RESUMEN PROGRAMACIÓN DÍDÁCTICA
EDUCACIÓN FÍSICA 2º E.S.O.

O. INTRODUCCIÓN.

La Educación Física como parte integrante de la cultura de nuestra sociedad, tiene que contribuir en esta etapa a transmitir al alumnado los conocimientos necesarios vinculados con la salud y la utilización constructiva del ocio desde una perspectiva crítica, que le permita de forma autónoma el desarrollo personal de sus capacidades motrices, cognitivas, sociales e individuales, desde las posibilidades que le brindan el cuerpo y el movimiento.

1. COMPETENCIAS CLAVE.

Según la **Orden de 14 de Julio de 2016**, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, la materia de Educación Física contribuye al desarrollo de todas las competencias clave.

a) Competencia matemática y competencia básica en ciencias y tecnología (CMCT).

b) Competencias sociales y cívicas (CSC).

c) Competencia aprender a aprender (CAA).

d) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP).

e) Competencia en comunicación lingüística (CCL).

f) Competencia conciencia y expresiones culturales (CEC).

g) Competencia digital (CD).

2. OBJETIVOS.

Según la **Orden de 14 de Julio de 2016**, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, la enseñanza de la Educación física en esta etapa tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos:

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de la actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre la misma de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludable, prácticas 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.
4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativa, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizado el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y práctica de ocio activo.
7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico- deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía, así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10. Desarrollar la capacidad crítica respeto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.
12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

3. CONTENIDOS.

3.1. Secuenciación de contenidos por bloques.

2º de E.S.O.

SALUD Y CALIDAD DE VIDA
• Las actividades físicas saludables: – Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana. – Características de las actividades físicas saludables. – Actitud crítica hacia las prácticas con efectos negativos para la salud. • El descanso y la salud: – Técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana. • Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables. • Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc. • Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades cotidianas como medio de prevención de lesiones. • Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva. • La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva.

- El calentamiento general y específico.
- Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultados del proceso de búsqueda, análisis y selección de la información relevante.

CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ

- Características y clasificación de las distintas capacidades físicas y motrices. Efectos de su desarrollo sobre el organismo.
- Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable.
- La frecuencia cardiaca como medio de control del esfuerzo. Utilización de la propia frecuencia cardiaca como criterio para identificar y mantenerse en determinadas zonas de intensidad de actividad física.
- Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.

JUEGOS Y DEPORTES

- Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
- Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos.
- Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición.
  - Las fases del juego en los deportes colectivos.
  - La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.
  - Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción.
  - La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.
  - Situaciones reducidas de juego.
- Juegos populares y tradicionales.
- Juegos alternativos y pre-deportivos.
- Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador/a.
- Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo.
- Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.

EXPRESIÓN CORPORAL

- El mimo y el juego dramático. Representación corporal de emociones, sentimientos, situaciones e ideas mediante gesto, la postura y la acción motriz teniendo en cuenta los conceptos de espacio, tiempo e intensidad.
- Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas.
- Los bailes y danzas como manifestaciones artístico-expresivas. Bailes tradicionales de Andalucía.

• Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.
ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL
• 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. • Técnicas de progresión en entornos no estables. Técnicas básicas de orientación. Interpretación de símbolos, identificación mapa-terreno/terreno-mapa, orientación mapa, recorridos guiados, etc. Juegos de pistas y orientación. • Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo. • Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc. • El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana. • Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.

