

ASIGNATURA	CURSO	TIPO	HORAS SEMANALES
Educación Física	2º Bachillerato	Libre Configuración (Semipresencial)	2
<b>PROFESORES</b>		<b>DIRECCIÓN DE CONTACTO</b>	
Encarni de la Torre Castellano Francisco Javier Ochando Ruiz Nicolás Godoy Montijano		Dpto. Educación Física: etorcas543@iespm.es Dpto. Educación Física: fochrui192@iespm.es Dpto. Educación Física: ngodoy@iespm.es	
		<b>PÁGINA WEB</b>	
		<a href="http://edfísica.iespm.es">http://edfísica.iespm.es</a>	

**OBJETIVOS GENERALES DE LA ASIGNATURA**

La enseñanza de la materia “Actividad física, salud y calidad de vida” en 2º de bachillerato tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos:

1. Practicar una amplia variedad de situaciones motrices en diferentes contextos aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control.
2. Realizar diversas composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas, con una intencionalidad lúdica.
3. Practicar deportes de oposición y colaboración en contextos recreativos, buscando la máxima eficacia en la práctica.
4. Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma un programa personal de actividad físico-deportiva 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 sus motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.
5. Valorar la actividad físico-deportiva como medio fundamental para alcanzar una mejor salud y calidad de vida a lo largo del tiempo.
6. Actuar de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las actividades físico-deportivas, evitando situaciones de riesgo derivada de las mismas y aplicando ante determinados accidentes producidos en la práctica deportiva, las técnicas de primeros auxilios adecuadas.
7. Planificar y realizar actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.

**BLOQUES DE CONTENIDOS**

1º Trim.	- Condición Física: Trabajo de condición física específica: fuerza y resistencia. Trabajo de condición física aplicada a través de juegos y deportes. - Juegos y Deportes individuales, colectivos y de adversarios sin contacto físico ni material compartido. - Expresión Corporal: Ritmo.
2º Trim.	- Condición Física: Trabajo de condición física específica: fuerza y resistencia. Trabajo de condición física aplicada a través de juegos y deportes. - Juegos y Deportes individuales, colectivos y de adversarios sin contacto físico ni material compartido. - Expresión Corporal: Ritmo.
3º Trim.	- Juegos y Deportes Alternativos: Frisbee, Beisbol y Juegos tradicionales.

**BIBLIOGRAFÍA**

No existe libro recomendado

**ENLACES RECOMENDADOS**

- **Fitness revolucionario**  
Dirección web: <https://www.fitnessrevolucionario.com/>  
Comentarios generales: Página muy interesante con multitud de podcast y artículos sobre alimentación y entrenamiento.
- **Gym Virtual**  
Dirección web: <http://gymvirtual.com/>  
Comentarios generales: Página con multitud de vídeos de entrenamientos, entrenamientos mensuales, alimentación, etc.



- **Informes Robinson**

Dirección web: [https://as.com/deportes\\_accion/2020/04/29/portada/1588154694\\_029645.html](https://as.com/deportes_accion/2020/04/29/portada/1588154694_029645.html)

Comentarios generales: Historias y entrevistas sorprendentes que van mucho más allá del mundo del deporte. Los programas abarcan muchas disciplinas deportivas y muchas temporadas. Este enlace es una pequeña muestra.

## **METODOLOGÍA**

La materia debe fomentar entre el alumnado la autonomía, las relaciones sociales y la competencia, entendida ésta como la eficacia y la confianza en lo que se hace. De esta forma, en función de las decisiones que tome el docente a la hora del diseño de su práctica, se contribuirá al desarrollo integral del alumnado e incidirá en su posterior calidad de vida. Los estilos docentes que se utilicen deben ser capaces de generar climas de aprendizaje óptimos en el aula.

Desde la Educación Física tenemos la ocasión y la responsabilidad de intervenir para contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión y contribuir a la consecución de una igualdad efectiva y real de oportunidades para todos.

Algunas de las acciones que realizaremos serán: ofrecer un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades por itinerario de enseñanza-aprendizaje, preservar la seguridad afectiva y emocional del alumnado en todos los tiempos pedagógicos, no tolerando los comportamientos excesivamente competitivos y agresivos y siendo tajantes con discriminaciones de cualquier tipo, priorizar en la elección de actividades aquellas que no tengan estereotipos de género, para que todo el alumnado se pueda sentir identificado e intervenir de forma explícita sobre lo que significa la construcción social del género cuando se elijan actividades con estereotipos para poder reconstruir ese ideario colectivo.

Se aplicará una gama suficiente de técnicas, estilos de enseñanza y estrategias en la práctica que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias claves adaptándose al grupo y a cada alumno.

Se buscará una variedad y un máximo aprovechamiento de la forma de utilización de los espacios (convencionales y no convencionales), el tiempo, los materiales, las organizaciones..., con la finalidad de conseguir el mayor tiempo de compromiso motor del alumnado durante las sesiones de Educación Física.

Se fomentará un clima de clase orientado a la tarea, promoviendo metas autorreferenciales, centrándonos en el proceso de enseñanza-aprendizaje y diseñando actividades basadas en la variedad, el reto personal y la implicación activa en las mismas. Para ello se utilizarán criterios relativos al progreso personal, al esfuerzo y al dominio de la tarea.

