

PROGAMACIÓN SIMPLIFICADA EDUCACIÓN FÍSICA DE

1º BACHILLERATO

VINCULACIÓN OBJETIVOS DE MATERIA CON LOS GENERALES	
OBJETIVOS DE E.F. BACHILLERATO (ORDEN 15/1/21)	OBJ. RD1105/2014 D110/2016
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 autosuperación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas.	B C M
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.	B J M
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.	M
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.	K M
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.	B I M
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.	B J M N
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.	B M
8. Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.	A B J M DECRETO: B

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.	B C M
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 la autoría de las informaciones y archivos compartidos.	G

OBJETIVOS 1º BACHILLERATO

- 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.
- 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.

DECRETO

a) Profundizar en el conocimiento y el aprecio de las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades.

b) Profundizar en el conocimiento y el aprecio de los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, así como su medio físico y natural y otros hechos diferenciadores de nuestra Comunidad para que sea valorada y respetada como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.

CONTENIDOS OBJETIVOS 1º BACHILLERATO (ORDEN 15/1/2021)

SALUD Y CALIDAD DE VIDA	<ul style="list-style-type: none"> -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.
CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ	<ul style="list-style-type: none"> - 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.

JUEGOS Y DEPORTES	<ul style="list-style-type: none"> - 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 físicodeportivas. -La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas. -Estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboraciónoposición, adaptadas a las características de las personas participantes.
EXPRESIÓN CORPORAL	<ul style="list-style-type: none"> -Realización de composiciones o montajes artísticoexpresivos individuales y colectivos, como 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 artísticoexpresivo. -Reconocimiento del valor expresivo y comunicativo de las manifestaciones artísticoexpresivas propias de Andalucía.
ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL	<ul style="list-style-type: none"> -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.

COMPETENCIAS CLAVE

Bachillerato

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.

PROCEDIMIENTOS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

A continuación, se expondrá una concreción de y vinculación de los criterios de evaluación de cada curso relacionados con las Competencias Claves, y se establecerá una concreción de los criterios de evaluación tomando como referencia los estándares de aprendizaje establecidos en el RD. 1105/2014.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º BACHILLERATO Y COMP. CLAVES

CRITERIO 1. Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE/ IL

1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.

1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.

1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.

1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.

CRITERIO 2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE/ IL

2.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.

2.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.

2.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.

CRITERIO 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.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE/ IL

3.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.

3.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno.

3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.

3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración- oposición, adaptándolas a las características de los participantes.

CRITERIO 4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones. CMCT, CAA, SIEP.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE/ IL

4.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.

4.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.

4.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.

4.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.

CRITERIO 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, SIEP.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE/ IL

5.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.

5.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.

5.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.

5.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.

5.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.

5.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas.
<u>CRITERIO 6.</u> 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 la actividad física. CMCT, CSC, SIEP.
<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE/ IL</u>
6.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.
6.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.
<u>CRITERIO 7.</u> 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.
<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE/ IL</u>
7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.
7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.
7.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como
<u>CRITERIO 8.</u> Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física. CSC, SIEP.
<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE/ IL</u>
8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.
8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.
<u>CRITERIO 9.</u> 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.
<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE/ IL</u>
9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.
9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.

●Procedimientos de evaluación

Atendiendo a la **Orden ECD 65/2015**, los procedimientos de evaluación serán utilizables, como la observación sistemática del trabajo de los alumnos, las pruebas orales y escritas, el

portfolio, los protocolos de registro, o los trabajos de clase, permitirán la integración de todas las competencias en un marco de evaluación coherente.

Además teniendo en cuenta la **Orden del 15 de enero**, el profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna y de su maduración personal en relación con los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y las competencias clave. A tal efecto, utilizará diferentes procedimientos, técnicas o instrumentos como pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, ajustados a los criterios de evaluación y a las características específicas del alumnado.

