º de Bachillerato

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PONDERACIÓN
1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos-tácticos desarrollados en la etapa anterior. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	10
2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas mas apropiadas a la intencionalidad de la composición. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	10
3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	10
4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones. CMCT, CAA, SIEP.	20
5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas. CMCT, CAA, CD, SIEP.	10
6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividad física. CMCT, CSC, SIEP.	10
7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. CMCT, CAA, CSC.	10

8. Mostrar un comportamiento personal y social responsables respetándose a si mismo y a si misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física. CSC, SIEP.	10
9. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes. CCL, CD, CAA.	10

PARÁMETRO DE EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES EVALUABLES

Siguiendo las indicaciones del Equipo Técnico de Coordinación Pedagógica del IES María Bellido de Bailén, y los ítems para el diseño del cuaderno del profesor en Séneca los parámetros de evaluación **para la materia de Educación Física son:**

Parámetro Evaluable	Trabajos Teóricos	Actividad Motriz	Participación	Higiene Personal
---------------------	-------------------	------------------	---------------	------------------

Requisitos para aprobar/suspender la materia:

- Entrega por parte del alumno/a de todos los trabajos encomendados por el profesor a lo largo de cada una de las evaluaciones. Por lo tanto, en el supuesto de no entregar alguno de éstos sin causa justificada, se tendrá en cuenta en el apartado de trabajos teóricos/actividad motriz.
- **El 20%** de faltas de asistencia sin justificar en la evaluación supondrá una penalización en el apartado de participación.
- En caso de exención parcial o total de la práctica de educación física, por motivos de enfermedad, **será obligatorio presentar certificado médico** que especifique tanto la enfermedad/lesión del alumnado, como el tratamiento y limitaciones concretas a la hora de realizar actividad física. Una vez presentada dicha documentación, se le encomendarán trabajos teórico- prácticos (escritos o digitales) de los contenidos correspondientes.
- En caso de suspender la asignatura, los alumnos realizarán la prueba extraordinaria de aquellos contenidos no superados durante el curso académico. La corrección de las pruebas deberá realizarla el profesorado que haya impartido docencia al alumno o a la alumna y, en su defecto, asumirá la corrección el departamento correspondiente. Básicamente la prueba de septiembre consistirá en una prueba escrita y/o una prueba práctica, así como la entrega de trabajos escritos y/o en soporte digital, que evaluará si se ha alcanzado el dominio de los contenidos.

- **ALUMNADO BILINGÜE:** En cada trimestre, **todos los alumnos tendrán que realizar diferentes actividades en inglés**, con la finalidad de evaluar la capacidad del alumnado de hablar, escribir, leer, escuchar y utilizar expresiones y vocabulario propios de la materia en **INGLÉS**.

Un resultado negativo en dichas pruebas no afectará en ningún caso a la nota de Educación Física, sino que, por el contrario, un resultado positivo supondría **UN INCREMENTO EXTRA EN LA NOTA DE HASTA 2 PUNTOS MÁXIMO**.

A principio de curso, se enviarán a las familias un documento detallando tales criterios de calificación

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Nuestros instrumentos de evaluación estarán basados en la observación continuada del proceso de aprendizaje y de la maduración personal del alumnado, en relación con los objetivos de la ESO, así como de las competencias clave.

Para ello utilizaremos, entre otros, dependiendo de los contenidos a evaluar, los siguientes:

- -Pruebas escritas y pruebas físicas y/o deportivas.
- -Trabajos escritos o con soporte informático.
- -Listas de control.
- -Escalas de observación.
- -Registros anecdóticos.
- Autoevaluación (cuestionario enviado a través de Pasen, Moodle y/o Classroom)
- -Rúbricas o porfolios.
- Todo ello ajustado a criterios y características del alumnado.

10. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

a. PLAN DE ACCIÓN DEL DEPARTAMENTO CON EL ALUMNADO DE CIERTA DIFICULTAD ACADÉMICA.

El **Real decreto 334/1985** de 6 de marzo sobre ordenación de la Educación Especial, establece en su Artículo 2º la obligación de que, siempre que sea posible, los afectados por minusvalías físicas, psíquicas o sensoriales, o por inadaptaciones, sean escolarizados en centros ordinarios.

Consideramos que cada alumno/a inmerso en esta situación, es un caso a tratar de forma individualizada y que por tanto no podemos indicar más que una serie de orientaciones metodológicas para las sesiones de EF con el alumnado con necesidades educativas especiales.

Las actividades que pueden realizar los alumnos/as con necesidades educativas especiales son, salvo algunas excepciones, básicamente las mismas que los demás alumnos/as. Sin embargo, en función de sus características, requerirán una cierta modificación tanto en metodología como en objetivos.

Los objetivos prioritarios de la EF con estos alumnos/as se centrarán, en la mayoría de los casos, en el desarrollo del esquema corporal, la lateralidad, la organización espacio-temporal, la coordinación, el equilibrio y la aptitud física así como su integración en el grupo.

b. ALUMNADO CON DISCAPACIDAD FÍSICA PERMANENTE (EXENTOS) O TRANSITORIA.

