HOJA INFORMATIVA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO: 1º ESO

Objetivos

El carácter terminal de la E.S.O., supone la necesidad de que, desde éste área, se ayude al alumnado a:

- Mejorar sus capacidades funcionales y cognitivas.
- Superar sus límites.
- Ajustar y mejorar su autoconcepto.
- Disfrutar con su propio cuerpo.
- Liberar tensiones
- Manejar y dominar objetos y el espacio físico inmediato.
- Comunicarse, compartir.
- Lograr la inserción social, la participación, la pertenencia a una colectividad.
- Trabajar en cooperación y competición.
- Desarrollar las capacidades y habilidades instrumentales.
- Perfeccionamiento y aumento de las posibilidades de movimiento de los alumnos.
- Profundizar en el conocimiento de la conducta motriz como organización significante del movimiento humano.
- Asumir actitudes, valores y normas referentes al cuerpo y a la conducta motriz.

Pero, sobre todo, a consolidar hábitos de educación, a través del cuerpo. Se trata, en suma, de que los ciudadanos, sean "responsables" de su propio cuerpo y exigentes consigo mismos y con la sociedad, para alcanzar mayores cotas en su nivel de "calidad de vida".

Una de las prioridades de la Educación Física en la E.S.O., es la consolidación del hábito de realizar actividades físico-deportivas, no sólo que lo practiquen de forma continuada y autónoma, sino que conozcan las técnicas deportivas, y sean capaces de programar de forma autónoma, un número variado de actividades, para mejorar en el futuro, su calidad de vida y salud.
Además, la actividad física, contribuye a moderar ciertos hábitos perjudiciales, como el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas o los malos hábitos alimenticios, y es un elemento, que favorece las relaciones del grupo.
No pretendemos únicamente cubrir los contenidos de una asignatura, la Enseñanza Obligatoria, sino que el alumnado adquiera un hábito en la práctica de actividades físico-deportivas a lo largo de su vida.

CONTENIDOS

¿Qué vamos a estudiar? Los contenidos mínimos a trabajar, así como los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje se pueden consultar en la programación.

TEMPORALIZACIÓN DE CONTENIDOS

CURSOS	PROGRAMACIÓN	PRIMERA EVALUACIÓN	SEGUNDA EVALUACIÓN	TERCERA EVALUACIÓN
1º ESO	CONTENIDOS • ATLETISMO • BADMINTON • BALONMANO • MEDIO NATURAL MIMO Y EXPRESIÓN • CONDICIÓN FÍSICA • HIGIENE POSTURAL • ENSEÑANZA DE LA NATACIÓN (PROYECTO DE CENTRO POR TENER PISCINA/ESPECIALIZACIÓN DEPORTIVA)	• ATLETISMO • PISCINA • ENSEÑANZA DE LA NATACIÓN, DEPORTES DE AGUA • BOSQUE DE VALDELATA	• BÁDMINTON • ACTIVIDADES EXPRESIVAS • HIGIENE POSTURAL • ENSEÑANZA DE LA NATACIÓN, DEPORTES DE AGUA	• BALONMANO • SENDERISMO (3) • MIMO • ENSEÑANZA DE LA NATACIÓN, • DEPORTES DE AGUA

COMPETENCIAS BÁSICAS

El planteamiento didáctico de esta programación contribuye principalmente a la consecución de las cuatro competencias básicas planteadas en el desarrollo legislativo de la Ley Orgánica de Educación (BOE 106 de 4 de mayo de 2006): la competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico la competencia social y ciudadana, la cultural y artística, así como la competencia en comunicación lingüística.

El desarrollo de los contenidos propuestos proporcionara al alumnado de Educación Física los conocimientos y destrezas necesarios para la organización saludable de la actividad física y la mejora de la condición física, el uso responsable del entorno

natural, el desarrollo de los valores sociales inexcusables para la construcción de una sociedad democrática o la comprensión y el análisis de los acontecimientos culturales de nuestra sociedad.

Partiendo de estos principios nuestra acción educativa debe tener presente el criterio de que el alumno debe aprender, mediante una enseñanza activa y emancipadora, teniendo a dar al alumno, progresivamente, niveles de responsabilidad y toma de decisiones acordes con sus capacidades y posibilidades.

Para la asignación de la valoración de las competencias básicas a cada criterio de evaluación, las vamos a numerar como sigue:

- Competencia social y cívica
- Conciencia y expresiones culturales
- Competencia en comunicación lingüística
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- Competencia digital
- Competencia para aprender a aprender
- Sentido de la iniciativa y del espíritu emprendedor

METODOLOGÍA

Los criterios fundamentales sobre los que se debe cimentar la **metodología** de nuestra área apuntan hacia que esta sea:

- **Flexible**, el alumno es el eje central de todo proceso por ello “el “es el personaje principal de toda la actuación educativa.

- **Activa**: el alumno debe ser cada vez más autónomo y responsable de los aprendizajes. Debe ser, él también, su propio maestro. La organización del trabajo debe dirigirse a que no haya tiempos muertos.

- **Participativa**: se debe potenciar la cooperación entre iguales por medio entre otros de la organización de grupos heterogéneos para facilitar la participación de todos.
- **Integradora**: el objetivo del programa es desarrollar las capacidades de cada uno de los alumnos, no en imponer criterios rígidos para todos, sino que cada uno pueda sentirse capaz con sus propias respuestas motrices y con sus capacidades huyendo de la diferenciación por sexo o capacidad motora.
- **Inductiva**: intentando que el alumno en todo momento pueda comprender lo que está haciendo y cuál es el objetivo de este.
- **Lúdica**: no debemos perder de vista un valor intrínseco a nuestra materia.
- **Creativa:** proponiendo la búsqueda de soluciones a los distintos problemas técnicos y tácticos que vayan apareciendo a lo largo del aprendizaje favoreciendo el desarrollo de la inteligencia.