Se promoverá la motivación intrínseca hacia la práctica físico-deportiva, ofreciendo al alumnado un mayor grado de responsabilidad y capacidad de elección, tomando decisiones sobre las normas de clase, la elección de actividades y la evaluación, entre otros aspectos, además de asumir diferentes roles. En otras palabras, implicando al alumnado en su proceso de enseñanza-aprendizaje con responsabilidad. Se debe reconocer el progreso individual y la mejora del alumnado, asegurando las mismas oportunidades de recompensa. Se debe tener en cuenta la importancia del conocimiento de resultados y utilizar diferentes tipos de feedback adaptados a cada persona y a cada situación.

La equidad en la acción del profesorado va a favorecer entre el alumnado una visión positiva hacia la práctica físico-deportiva, eliminando estereotipos sobre la misma.

Se orientará al alumnado en la adquisición de técnicas de concentración y autocontrol.

La evaluación tendrá un carácter formativo y será criterial e integradora. Los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y el logro de los objetivos serán los criterios de evaluación.

El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente. Asimismo, se fomentará una evaluación compartida, promoviendo la autoevaluación del alumnado y respetando la misma. De esta forma se implicará al alumnado en su propio proceso de enseñanza-aprendizaje y se estarán afianzando hábitos de vida saludable.

Para el desarrollo de todos los contenidos relacionados en esta materia se hace imprescindible la realización de actividades complementarias y/o extraescolares. No es posible la adquisición de hábitos de salud y calidad de vida solo con lo que se realice en los centros educativos sino que se tendrán que realizar actividades fuera del entorno escolar.

## **PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y PORCENTAJE SOBRE LA CALIFICACIÓN FINAL**

### **CONVOCATORIA ORDINARIA**

#### **Procedimientos**

- Observación directa del trabajo diario.
- Pruebas orales, escritas o trabajos sobre la materia dada.
- Pruebas prácticas de condición física, deportes o expresión.



### **Instrumentos**

- Exámenes prácticos sobre los diversos contenidos.
- Pruebas escritas sobre el contenido teórico dado.
- Trabajos de profundización o investigación: individuales o colectivos.
- Debates y exposiciones.

### **Porcentaje sobre la calificación final**

- Producciones orales/escritas: 20%
- Producciones prácticas: 50%
- Observación directa: 30%

### **CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA**

#### **Instrumento**

- Pruebas prácticas, orales o escritas.
- Actividades propuestas.

### **Porcentaje sobre la calificación final**

- Producciones prácticas, escritas u orales: 80%
- Actividades propuestas: 20 %.

## **ESCENARIO A (ENSEÑANZA-APRENDIZAJE PRESENCIAL Y NO PRESENCIAL)**

### **MEDIDAS DE ADAPTACIÓN DE LA METODOLOGÍA DOCENTE**

- Las clases de educación física serán presenciales en 1º ESO.
- Como medida adicional, se prestará especial atención en facilitar material educativo (actividad física, contenido audiovisual y tareas) a los estudiantes a través de las plataformas Google Classroom para complementar las clases presenciales.
- Las plataformas descritas serán accesibles a través de la cuenta de correo @iespm.es.

### **MEDIDAS DE ADAPTACIÓN DE LA EVALUACIÓN**

#### **CONVOCATORIA ORDINARIA**

##### **Procedimientos**

- Observación directa del trabajo diario.
- Pruebas orales, escritas o trabajos sobre la materia dada.
- Pruebas prácticas de condición física, deportes o expresión.

##### **Instrumentos**

- Exámenes prácticos sobre los diversos contenidos.
- Pruebas escritas sobre el contenido teórico dado.
- Trabajos de profundización o investigación: individuales o colectivos.
- Debates y exposiciones.

### **Porcentaje sobre la calificación final**

- Producciones orales/escritas: 20%
- Producciones prácticas: 50%
- Observación directa: 30%

#### **CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA**

##### **Instrumento**

- Pruebas prácticas, orales o escritas.
- Actividades propuestas.

### **Porcentaje sobre la calificación final**



- Producciones prácticas, escritas u orales: 80%
- Actividades propuestas: 20 %.

## ESCENARIO B (SUSPENSIÓN DE LA ACTIVIDAD PRESENCIAL)

### MEDIDAS DE ADAPTACIÓN DE LA METODOLOGÍA DOCENTE

- Dado el carácter práctico de nuestra asignatura, se facilitará material educativo (actividad física, contenido audiovisual y tareas) a los estudiantes a través de las plataformas Google Classroom.
- Las plataformas descritas serán accesibles a través de la cuenta de correo @iespm.es

### MEDIDAS DE ADAPTACIÓN DE LA EVALUACIÓN

#### CONVOCATORIA ORDINARIA

La distribución de pruebas y tareas evaluables sería la misma que en escenario A, a través de la plataforma Google Classroom y Google Meet.

#### Porcentaje sobre la calificación final

- Tareas orales y/o escritas, a través de las plataformas educativas: 70%
- Grado y frecuencia en la ejecución de tareas: 30 %.

#### CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA

##### Instrumento

- Pruebas prácticas, orales o escritas.
- Actividades propuestas.

#### Porcentaje sobre la calificación final

- Producciones prácticas, escritas u orales: 80%
- Actividades propuestas: 20 %.

### INFORMACIÓN ADICIONAL

Todo el material desarrollado se encuentra disponible en la página web: <http://edfísica.iespm.es>