A cualquier alumno/a con discapacidad motora transitoria o definitiva, se le realizará su correspondiente Adaptación Curricular siempre que fuera necesario en colaboración con el departamento de orientación.

Esta situación supone una situación específica en nuestra área. Distinguiremos aquellos alumnos que están limitados para realizar unas determinadas actividades de aquellos que no pueden practicar actividad física. Hemos de recordar que no existen los alumnos exentos totales, ya que la EF es una materia obligatoria, pero sí los exentos de unos determinados contenidos.

Consideramos de gran importancia evitar que estos alumnos se descuelguen de la marcha normal del área, y traiga consigo consecuencias negativas para ellos (falta de motivación hacia la materia, dificultades para integrarse con sus compañeros o para realizar nuevos aprendizajes) y para el profesor (falta de criterios para determinar la evolución de los alumnos, necesidad de proponer soluciones momentáneas y poco válidas para poder evaluarlas).

Alumnos con discapacidad física grave y permanente (TOTAL)

Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave (**con certificación médica**) que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Como ejemplos, podemos tener alumnos con escoliosis de gran curvatura que precisan del uso de un corsé, casos de patologías cardíacas serias o de hipertiroidismo. Éstas son algunas de las posibilidades. Sus afecciones les permiten desarrollar una actividad normal en el resto de áreas, pero les impide realizar actividades específicas de la nuestra.

El establecimiento de los programas específicos para estos alumnos debe centrarse tanto en los contenidos adaptados (especialmente orientados hacia los conceptos y actitudes) como en los recursos didácticos que se van a emplear para integrar a los alumnos en la marcha de la clase.

Proponemos a continuación, algunas posibilidades para llevarlos a cabo:

- i. Realización de trabajos teóricos relacionado con los contenidos que se están trabajando para exponer a sus compañeros.
- ii. Elaboración de apuntes para sus compañeros.
- iii. Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.
- iv. Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación.
- v. En los trabajos de expresión corporal pueden participar casi sin limitaciones.
- vi. Otras que consideremos en el momento y que pueden ser válidas para su desarrollo físico y/o psicológico

Los alumnos que se encuentren en esta situación deberán presentar justificación expedida por el médico o su fotocopia en su defecto, en la que aparezca reflejado tal exención debiendo constar la fecha, firma y número de colegiado del médico que le ha atendido. Además, el profesor puede solicitar su participación en aquellas tareas prácticas en las que pueda participar y no supongan riesgo alguno de agravamiento de su dolencia. En este caso, el profesor puede valorar que dicho alumno tenga que tomar nota de los contenidos teóricos que se expongan, y realizar una ficha diaria de las actividades prácticas. Además, el profesor podrá solicitar su colaboración con la clase en momentos que se precisen ayudas para la utilización de material, arbitraje, anotaciones o cualquier otra que favorezca el desarrollo de las clases.

Alumnos con discapacidades contraindicadas para un determinado tipo de contenidos (TRANSITORIA Y/O PARCIAL)

Dentro de este grupo incluimos aquellos alumnos que sufren alguna afección que

les impide realizar determinadas actividades. Esta afectación puede ser crónica o de larga recuperación (enfermedad de Osgood Schlater, soplo cardiaco, escoliosis, asma) o temporal (esguince de tobillo, fractura de un brazo).

Para poder participar en las sesiones de educación física, los padres/madres o tutores legales deberán firmar un documento (*Anexo IV*) donde se detallen las enfermedades y/o lesiones, en caso de existir, para poder realizar las adaptaciones necesarias y garantizar la seguridad del alumnado. Aquellos alumnos y alumnas que presenten algún problema de salud deberán adjuntar certificados médicos que detallen la enfermedad y/o lesión, así como las limitaciones físicas asociadas.

Para el primer caso proponemos, además de los puntos citados en el apartado anterior, contenidos alternativos que tengan relación, en la medida de lo posible, con los planteados en la programación para el resto del alumnado.

Para los alumnos que padezcan una discapacidad transitoria, proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que realice las actividades que sean compatibles durante el período de lesión y un programa de refuerzo que deben llevar a cabo fuera de las clases una vez recuperados.

Los alumnos que se encuentren en esta situación deberán presentar justificación expedida por el médico o su fotocopia en su defecto, en la que aparezca reflejado la enfermedad o lesión que padece, el tiempo de inactividad y los ejercicios aconsejados para su rehabilitación, debiendo constar la fecha, firma y número de colegiado del médico que le ha atendido. Además, el profesor puede solicitar su participación en aquellas tareas prácticas en las que pueda participar y no supongan riesgo alguno de agravamiento de su dolencia. Según la duración de la incapacidad, el profesor puede valorar que dicho alumno tenga que tomar nota de los contenidos teóricos que se expongan, y realizar una ficha diaria de las actividades prácticas. Además, el profesor podrá solicitar su colaboración con la clase en momentos que se precisen ayudas para la utilización de material, arbitraje, anotaciones o cualquier otra que favorezca el desarrollo de las clases.

11.TEMAS TRANSVERSALES.