3.2. Distribución temporal de los contenidos.

EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO						
Bloques temáticos	**Nº**	**Títulos unidades didácticas**	**Horas**	**Trimestre**		
				1º	**2º**	**3º**
SALUD Y CALIDAD DE VIDA	1	"CALENTANDO MOTORES II".	4	X		
	3	**"¡**NO DE CUALQUIER MANERA!" Posturas corporales correctas en actividades físicas cotidianas".	2	X		
	4	"UN SALTO HACIA LA SALUD: La comba".	8	X		
	5	"Factores perjudiciales para la salud: el consumo de alcohol, tabaco, drogas, sedentarismo…"	2		X	
CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ	2	"NOS PONEMOS EN FORMA II". Las cualidades físicas básicas y sus tipos.	8	X		
JUEGOS Y DEPORTES	6	"JUGAMOS AL BALONMANO".	10		X	
	8	LOS JUEGOS POPULARES.	8			X
	9	"DISFRUTAMOS JUGANDO AL FLOORBALL".	10			X
EXPRESIÓN CORPORAL	7	EXPRESIÓN CORPORAL: Actividades rítmicas	8		X	
ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	10	LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL: Iniciación a la orientación.	6			X

4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE.

2º ESO

Criterios de evaluación	*C. C.*	*Estándares de aprendizaje evaluables*
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.	CMCT CAA CSC SIEP	- Mejora los niveles de sus capacidades coordinativas con respecto a sus niveles previos. - Demuestra conocimientos sobre los aspectos básicos de la técnica de la modalidad. - Aplica los aspectos básicos de la técnica de la modalidad consiguiendo el objetivo de la acción en situaciones sencillas de práctica. - Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas básicas de la modalidad respecto a sus niveles previos.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	CCL CAA CSC SIEP CEC.	- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para comunicar emociones, sentimientos, situaciones e ideas. - Combina los elementos de espacio, tiempo e intensidad y atiende a criterios de creatividad en la puesta en práctica de las manifestaciones expresivas. - Conoce y pone en práctica distintos tipos de bailes o danza.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.	CMCT CAA CSC SIEP	- Demuestra conocimientos sobre los aspectos básicos de la táctica de la modalidad. - Conoce y respeta en su práctica normas y aspectos reglamentarios básicos de la modalidad trabajada. - Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta para la toma de decisiones en las situaciones de práctica. - Aplica aspectos básicos de la táctica de la modalidad en situaciones de práctica. - Coopera con sus compañeros y compañeras en situaciones de práctica con intenciones tácticas básicas. - Reflexiona sobre las situaciones de práctica planteadas valorando la adecuación de las soluciones y realizando ajustes en caso de que fuera necesario.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	CMCT CAA.	- Identifica las características que la actividad física debe cumplir para ser saludable. - Distingue los tipos de cada una de las capacidades físicas básicas identificándolos en distinto tipos de actividades física. - Utiliza su frecuencia cardiaca como medio para controlar su esfuerzo en la práctica de actividad física y mantenerse en su zona de actividad física saludable. - Reconoce los efectos que distintos hábitos tienen sobre la

		salud mostrando una actitud crítica frente a los hábitos perjudiciales. - Conoce principios de higiene postural aplicándolos en actividades cotidianas (sedentarismo, posturas al dormir, elevación y manejo de cargas, etc.)
5. Desarrollar las capacidades básicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.	CMCT CAA.	- Reconoce el estado de su condición física a través del tratamiento de los datos obtenidos de la aplicación de pruebas de valoración. - Mejora sus niveles previos de condición física. - Alcanza niveles de condición física acordes con su momento de desarrollo motor y con sus posibilidades. - Identifica los beneficios que la mejora de sus capacidades físicas tiene sobre la salud.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.	CMCT CAA CSC	- Diferencia las partes del calentamiento (general y específico) reconociendo actividades para cada uno de ellos. - Pone en práctica de forma autónoma calentamientos generales teniendo en cuenta las pautas de correcta realización. - Utiliza técnicas respiratorias como medio de relajación y de vuelta a la calma en la práctica de actividad física.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	CAA CSC SIEP.	- Valora la actividad física como opción adecuada de ocupación del tiempo de ocio. - Muestra actitudes de deportividad, tolerancia, cooperación y autocontrol en relación con la actividad física, tanto en el papel de participante como en el de espectador. - Interacciona con sus compañeros/as superando cualquier tipo de discriminación o prejuicio. - Colabora en actividades grupales, asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. - Respeta las intervenciones y aportaciones de los demás. - Adopta una actitud de participación activa, desinhibida y de aprovechamiento en las clases.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	CMCT CAA CSC	- Demuestra conocimientos sobre las técnicas de la actividad físico-deportiva en el medio natural. - Utiliza con autonomía aspectos básicos de las técnicas de la actividad físico-deportiva en el medio natural en entornos adaptados y/o reales. - Aplica con eficacia aspectos básicos de las técnicas de la actividad físico-deportiva en el medio natural en entorno adaptados y/o naturales. - Reconoce la necesidad del uso respetuoso del entorno natural mostrando compromiso por su conservación.
9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante	CCL CSC	- Aplica con autonomía hábitos higiénicos en la práctica de actividad física.

