

**PROGRAMACIÓN DEPARTAMENTO DE
EDUCACIÓN FÍSICA
1º BACHILLERATO**

CURSO 2023-2024

I.E.S. BAJO CINCA FRAGA

Orden ECD/1173/2022 /última modificación Marzo 2024

VERSIÓN ABREVIADA

A-COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	4
B-CONCRECIÓN, AGRUPAMIENTO Y SECUENCIACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS Y DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN EN UNIDADES DIDÁCTICAS:	10
C-PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, CON ESPECIAL ATENCIÓN AL CARÁCTER FORMATIVO DE LA EVALUACIÓN Y A SU VINCULACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN:	16
D-CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:	20
ANEXOS:	41

A-COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

Tabla 2: 1ºBACHILLERATO

Competencia específica	Ponderación	Criterio de evaluación	Concreción del criterio de evaluación	Unidades							
				1	2	3	4	5	6	7	
CE.EF.1 30%	10%	1.1. Desarrollar proyectos motores mediante la resolución de situaciones motrices de carácter individual, en un medio con o sin incertidumbre.	1.1.1 Mejora las habilidades específicas de las actividades individuales. 1.1.2 Resuelve con eficacia situaciones motrices en el medio acuático.	x	x	x	x			x	
	5%	1.2. Resolver situaciones motrices de cooperación en un medio con o sin incertidumbre.	1.2.1 Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.	x		x	x				x
	5%	1.3. Resolver situaciones motrices de oposición o colaboración-oposición.	1.3.1 Desarrolla acciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. 1.3.2 Realiza estrategias ante las situaciones de oposición adaptándolas a las características de los participantes.				x	x			

	10%	3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía.	3.3.1. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias 3.3.2. Desarrollo de práctica motriz con autonomía.			x	x				x
CE.EF.4 15%	10%	4.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas, interactuando con el entorno de manera sostenible.	4.1.1. Poner en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos inestables, analizando los aspectos organizativos necesarios 4.1.2. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas 4.1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto								x

	5%	4.2. Practicar, organizar y evaluar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, asumiendo responsabilidades, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas	4.2.1. Colabora y lleva a cabo un proceso de creación y desarrollo de una actividad físico deportiva 4.2.2 Dirige y lleva a la práctica jornadas de competición de deportes colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter lúdico y participativo.							X	X
CE.EF.5. 15%	5%	5.1. Incorporar de forma autónoma, los procesos de activación corporal y relajación, autorregulación y dosificación del esfuerzo, durante la práctica de actividades motrices.	5.1.1. Domina el trabajo general de calentamiento. 5.1.2. La participación del alumno en la práctica, se corresponde con su nivel físico.	X	X	X	X				
		5.2. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente.	5.2.1 Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. 5.2.2 Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud	X		X	X				

	10%	5.3. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud.	5.3.1 Conoce y diferencia las distintas cualidades físicas. 5.3.2. Conoce y comprende los principios de la planificación del entrenamiento. 5.3.3 Elabora una planificación temporal para la mejora de la condición física.		x						
--	-----	--	---	--	---	--	--	--	--	--	--

B-CONCRECIÓN, AGRUPAMIENTO Y SECUENCIACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS Y DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN EN UNIDADES DIDÁCTICAS:

Unidad 1: Calentamiento
Unidad 2: Condición física
Unidad 3: Natación
Unidad 4: Organización de Competiciones Deportivas
Unidad 5: Pádel
Unidad 6: Baile
Unidad 7: Movilidad en BTT

Unidad didáctica	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Concreción de los criterios de evaluación	Saberes básicos	Concreción de los saberes básicos
UD 1: Calentamiento	CE.EF.1 CE.EF.5	1.1 1.2 5.1	1.1.1 1.1.2 1.2.1 5.1.1 5.1.2	E. Organización y gestión de la actividad física	-Ejercicios preparatorios, preventivos y compensatorios de la musculatura según las características de la actividad física. -Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.
UD 2: Condición Física.	CE.EF.1 CE.EF.2 CE.EF.5	1.1. 2.2 5.3	1.1.1 2.2.1 5.3.1 5.3.2 5.3.3	A. Resolución de problemas en situaciones motrices. B. Organización y gestión de la actividad física.	-Programa personal de actividad física atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad. -Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): estrategias, técnicas y herramientas de medida. -Identificación del tipo y formulación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal.