La Educación Física trabaja los distintos elementos transversales del currículo, especialmente aquellos relacionados con las habilidades sociales, la convivencia, la tolerancia y la igualdad. La educación para la convivencia y el respeto se desarrolla especialmente esta materia, pues se interacciona constantemente y se fomentan habilidades básicas de comunicación interpersonal, escucha, respeto, resolución pacífica de conflictos, el establecimiento y respeto de normas, etc.

La igualdad real y efectiva se fomentará a través del análisis crítico y superación de estereotipos socioculturales implantados en nuestra sociedad y más en concreto en el ámbito de la actividad física-deportiva.

La educación vial se potenciará con actividades tales como el fomento de la práctica de desplazamientos activos al centro y en la vida cotidiana.

El carácter integrador del currículo requiere una cooperación efectiva de la Educación Física con otras materias, destacando por ejemplo su relación con la Biología y Geología, Lengua Castellana y Literatura, Geografía e Historia, Música, Tecnología, etc.

Esta cooperación se puede realizar potenciando los aprendizajes basados en proyectos donde, desde diferentes materias de forma interdisciplinar, se trabajen núcleos temáticos de interés para el alumnado permitiendo un aprendizaje integral.

En este sentido las actividades complementarias y extraescolares tienen un protagonismo especial. La riqueza y diversidad del entorno natural de Andalucía, sierras, montañas, ríos, entornos costeros, parques, etc. ofrecen el escenario ideal para su desarrollo de esta materia. Además, es esencial que el alumnado pueda conocer, disfrutar y aprender a conservar nuestros entornos, tanto urbanos como naturales.

La Educación Física debe valorar y aprovechar, a su vez, la riqueza cultural de Andalucía, como las tradiciones andaluzas, los juegos populares y los bailes propios de Andalucía, así como reconocer las grandes figuras andaluzas a nivel deportivo y artístico-expresivo.

Durante todo el curso y al mismo tiempo que se imparten los contenidos de cada unidad didáctica, se trabajarán determinados temas referidos a los problemas y preocupaciones de la sociedad actual, de ahí que éstos deberán impregnar la actividad docente y estar presentes en el aula de forma permanente.

La educación física, como el resto de las áreas que conforman el currículo, debe contribuir al desarrollo de estos contenidos transversales, destacando los siguientes:

a) Educación para la Convivencia

Desde el área de Ed. Física se le ofrece al alumnado la posibilidad de establecer ricas y fluidas relaciones con los compañeros/as, potenciándose así la función socializadora del área, que se apoya tanto en el tipo de actividades como en el sentido que se les da a las mismas. La idea de participación, colaboración o aportación al grupo es un elemento constante a lo largo de todo el Proyecto (respeto por los reglamentos, búsqueda de actuaciones consecuentes y respetuosas, etc.)

b) Educación para la salud

La Educación Física tiene una responsabilidad directa en la educación para la salud desde el momento en que uno de los factores para su conservación es la práctica adecuada de la actividad física. En este sentido, un buen número de objetivos pretenden desde el simple conocimiento o experimentación de ciertas actividades físicas, hasta consolidar hábitos de práctica permanente al finalizar la etapa educativa, la mejora y conservación de la salud y, en consecuencia, de la calidad de vida de los alumnos/as.

Durante todo el proyecto se pretende desarrollar la autoestima del alumnado, la valoración de la propia imagen y aceptación de la misma, etc., aspectos también fundamentales para la salud del individuo.

La salud tiene un espacio propio entre los contenidos conceptuales que se desarrollarán a lo largo de esta etapa educativa (salud y calidad de vida, factores de los que depende la salud, los riesgos y beneficios de la actividad física, el conocimiento del cuerpo y sus necesidades, los hábitos tóxicos, los errores posturales, etc.), son algunos ejemplos. La educación de los hábitos higiénicos y alimenticios contribuyen también sin lugar a duda a la educación para la salud.

c) Educación para la Conservación del Medio Ambiente

La toma de conciencia de los problemas que afectan al medio ambiente, son estudiados fundamentalmente, desde la perspectiva de actividades que se desarrollan en el medio natural. El bloque de contenidos “actividades en el medio natural”, desarrolla una serie de conceptos, procedimientos y actitudes directamente relacionados con las actividades físicas que se llevan a cabo en la naturaleza. Por lo tanto el conocimiento del medio y su vulnerabilidad, las técnicas adecuadas para utilizarlo y las normas para su conservación se impartirán al desarrollar estos temas.

d) Educación no sexista

Se intenta promover a través de este Proyecto una participación equitativa, de

forma que todos participemos en todas las actividades, ya que en ningún momento se establecen diferencias en la práctica deportiva según el sexo.

e) Educación para el consumo.

Los aspectos socioeconómicos del fenómeno deportivo, como objeto de consumo de masas, es un contenido previsto en el Diseño Curricular del área de Ed. Física. Tratamos de promover la actividad física en los alumnos / as con independencia de las modas, no siempre beneficiosa según su momento evolutivo y de maduración.