su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.		- Conoce y respeta las normas de prevención de lesiones y accidentes en la práctica de actividad física.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposición y argumentaciones de los mismos.	CCL CD CAA	- Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para ampliar sus conocimientos y/o elaborar trabajos sobre los contenidos de la Educación Física. - Emplea un adecuado proceso de búsqueda y procesamiento de la información.
11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad física-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.	CCL CD CAA CSC CEC	- Elabora trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad física-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.
12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	CMTC CAA CSC SIEP	- Participa de forma responsable y respetuosa en las actividades físicas en el medio natural y urbano propuestas. - Reconoce la posibilidad de practicar este tipo de actividades como una opción más de mejorar la salud y de ocupar de forma activa el tiempo libre.

5. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

El Departamento de Educación Física a la hora de establecer la calificación tendrá en cuenta los siguientes criterios:

- El alumnado con faltas de asistencia o prácticas sin realizar (justificadas o no), deberá realizar y entregar la ficha-sesión (ficha donde realizan un registro del trabajo realizado por sus compañeros en la sesión práctica), con la finalidad de poder recuperar los contenidos tratados en esas clases. En caso de no haber asistido a clase preguntará al profesor/a y compañeros sobre el trabajo realizado en clase para poder realizar la ficha-sesión.
- El alumnado que tengan un problema salud que les impida realizar la práctica con absoluta normalidad, traerán un justificante médico al comienzo del curso (o en el momento en que se produzca el percance) donde se especifique: qué lesión tiene, qué tipo de ejercicios no puede realizar y el tiempo aproximado de duración del reposo.

  En el caso de que un alumno/a no pueda (por motivos médicos debidamente justificados) realizar alguna de las sesiones prácticas de la materia, deberá registrar en una ficha-sesión la práctica llevada a cabo por sus compañeros. Si el problema de salud es de larga duración (más de dos semanas) además de las fichas sobre las sesiones

prácticas realizadas y entregadas diariamente, deberá realizar algún trabajo teórico-práctico (elegido por la profesor/a) que compense lo realizado por el resto del alumnado. Estos trabajos deberán ser debidamente realizados y entregados en la fecha acordada.

Además, dichos alumnos/as estarán a disposición de la profesora para colaborar en la sesión, ayudando en la organización y puesta en marcha de la misma.

- La carpeta de E.F.

  Según se vayan trabajando las distintas unidades didácticas de la materia, el profesor/a pondrá a disposición de los alumnos/as a través de la plataforma Moodle/Google Classroom los apuntes y fichas correspondientes.

  El alumnado irá guardando sus apuntes y fichas en una carpeta que solo sea para E.F. Dicha carpeta la llevará siempre que tenga clase de Educación Física. En cualquier momento del trimestre el profesor/a podrá pedir los apuntes y fichas a los alumnos/as para poder poner la nota de esa evaluación.