					<p>-Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados.</p> <p>-Generar experiencias positivas de la práctica de la actividad física que logren consolidar un estilo de vida saludable.</p>
UD 3: Natación	CE.EF.1 CE.EF.2 CE.EF.3 CE.EF.5	1.1 1.2 2.1 3.1 3.3 5.1 5.2	1.1.1, 1.2.1 2.1.1 3.1.3 3.3.1 5.1.3 5.2.3	A. Resolución de problemas en situaciones motrices.	<p>-Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.</p> <p>-Capacidades físicas y motrices implicadas.</p> <p>-Aspectos reglamentarios y técnicos de las modalidades y habilidades practicadas.</p>
UD 4: Organización de Competiciones Deportivas	CE.EF.1 CE.EF.2 CE.EF.3 CE.EF.5	1.1 1.2 1.3 2.1 3.1 3.2 3.3 5.1	1.1.2 1.2.1 1.3.1 2.1.1 3.1.3, 3.1.4, 3.1.5 3.2.1 3.3..1 5.1.1	A. Resolución de problemas en situaciones motrices. C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices E. Organización y gestión de la actividad física	<p>-Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: (tipo de deporte, materiales necesarios, objetivos de la preparación, actividades y similares).</p> <p>-Habilidades específicas del deporte practicado. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.</p> <p>-Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos.</p> <p>Capacidades físicas implicadas.</p>

					<ul style="list-style-type: none"> -Estímulos relevantes en el deporte practicado que condicionan la conducta motriz. -La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos. -Respeto y aceptación de las reglas en los juegos y deportes practicados.
UD 5: pádel/badminton	CE.EF.1 CE.EF.3	1.3 3.1	1.3.1 3.1.3, 3.1.2, 3.1.4, 3.1.5	<p>A. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>B. Manifestaciones de la cultura motriz</p> <p>C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. -Golpes. y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades físicas y motrices implicadas. -Respeto y aceptación de las normas reglamentarias. -La figura del ganador y el significado del adversario en el deporte actual. Modelos de conducta de los ganadores. -El respeto y la consideración como valores propios de estas actividades.

UD 6 : Bailes	CE.EF.1 CE.EF.3 CE.EF.4	1.1 3.1 3.2 4.2	1.1.1 3.1.3, 3.1.4 3.2.1 4.2.1, 4.2.2	A. Resolución de problemas en situaciones motrices. B. Manifestaciones de la cultura motriz C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	-Realización de actividades expresivas orientadas a favorecer una dinámica positiva del grupo.
UD7: Movilidad sostenible en BTT.	CE.EF.1 CE.EF.2 CE.EF.4 CE.EF.5.	1.1., 1.2 2.2. 4.1. 4.2 5.1.,	2.1.1., 2.1.2., 2.2.1. 5.1.1., 5.2.1.	A. Resolución de problemas en situaciones motrices. D. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. E. Organización y gestión de la actividad física	<ul style="list-style-type: none"> ● Promoción y fomento de la movilidad activa, segura y saludable en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura. ● Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. ● Aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad relacionados con el entorno, los materiales, las condiciones atmosféricas,

C-PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, CON ESPECIAL ATENCIÓN AL CARÁCTER FORMATIVO DE LA EVALUACIÓN Y A SU VINCULACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

Criterios de evaluación	Procedimientos de evaluación	Unidad o unidades en las que se trabaja
1.1. Desarrollar proyectos motores mediante la resolución de situaciones motrices de carácter individual, en un medio con o sin incertidumbre.	Participación diaria (PD) Lista de control (LC) Prueba práctica individual. Prueba práctica en situación competitiva. Representación coreográfica. Presentación oral. Cuestionario escrito Trabajo escrito.	UD1, UD2, UD3, UD4, UD6,
1.2. Resolver situaciones motrices de cooperación en un medio con o sin incertidumbre.	Participación diaria (PD) Lista de control (LC) Prueba práctica individual.	UD1, UD3, UD4, UD7

1.3. Resolver situaciones motrices de oposición o colaboración-oposición.	Participación diaria (PD) Lista de control (LC) Prueba práctica individual. Prueba práctica en situación competitiva.	UD4, UD5
1.4. Crear y representar composiciones mediante una motricidad simbólica, individual o colectiva, con o sin base musical.	Representación coreográfica. Cuestionario escrito Trabajo escrito.	UD7
2.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en la actualidad.	Cuestionario escrito Trabajo escrito.	UD3, UD4
2.2. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física,	Lista de control (LC) Presentación práctica. Prueba práctica individual.	UD 2, UD 7
3.1. Practicar diversas actividades motrices analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social	Presentación oral. Cuestionario escrito Trabajo escrito.	UD3, UD4, UD5, UD6, UD7
3.2. Cooperar y colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevista o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	Participación diaria (PD) Lista de control (LC)	UD4, UD6, UD7