Hacemos hincapié en desarrollar una actitud crítica ante el bombardeo de ofertas deportivas. En cuanto a la utilización de material, deben medir la calidad y el precio en función de sus posibilidades, sin dejarse llevar por marcas concretas, no siempre adecuadas a sus necesidades.

f) Educación para la Paz

Uno de los contenidos actitudinales más aplicado en todo el desarrollo curricular del área es el de aceptación y respeto de la propia realidad (corporal y funcional), de las diferencias con los demás (de capacidad, de eficiencia motriz y morfológica) y de las normas (reglas) y resultados (en competición).

Promovemos de esta manera la resolución de los conflictos de forma pacífica especialmente mediante el diálogo. Estos conflictos surgen en muchos casos de las actividades más competitivas, por lo que enlazamos con una educación para la competición sana dentro de unos límites establecidos, que no dañen los derechos de los adversarios y compañeros.

12. PLAN DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS

Desde el departamento de educación física, proponemos una serie de actividades complementarias y extraescolares para todos los cursos de la ESO, intentando ser equilibrados en la oferta de actividades y ofreciendo actividades de bajo presupuesto para que todas las familias interesadas puedan participar en igualdad de condiciones.

Para la participación y realización de estas actividades por parte del alumnado, será obligatorio presentar la autorización firmada por parte del padre, la madre o el tutor legal, tal y como se recoge en el Plan de Convivencia y en el R.O.F. del centro.

A continuación, se presenta un cuadrante con todas las actividades complementarias y extraescolares a realizar el presente curso escolar con el alumnado de la ESO:



PROPUESTA ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES

CURSO	PRIMERA EVALUACIÓN	SEGUNDA EVALUACIÓN	TERCERA EVALUACIÓN
1ESO	PAINTBALL CÓRDOBA	RUTA FORTÍN DE MIGALDÍAS EN BAÑOS DE LA ENCINA	
2ESO	AVNTURA AMAZONÍA EN GRANADA		KAYAK, ORIENTACIÓN Y TIRO CON ARCO EN BAÑOS DE LA ENCINA
3ESO		SIERRA NEVADA	
4ESO	ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL: CAZORLA		
1BACH			KAYAK NERJA / MASTER SERIES MADRID

PROPUESTA ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS



CURSO	PRIMERA EVALUACIÓN	SEGUNDA EVALUACIÓN	TERCERA EVALUACIÓN	
1ESO		ACROSPORT		CAMPEONATO FÚTBOL SALA CHOCOLATE CON CHURROS
2ESO		CAMPEONATO BALONCESTO / VOLEIBOL	BAILES DEL MUNDO	
3ESO			BAILES SALÓN	
4ESO	CAMPEONATO ATLETISMO COCHES LOCOS		FESTIVAL DE CORTOS	
1BACH	ENTRENAMIENTO CROSSFIT	OLIMPIADAS	CICLO DE TEATRO	

ANEXO I

EVALUACIÓN INICIAL: REVISIÓN MÉDICA ENFERMEDADES Y/O LESIONES DEL ALUMNADO.

Se ha enviado a través de la plataforma Pasen un cuestionario a las familias para detectar posibles lesiones y o enfermedades del alumnado para poder realizar las adaptaciones necesarias para garantizar la participación en las sesiones de Educación Física con total seguridad. A continuación, se adjunta dicho cuestionario.



REVISIÓN MÉDICA DEL ALUMNADO

Recogida de información por parte de las familias para identificar lesiones y/o enfermedades que puedan afectar a la práctica regular de actividad física.

***Obligatorio**

Dirección de correo electrónico *

Tu dirección de correo electrónico

NOMBRE Y APELLIDOS DEL TUTOR LEGAL *

Tu respuesta

NOMBRE Y APELLIDOS DE SU HIJO/A *

Tu respuesta

CURSO *

Elige

¿Tiene su hijo/a algún problema de salud que afecte a la práctica regular de actividad física? *

No, mi hijo/a puede participar en las sesiones de Educación Física con normalidad.

Sí, mi hijo/a tiene un problema de salud y tiene limitaciones a la hora de realizar actividad física.

Después de la sección 1 Ir a la siguiente sección

Sección 2 de 3

INFORMACIÓN MÉDICA RELEVANTE

Descripción (opcional)

Explique la enfermedad y/o lesión que padece su hijo/a y las limitaciones que tiene según informe médico.

Texto de respuesta larga

¿Dispone de informe médico que acredite dicha enfermedad y/o lesión?

Sí, tenemos informe médico.

No, no tenemos informe médico.

Gracias por su colaboración. Un saludo.