BLOQUE CONTENIDOS 1º BACH	CRITERIOS EVALUACIÓN	PONDERACIÓN	INSTRUMENTOS	COMPETENCIAS CLAVES
SALUD Y CALIDAD DE VIDA	4	7 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN TRABAJO ESCRITOS EXÁMENES ESCRITOS	CMCT, CAA, SIEP
	5	13 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN TRABAJO ESCRITOS EXÁMENES ESCRITOS	CMCT, CAA, SIEP
	6	8 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN TRABAJO ESCRITOS	CMCT, CSC, SIEP
	7	10 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CMCT, CAA, CSC
	8	10 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CSC, SIEP

	9	7 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN TRABAJO ESCRITOS	CCL, CD, CAA
CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ	1	15 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CMCT, CAA, CSC, SIEP
	4	7 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN TRABAJO ESCRITOS EXÁMENES ESCRITOS	CMCT, CAA, SIEP
	5	13 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN TRABAJO ESCRITOS EXÁMENES ESCRITOS	CMCT, CAA, SIEP
	7	10 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CMCT, CAA, CSC
	8	10 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CSC, SIEP
	9	7 %		CCL, CD, CAA
JUEGOS Y DEPORTE	3	15 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CMCT, CAA, CSC, SIEP

	7	10 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CMCT, CAA, CSC
	8	10 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CSC, SIEP
	9	7 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN TRABAJO ESCRITOS	CCL, CD, CAA
EXPRESIÓN CORPORAL	2	15 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC
	7	10 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CMCT, CAA, CSC
	8	10 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CSC, SIEP
	9	7 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN TRABAJO ESCRITOS	CCL, CD, CAA
ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL	7	10 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CMCT, CAA, CSC
	8	10 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN	CSC, SIEP

	9	7 %	RÚBRICAS HOJAS DE OBSERVACIÓN TRABAJO ESCRITOS	CCL, CD, CAA
--	---	-----	--	--------------

Promoción: seguimos lo especificado en los criterios de evaluación del Plan de Centro.

Metodología:

La Educación Física en el Bachillerato debe profundizar y avanzar en el logro de los objetivos con especial énfasis en el fomento de la autonomía, la responsabilidad, la eficiencia, la confianza y mejora de las habilidades en las relaciones sociales y la competencia del alumnado.

Se utilizarán preferentemente técnicas de enseñanza-aprendizaje orientadas hacia la indagación y la búsqueda, en las que el papel del profesorado podrá ser el de guía y orientador. Se fomentará que el alumnado se implique responsablemente y tome decisiones en su propio proceso de aprendizaje, en la programación personal de la actividad física y el uso de grupos autogestionados, promoviendo una práctica de actividad física recreativa, integradora, saludable, no sexista, colaborativa e inclusiva.

Los estilos de enseñanza-aprendizaje cognitivos, tecnológicos, colaborativos y creativos facilitan el aprendizaje activo y significativo. Desde la Educación Física se establecerán procesos de reflexión que desarrollen en el alumnado una conciencia crítica que le permita discernir los aspectos positivos y negativos de la práctica y el consumo asociados a la actividad física.

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 ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado. Asimismo, se fomentará la actividad física inclusiva, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado.

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

Asimismo, se desarrollarán capacidades y se facilitarán conocimientos y recursos organizativos para ocupar el tiempo de ocio de una manera constructiva y transferible a la vida cotidiana. La práctica de actividad física contribuye a la estabilidad emocional de los alumnos y alumnas. La Educación Física proporcionará al alumnado métodos y técnicas de concentración y relajación que le permita afrontar con equilibrio y salud, los retos propios del periodo madurativo en el que se encuentran y de la sociedad en la que se desenvuelve.

Es aconsejable ofrecer tareas comunes y otras diversificadas atendiendo a los diferentes niveles, intereses y motivación del alumnado. Los contenidos de esta materia se concretarán con la

flexibilidad oportuna, teniendo en cuenta estos factores y otros como por ejemplo, la diversidad del entorno en Andalucía, en lo referente a condiciones climáticas, ambientales, sociales y culturales.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se deben minimizar los posibles riesgos e implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad se deberá tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la salvaguarda de la privacidad del alumnado, por lo que se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo y deportivo.

Para el desarrollo de los contenidos relacionados en esta materia tiene un papel importante la realización de actividades complementarias y/o extraescolares, pudiéndose establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno así como la colaboración con las familias del alumnado. La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los entornos naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida.

Finalmente, destacar que para el logro de una Educación Física de calidad y, por ende, la mejora de la Educación en general, es necesaria la evaluación de todos los elementos y factores implicados en el proceso de enseñanza y aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

- ✓ Toda la metodología seguirá toda la normativa COVIC del centro.