	Presentación oral.	
3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía.	Participación diaria (PD) Lista de control (LC)	UD3, UD4, UD7
4.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas, interactuando con el entorno de manera sostenible.	Participación diaria (PD) Lista de control (LC) Prueba práctica individual.	UD7
4.2. Practicar, organizar y evaluar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, asumiendo responsabilidades, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas	Participación diaria (PD) Lista de control (LC) Prueba práctica individual.	UD6, UD7
5.1. Incorporar de forma autónoma, los procesos de activación corporal y relajación, autorregulación y dosificación del esfuerzo, durante la práctica de actividades motrices.	Participación diaria (PD) Lista de control (LC) Prueba práctica individual.	UD1, UD2, UD3, UD4
5.2. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente.	Participación diaria (PD) Lista de control (LC) Presentación oral. Cuestionario escrito Trabajo escrito.	UD3, UD4

5.3. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud.	Presentación oral. Cuestionario escrito Trabajo escrito.	UD2
--	--	-----

D-CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

Se realizarán tres evaluaciones. La calificación correspondiente a cada evaluación se obtendrá de todas las actividades realizadas en dicho periodo, concretadas en los instrumentos de evaluación (trabajos, controles...).

En cada evaluación la calificación obtenida será la resultante según los porcentajes aplicados para cada criterio de evaluación. Para superar cada evaluación la nota siempre tendrá que ser igual o superior a 5. Para la evaluación final la calificación será la obtenida al realizar la media aritmética de las 3 evaluaciones en las que se tendrán en cuenta las actividades de recuperación.

Si un alumno/a no se presenta a alguna de las pruebas escritas o prácticas, se le hará la prueba en la fecha que se decida por parte del profesor, si previamente ha justificado debidamente su ausencia.

Para la recuperación de las evaluaciones suspendidas, se tendrán que superar en la siguiente evaluación los criterios de evaluación no superados en la anterior para ello se informará al alumno al final de cada evaluación MEDIANTE EL INFORME DE EVALUACIÓN y se adoptarán y facilitarán las medidas necesarias para facilitar la superación de dichos aprendizajes. Para su evaluación se utilizarán el mismo tipo de instrumentos utilizados para aquellos criterios no superados.

El alumno dispondrá de una fecha tope para entregar los trabajos a los profesores, así mismo el alumno podrá disponer de alguna hora, previamente concretada dentro del horario del profesor, para solucionar posibles dudas de cara a la recuperación de la evaluación.

Mantendremos esta normativa para todos y estudiaremos los casos especiales para cada uno de los alumnos.

ANEXOS:

MATERIAS QUE IMPARTE EL DEPARTAMENTO.

El departamento imparte la materia de Educación Física, en los diferentes grupos del centro, 1º de ESO (A, B, C, D, PAI), 2º ESO (A, B, C, PAI), 3º (A, B, DIVER), 4º ESO(A, B,C), 1º Bachillerato CYT A, CYT B, HCS y en 2º Bachillerato la optativa de Educación Física y Vida Activa. Además de la materia de Atención Educativa en 2º, 3º y 4º ESO.

PROFESORES DEL DEPARTAMENTO CON LAS MATERIAS QUE IMPARTE.

Lidia Pueyo Ilena: Imparte clase de E.F. a los cursos de 2º de la ESO, a los cursos de 3º de la ESO, y 1º de Bachillerato. La asignatura optativa de Educación Física y Vida Activa en 2º de Bachillerato y Atención Educativa en 2º y 3º de la ESO el horario se complementa con la Jefatura de Dpto y una tutoría en 1º de bachillerato HCS.. **TOTAL 19 HORAS.**

Jose Luis Canales: Imparte clase de E.F. a los cursos de 4º de la ESO, Atención Educativa en 4º ESO y la asignatura optativa de Educación Física y Vida Activa en 2º de Bachillerato. **TOTAL 11 HORAS.**

Raúl Cubiles Barrera: Sustituye a Javier Rey. Imparte Educación Física en el curso de 1º y en los grupos de 2º y 3º de la ESO. **TOTAL 18 HORAS.**