Descripción (opcional)

ANEXO II
**INVENTARIO DEL MATERIAL DISPONIBLE EN EL
 DEPARTAMENTO Y DISTRIBUCIÓN DE LAS INSTALACIONES**

MATERIAL	UNIDADES	MATERIAL	UNIDADES
BALONES/PELOTAS		COMBAS	2
VOLEIBOL	13	CUERDAS	12
BALONCESTO	15	COLCHONETAS	22
FÚTBOL SALA	6	COLCHONESTAS GRANDES	9
FÚTBOL	2	TENIS MESA	2
BALONMANO	18	ALTAVOZ	1
MULTIJUEGOS	7	CAÑÓN/PROYECTOR	1
RUGBY	1	VALLAS	9
MEDICINALES	19	BRÚJULAS	10
BADMINTON	33	REDES	3
TENIS	3	PICAS	8
SUECAS	3	BANCOS SUECOS	14
RAQUETAS BADMINTON	37	PETOS	12
STICKS HOCKEY	36	TRX	1
AROS	17	THERABAND	5
INDIAKA	8	COMBAS	5
FRISBEE	3	CONOS	8
TESTIGOS	9	JUEGO SETAS	2
JAVBALL	2		

ANEXO III

MEDIDAS HIGIÉNICAS ADOPTADAS EN EDUCACIÓN FÍSICA AL UTILIZAR LAS INSTALACIONES MUNICIPALES SEGÚN PROTOCOLO COVID-19

Para garantizar las medidas higiénicas extraordinarias recomendadas por las autoridades sanitarias como consecuencia de la actual pandemia del COVID-19, adjuntamos el protocolo de actuación por parte del profesorado y alumnado del IES María Bellido a la hora de utilizar las instalaciones municipales durante las sesiones de Educación Física.

- 1. El profesorado será el encargado de abrir y cerrar las instalaciones**, siendo la única persona que manipulará llaves, cerrojos, candados... El propio profesorado **limpiará con gel hidroalcohólico desinfectante todos los elementos que haya tenido que manipular** para abrir y cerrar las instalaciones, tanto a la entrada, como a la salida de dichas instalaciones.
- 2. Una vez las puertas de acceso estén abiertas, el alumnado accederá a las instalaciones en fila india y manteniendo en todo momento la distancia de seguridad personal de 1,5 metros.** A la hora de abandonar las instalaciones, se procederá del mismo modo, siendo el profesorado la última persona en abandonar dichas instalaciones, y desinfectando, tal y como se recoge en el punto anterior, todos los elementos manipulados.
- 3. En ningún momento se utilizará material para desarrollar las sesiones**, ya que únicamente se trabajará la condición física (carrera continua, ejercicios de fuerza con el propio peso corporal y ejercicios de flexibilidad individuales), deportes individuales sin equipamiento (atletismo, acrobacias gimnásticas individuales...) y actividades de expresión corporal. Por lo tanto, **todas las actividades desarrolladas serán individuales, manteniendo en todo momento la distancia de seguridad, y sin la utilización de material** alguno.
- 4. El único objeto que podrán introducir los alumnos y alumnas será una botella de agua correctamente identificada con su nombre y apellidos**, no podrán introducir mochilas, abrigos, ni ningún otro objeto diferente a la botella de agua.

ANEXO IV

COMPOSICIÓN DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA EL CURSO 2021/2022

El **Departamento de Educación Física** está compuesto por los siguientes profesores:

9.1 D. Víctor Molinero (Profesorado bilingüe y tutor)

9.2 D. Israel Ortiz Jurado. (Tutor)

9.3 D. Samuel Heredia Canovaca (Profesorado bilingüe, jefe de Departamento, tutor y Coordinador del Área Científico-Tecnológica)

En la siguiente tabla se detallan los grupos y materias impartidas por cada profesor:

	Samuel Heredia	Israel Ortiz	Víctor Molinero
1ESO	EF BIL: 1ESO A, B		1ESOC
2ESO		EF: 2ESO A-B-C-D	
3ESO	EF BIL: 3ESOB		EF BIL: 3ESOA, 3ESOC
4ESO	EF BIL: 4ESOA	EF: 4ESOB, 4ESOC	EF BIL:
OTROS	EF BIL: 1BACH BC	EF: 1BACH B	EF BIL: 1BA AB

Debido a la coincidencia horaria, se establece una distribución de los espacios para todo el curso, facilitando de esta manera la organización y temporalización de las sesiones.

Las reuniones de departamento quedan inicialmente fijadas los **lunes de 17:30 a 18:30 horas** a través de la sala virtual habilitada en Moodle.

ANEXO V

ALUMNADO BILINGÜE: CONTENIDOS EN INGLÉS Y METODOLOGÍA AICLE.



A continuación, se presentan los **contenidos seleccionados para la integración del proyecto bilingüe en la programación de Educación Física para el presente curso, y que representan el 50% del total**. Los contenidos que serán impartidos en inglés aparecerán en **negrita y subrayados con fondo azul**. Los contenidos aparecen repartidos en todas las unidades didácticas, es decir, **en todas las unidades didácticas se imparten contenidos en inglés en mayor o menor medida**.

Los criterios utilizados para la selección de contenidos serán los siguientes: contenidos más sencillos, los que por su naturaleza se presten con mayor facilidad al uso del inglés y los que ya han sido trabajados en cursos anteriores por el alumnado.

CONTENIDOS IMPARTIDOS EN INGLÉS EN EDUCACIÓN FÍSICA 1º BACHILLERATO

Bloque 1. Salud y calidad de vida.

Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud. Relación ingesta y gasto calórico. Análisis de la dieta personal. Dieta equilibrada. Fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. Práctica regular de diferentes técnicas de respiración y relajación. **Características de las actividades físicas saludables. Las actividades físicas como recurso de ocio activo y saludable. Formulación de objetivos en un programa de actividad física para la salud. Elaboración de diseños de prácticas de actividad física en función de las características e intereses personales del alumnado. La actividad física programada. Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.**

Asociacionismo, práctica programada de actividad física, voluntariado, etc. Entidades deportivas y asociaciones andaluzas. Valoración de los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas las actividades físicas y sus posibilidades profesionales futuras. Identificación de los aspectos organizativos de las actividades físicas y los materiales y recursos necesarios. Las profesiones del deporte y oferta educativa en Andalucía. Concienciación de los efectos negativos que tienen algunas prácticas de actividad física para la salud individual o colectiva y fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. El doping, el alcohol, el tabaco, etc. La responsabilidad y la gestión de riesgos asociados a las actividades físicas y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. **Identificación y uso de materiales y equipamientos para la actividad física y deportiva atendiendo a las especificaciones técnicas.** Conocimiento y aplicación de

las normas de uso y seguridad de los mismos. Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. Actividades desensibilización hacia distintos tipos de discapacidad. **Criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. Fuentes de documentación fiable en el ámbito de la actividad física. Tratamiento de información del ámbito de la actividad física con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. Aplicaciones para dispositivos móviles.** Datos obtenidos de una ruta de BTT y/o senderismo (GPS, desnivel positivo, negativo, perfil, etc.), aplicaciones de control para el trabajo de las capacidades físicas y motrices, etc.

Bloque 2. Condición física y motriz.

Los niveles de condición física dentro de los márgenes saludables. **La responsabilidad de la puesta en práctica de un programa de actividades físicas personalizado.** Las capacidades físicas y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas en relación con la salud. **Planes y programas de entrenamiento de la condición física y motriz en relación con la salud. El programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y recuperación. Evaluación del nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física.** Reorientación de los objetivos y/o las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. Técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. La fatiga y el cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades físicas que requieren altos niveles de atención o esfuerzo. Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas.

Bloque 3. Juegos y deportes.

Habilidades específicas y/o especializadas de juegos y deportes individuales que respondan a los intereses del alumnado y al entorno del centro. Habilidades específicas y/o especializadas apropiadas a los condicionantes generados por los compañeros y compañeras, y los adversarios y adversarias en las situaciones colectivas. Situaciones motrices en un contexto competitivo. Acciones que conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. **Deportes de raqueta y/o de lucha.** Actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición. Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. Los sistemas de juego. Los sistemas de juego de los deportes de colaboración-oposición como sistemas inestables. Oportunidad y riesgo de las acciones propias en las actividades físico-deportivas. **La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas.** Estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptadas a las características de las personas participantes.

Bloque 4. Expresión corporal.

Realización de composiciones o montajes artísticos-expresivos individuales y colectivos cómo, por ejemplo: representaciones teatrales, musicales, actividades de circo, acrosport, etc. Realización de composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustados a una intencionalidad estética o expresiva.

Acciones motrices orientadas al sentido del proyecto artístico-expresivo.

Reconocimiento del valor expresivo y comunicativo de las manifestaciones artístico-expresivas propias de Andalucía.

Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.

Programación y realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo ruta de BTT, raids de aventura, acampada, vela, kayaks, surf, etc. Desarrollo de técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios. **Sensibilización y respeto hacia las normas de cuidado del entorno en el que se realizan las actividades físicas. Sensibilización y respeto hacia las normas básicas de uso de los espacios para prácticas de actividades físicas en el medio natural. Toma de conciencia y sensibilización del potencial de Andalucía como escenario para la práctica de actividades físicas en el medio natural.**

METODOLOGÍA AICLE / CLIL

Según lo establecido en el artículo 9 de la Orden de 28 de junio de 2011," los centros bilingües se dotarán de un modelo metodológico, curricular y organizativo que contenga los principios del aprendizaje integrado de contenidos y lengua extranjera" o metodología AICLE / CLIL.

A continuación, exponemos detalladamente algunos de los **ASPECTOS METODOLÓGICOS BÁSICOS** a poner en práctica en el aprendizaje de contenidos de determinadas materias curriculares y el aprendizaje simultáneo de una lengua extranjera:

1. Activar el conocimiento previo incluyendo actividades de calentamiento inicial o actividades de exploración inicial con la idea de despertar interés y establecer un puente entre los nuevos contenidos y los ya adquiridos. A esta pre-tarea le seguirá una tarea y una post-tarea como procedimiento idóneo para explotar un contenido.

2. Proporcionar *input* adecuado y diverso.

En la clase AICLE / CLIL es muy importante que el *input* sea variado, comprendido y asimilado. Es sabido que para aprender una L2 es necesaria una gran exposición a la lengua de estudio por lo que es muy importante que el alumnado lea, escuche y hable mucho en L2 tanto en el aula como fuera de ella.

Se usará:

-Input visual: objetos reales, fotografías, etc, esto es, uso de imágenes que contextualicen los contenidos de la unidad.