- Cada evaluación y tras la observación diaria del alumnado en clase (diario de sesiones o cuaderno de notas del profesor/a), se establecerá una nota teniendo en cuenta los siguientes aspectos:
  - Participación, esfuerzo, implicación en las tareas online no presenciales.
  - Participación, esfuerzo, implicación en las clases prácticas presenciales.
    - En caso de falta a clase por un motivo debidamente justificado o no, el alumnado deberá hacer entrega de la ficha-sesión o trabajo compensatorio, con el fin de recuperar los contenidos trabajados dicho día.
    - En el caso de no realizar una práctica por motivos de salud debidamente justificados o no, el alumnado deberá hacer entrega de la ficha-sesión, con el fin de recuperar los contenidos trabajados dicho día.
    - Además, en este apartado se establecerá una nota cada evaluación a partir de la observación diaria del profesor/a sobre cómo ha sido el nivel de esfuerzo e implicación del alumnado durante las clases de E.F.
  - Actitud del alumnado hacia las normas establecidas en EF, tales como; traer indumentaria deportiva adecuada para las prácticas, asearse al final de la sesión práctica, uso adecuado de material e instalaciones deportivas, respeto a compañeros o profesor/a, puntualidad…

Porcentajes de calificación en 2º ESO

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE REFERIDOS A	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	VALORACIÓN (%)
		2º
Analizar, valorar, identificar y conocer los aspectos teóricos y/o	• **Prueba escrita.** Sobre contenidos teórico-prácticos desarrollados.	35%
	• **Trabajos:**	

teórico-prácticos.	- Fichas o trabajos teórico-prácticos. - Carpeta de EF del alumno (apuntes, actividades y/o tareas, fichas teóricas…). - Trabajos de investigación, análisis de artículos, videos…	
Valoración y desarrollo de la puesta en práctica de los contenidos, progreso y mejora de cualidades físicas y habilidades motrices que se trabajan durante cada evaluación.	• **Fichas de recogida de datos (pruebas prácticas):** - Test de valoración de la Condición Física. - Prácticas evaluables (sesiones carrera continua, dirigir calentamiento práctico, aplicación de primeros auxilios…) - Rúbricas para evaluación de habilidades específicas deportivas. - Rúbricas para la evaluación de actividades de expresión corporal. - Rúbricas para la evaluación de distintas técnicas en actividades en el medio natural.	30%
La participación, esfuerzo, implicación y actitud del alumnado hacia las normas establecidas en EF (puntualidad, buen uso de material e instalaciones deportivas, medidas de seguridad, hábitos higiénicos y de salud, tolerancia, deportividad…).	• **Diario de sesiones o cuaderno de notas del profesor /a.** - Observación del alumnado y registro de datos referentes al grado de participación, esfuerzo, implicación y actitud hacia las normas establecidas en EF. - Registro de datos sobre las tareas online (no presenciales). • **Coevaluación:** los alumnos/as evalúan a sus compañeros en cuanto a su participación, esfuerzo e implicación y actitud hacia las normas establecidas en EF rellenando un cuestionario. • **Autoevaluación:** los alumnos/as valoran su grado de participación, esfuerzo, implicación y actitud hacia las normas establecidas en EF rellenando un cuestionario.	35%

Más concretamente, los criterios de evaluación establecidos, al no ser directamente evaluables necesitamos de los estándares de aprendizaje, entendidos estos como especificaciones de los criterios de evaluación y que muestran comportamientos observables. Para la valoración de dichos estándares de aprendizaje se aplicarán distintos instrumentos de evaluación los cuales tendrán un peso o porcentaje en cada evaluación (lo establecido en el cuadro anterior). A partir de la información obtenida con los distintos instrumentos de evaluación, con el fin de ofrecer una información lo más objetiva posible al alumnado y su familia, **distribuiremos diferentes porcentajes o peso de la calificación a cada uno de los criterios de evaluación**, que expresen el resultado final de cada evaluación y de todo el curso a través de la aplicación Idoceo o a mano.

Para el alumno/a con evaluación negativa en junio, se elaborará un informe individualizado sobre los criterios y estándares de aprendizajes evaluables no alcanzados, así como los contenidos relacionados con los mismos y la propuesta de actividades de recuperación. Dicho proceso de recuperación podrá incluir:

- Presentación de trabajos y fichas (según los contenidos a recuperar por el alumno)
- Prueba escrita.
- Prueba práctica.