-Input oral: explicación del profesor con/sin pizarra, presentación PPT hablada, demostración oral y visual de un ejercicio físico, un video o documental, una canción, un anuncio, etc.

-Input práctico: hacer un experimento, crear.

-Input escrito: libro de texto, otros textos escritos, diagramas, cuadros informativos, posters, folletos, revistas, etc.

Nos detenemos en el uso de diagramas o " Graphic organisers" por ser considerados como una de las herramientas más usadas y útiles por nuestro profesorado ANL. Suponen una forma de eliminar palabras a favor del énfasis en la conexión entre ideas. Algunos de los beneficios de su uso en la clase AICLE / CLIL son:

-Ayudan al alumnado a pensar de forma clara y ordenada, especialmente a aquel que aprende mejor de una forma visual.

-Anima al alumnado a reflexionar sobre la información o *input* objeto de estudio. -Permiten que una gran cantidad de información o *input* quede recogida en un espacio reducido.

-Conectan el uso de las cinco destrezas ya que exponen al alumnado a vocabulario y estructuras gramaticales tanto a nivel oral como escrito.

Los diagramas o " Graphic organisers" se pueden dibujar en la pizarra, cartulinas o papel. Pueden ser presentados en transparencias con el retroproyector o incluso se les puede dar movimiento a través de presentaciones PPT o la pizarra digital.

Al introducir su uso en el aula, se hace de forma gradual. Una vez que el alumnado comprende cómo se usan, se les anima a que los usen de forma individual o como tarea grupal.

Otro aspecto importante que tendremos en cuenta sobre el *input* en L2 es que el profesorado AICLE / CLIL debe saber que su área en L2 no sólo consiste en un glosario de palabras en esa lengua, sino que hay determinadas estructuras lingüísticas que aparecen con frecuencia en el *input* de su área (pasado, imperativo, preposiciones, etc.). Ser conscientes del uso de dichas estructuras en su área, significará poder ayudar al alumnado a ser consciente él también de cómo se utiliza la L2 en esa área.

Es la decisión del profesor adoptar un libro de texto en L2 o utilizar otro tipo de *input* audiovisual. Sin embargo, el profesorado debe valorar el libro de texto que adopte no sólo en términos de contenido, sino también en términos de lengua. En este sentido,

se debe tener en cuenta la complejidad lingüística de los textos que hay hoy en día en el mercado ya que se tratan de traducciones exactas de los libros de texto en L1, y no materiales AICLE / CLIL. Es por tanto absolutamente necesario que el profesor adapte el nivel del *input* en L2 del material que utilice según los niveles de comprensión que el alumnado puede alcanzar en L2.

Para la selección de contenidos / *input* a impartir en L2 se utilizarán los siguientes criterios:

- Contenidos relacionados con la cultura y lengua de la enseñanza bilingüe.
- Contenidos que hagan referencia a autores y hechos relacionados con la cultura y lengua de la enseñanza bilingüe.
- Contenidos que favorezcan el trabajo interdisciplinar.
- Contenidos que sean más apropiados de aprender elaborando proyectos.
- Contenidos que sean conocidos por el alumnado, aunque sea parcialmente.
- Contenidos que impliquen menos carga cognitiva y sean más fáciles.
- Contenidos que tengan más apoyo visual.
- Contenidos que sean más recurrentes.

3. Procesar y activar el *input* por parte del alumnado.

Cuando se presente *input* por primera vez en forma de un texto escrito o audiovisual se pedirá una pequeña tarea o una o dos preguntas previas para guiar al alumnado hacia la idea principal y retarlo a encontrar la respuesta. El alumnado no leerá en voz alta el *input* nuevo uno a uno ya que esto ralentiza la velocidad lectora y dificulta su comprensión. El alumnado leerá en voz alta para practicar pronunciación y lo hará una vez que esté familiarizado con el *input*.

Utilizaremos estrategias lectoras como otra forma de ayudar al alumnado a procesar y entender el nuevo *input*. Algunas de las actividades que realizaremos son:

- Deducir el significado usando el contexto.
- Descubrir el significado mirando la forma de las palabras o su parecido con la L1.
- Encontrar la idea principal rápidamente o una información específica (skimming y scanning).
- Reconocer el tipo de texto y la audiencia.
- Reconocer la estructura del texto.

4. Vocabulario.

No se proporcionarán listados de palabras traducidas porque así sólo se conseguirá que cada vez que el alumnado se encuentre con una palabra desconocida se detenga.

El vocabulario se procesará y trabajará de forma activa intentando que el

alumnado establezca conexiones entre las nuevas palabras y otras ya conocidas. Se ha de evitar la traducción.

Es igualmente importante variar las actividades de vocabulario y realizarlas como paso previo a las actividades en las que es preciso conocer dicho léxico.

5. El *output*: hablar y escribir

El *output*, o la producción de lengua y contenido en la L2 por parte del alumnado, puede ser lingüístico o no-lingüístico, formal o informal e individual o grupal.

En una metodología AICLE / CLIL la producción de *output* es fundamental para que el alumnado procese y afiance su conocimiento y mejore su competencia en la L2. En este sentido, el profesor AICLE / CLIL animará al alumnado a que produzca distintos tipos de *output* en la L2. Incluir una tarea final bien oral o escrita es esencial.

En 1º y 2º ESO se pedirán tareas que requieran un lenguaje más informal y vocabulario básico. En 3º y 4º ESO y Bachillerato se pedirán tareas en las que el lenguaje sea más académico y el contenido más complejo. El profesorado debe ir pidiendo un *output* más exigente desde el punto de vista de la lengua y el contenido, pero debe hacerlo de forma gradual, por ejemplo, proporcionando en las primeras etapas más contexto, ayuda visual y pistas. El profesorado ayudará y animará al alumnado a que utilice un lenguaje más exigente académicamente a medida que su nivel de dominio de la L2 sea mayor.

Se debe ofrecer al alumnado ayudas lingüísticas para desarrollar las actividades de producción oral y escrita.

El profesorado AICLE / CLIL debe diseñar los objetivos en términos de lengua y contenido (¿qué debe ser capaz de hacer el alumnado en L2 al final de la unidad?) y el alumnado debe conocerlos. Por tanto se deben incorporar tareas L2 y decir qué tipo de lengua esperamos que utilicen. Para ello utilizaremos cuadro de texto, tablas de sustitución y/o *templates* con las estructuras que queremos que sean utilizadas.

El alumnado escribirá textos en L2 pero debemos enseñarle el proceso para conseguirlo. El alumnado debe reconocer, trabajar y comprender diferentes tipos de textos: descripciones, artículos, informes, posters, etc. Cada texto tiene un propósito diferente: informar, convencer, describir, relatar, etc. Mostrar a los alumnos/as buenos textos escritos por otros alumnos/as o incluso textos auténticos aparecidos en periódicos, revistas, etc. les ayudará a seguir esos modelos a la hora de escribir sus propios textos. Se empezará por pequeñas tareas dirigidas en 1º, 2º y 3º ESO antes de pasar a textos más complejos en 4º ESO y Bachillerato. El profesorado debería proporcionar el andamiaje a nivel de contenido y a nivel de lengua. A medida que el alumnado mejore su expresión escrita, el andamiaje necesario disminuirá.

El equilibrio en el número de actividades correspondientes a las cinco destrezas es igualmente necesario en el aula AICLE / CLIL. El orden ideal para el desarrollo de las destrezas es: oír-leer-hablar-escribir. También se ha de incluir actividades de interacción oral.

6. Usar la L2 siempre que sea posible y la L1 siempre que sea necesario. Es vital que el uso de la L2 sea el máximo posible por parte de todos los agentes implicados (profesorado, alumnado y auxiliares de conversación). En el uso de la L2 se potencia la fluidez frente a la corrección gramatical (especialmente en los niveles iniciales).

En una misma sesión se podrá intercalar la L1 y la L2 aunque sin recurrir a la traducción. También se puede usar las dos lenguas en días alternos. El primer día se presenta un *input* en L1 y el siguiente día se repasa el mismo *input* en L2. Otra posibilidad sería ofrecer *input* en L2 por unidades. Es decisión del profesor seguir una dinámica u otra.

7. Fomentar la autocorrección y la corrección entre iguales.

8. Desarrollar un clima de participación, propiciando la circulación de la palabra, memorización de textos breves, respuestas voluntarias, diálogos...

9. Favorecer el aprendizaje significativo, centrado en el alumnado e integrador de la L2, basándose siempre en los conocimientos previos del alumnado, y sumativo, mediante la revisión diaria de lo aprendido en la sesión anterior. Lo que se aprende debe ser rápidamente reutilizado.

10. Fomentar el autoaprendizaje, facilitando al alumnado distintas fuentes, recursos y herramientas, especialmente las TICs, donde ampliar sus conocimientos, considerando esencial desarrollar la competencia de “aprender a aprender”.

11. Diseñar actividades de refuerzo y ampliación para atender a la diversidad de nuestro alumnado.

12. Fijar conocimientos adquiridos y tomar notas: léxico selectivo, estructuras nuevas. Utilizar los soportes: argumentación, relato, descripción, resumen, exposición...

13. Consignas de trabajo: ejercicios cotidianos en clase y en casa, como entrenamiento, repaso o profundización. Estas tareas tendrán un seguimiento y necesariamente una progresión.

14. Trabajo flexible por tareas o proyectos.

15. Clases contextualizadas en torno a un tema que cree sinergias entre distintos departamentos. Interdisciplinariedad.

16. Trabajo colaborador y cooperativo de grupos de profesores y profesoras.

17. Los conceptos que unen a varias áreas o materias constituyen elementos vertebradores y organizadores de las nuevas unidades didácticas.

18. Utilizar diferentes herramientas a la hora de plantear la situación de aprendizaje e incluir múltiples situaciones en las que los contenidos se repitan para afianzar su aprendizaje. Esta necesidad parte del hecho de que la enseñanza de una materia en lengua extranjera no implica el mismo esfuerzo por parte del aprendiz que el mismo proceso en lengua materna.

19. Incluir actividades de autoevaluación.



Samuel Heredia Canovaca
DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA 2021/2022