El uso de las tecnologías de la información es una herramienta que tanto el profesor como el alumno deben tener como referencia para aclarar dudas, buscar información y recursos y consolidar aprendizajes. Habrá una información por classroom (actualmente)y un proyecto de página web que se intentará poner en marcha en el año 2022, donde se subirán los materiales que le alumno debe consultar y trabajar: apuntes, vídeos, cuestionarios, etc. Flipped, classroom, podcast, será un método muy utilizado para la conexión entre la teoría y la práctica. Los vídeos que se suban serán para enseñar al alumno modalidades físico-deportivas, técnicas deportivas, situaciones de juego concretas o explicaciones de partes teóricas relevantes que queramos que el alumno aprenda, pero no será la herramienta fundamental porque en Educación Física buscamos que el alumno viva la experiencia y practique, y eso se aleja del uso habitual de las mismas. En ocasiones se podrán utilizar las grabaciones de vídeo para ofrecer al alumno un feedback visual (siempre que autoricen a la grabación como medio de evaluación, no como publicación).

NORMAS:

1. **ASISTENCIA A CLASE Y PUNTUALIDAD:** La asistencia a la sesión presencial de Educación Física es obligatoria, por ello, **las faltas de asistencia** a clase **deberán ser justificadas ante el profesor/a el día en el que el alumno/a se incorpore a clase, o en máximo una semana después de su incorporación para demostrar responsabilidad**. Si esto no se produce, y no hay justificación de la falta en el tiempo estimado, **cada falta sin justificar deducirá la nota de responsabilidad**. **Si no justifica su hijo/a sus faltas se bajará en la nota de actitud**. **Si se llegase a clase con retraso y no hay una razón que lo justifique también se anotará como negativo.**

   Las faltas de asistencia no justificadas a un examen cuentan doble, por lo que la no asistencia injustificada a un examen supondrá que la nota de responsabilidad será de 0. Al mismo tiempo, si se prevé la **no asistencia a uno de esos exámenes**, el alumno/a deberá avisarlo con antelación suficiente, informando de la situación por la que no podrá presentarse en la fecha prevista. **De no ser así tendrá que esperar al examen extraordinario que se producirá una vez terminada cada evaluación** (hay que fomentar la responsabilidad de los alumnos).

2. **INDUMENTARIA**: La asistencia a clase de educación física se realizará con la ropa adecuada para la práctica físico-deportiva: chándal, camiseta, zapatillas, etc, **en ningún caso se permitirá la participación en las sesiones prácticas con ropa de calle, zapatos,**

   botas, etc. El calzado deportivo debe reunir las siguientes características: **suela que absorba parte de los impactos en la espalda y rodillas, talones, etc., y correcta sujeción del pie** (Las zapatillas de tela no sirven para realizar un esfuerzo deportivo con garantías de evitar lesiones). En este curso a esta indumentaria hay que unirle una **mascarilla homologada correctamente colocada sobre boca y nariz,** junto a otra de repuesto en su bolsa de aseo.

3. **INDUMENTARIA DE PISCINA**: La asistencia a la clase se realizará con vestimenta adecuada (bañador, chanclas, gafas de piscina, gorro, toalla y mascarilla de cambio).

Al mismo tiempo las **zapatillas deberán ir bien atadas por encima de la lengüeta** y **no se permitirá la práctica físico-deportiva con elementos tales** como: pendientes grandes, anillos, pulseras, esclavas, e incluso pañuelos, etc. **que potencialmente aumenten el riesgo de provocar accidentes.**

Si la indumentaria no es adecuada y puede provocar riesgos para sí mismo/a y/o compañeros/as el alumno/a tendrá que registrar lo realizado en clase por escrito, **la falta de indumentaria adecuada supondrá negativo en el apartado de responsabilidad.**

3ª KIT DE EDUCACIÓN FÍSICA OBLIGATORIO: Bolsa de aseo con gel hidroalcohólico, mascarilla de repuesto, toalla de microfibra mediana. Botella de agua grande (1L.) personal e intransferible. Aconsejamos traer una esterilla deportiva para el uso individual y camiseta de repuesto, jabón y desodorante, aunque hay que tener en cuenta que **el uso de los baños y vestuarios va a estar muy restringido, bajo permiso expreso del profesor de Educación Física y/o deportes, debido a la necesidad de mantenimiento de la distancia de seguridad**.

4º SEGURIDAD: ningún alumno podrá quitarse la mascarilla (en espacios interiores) ni salir de las pistas, gimnasio o bosque de valdelatas sin consentimiento expreso del profesor/a, y siempre lo hará por los lugares habilitados para ello, como se explicará en clase, y no saltando vallas y/o bordillos potencialmente peligrosos. Está estrictamente prohibido comer chicles y/o caramelos por el peligro de de atragantamiento. **Su incumplimiento supone negativos en el apartado de responsabilidad o incluso la expulsión de clase dependiendo de la gravedad de la acción.**

5º El resto de las normas están recogidas en el plan de convivencia del centro y son comunes a las demás asignaturas.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN 1º E.S.O.

Siguiendo la orden Ministerial del 10 de julio de 1995**, ningún alumno/a puede considerarse exento de la asignatura de Educación Física, a excepción de lo contemplado en la ORDEN 2398/2016, de 22 de julio, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid,** por lo que de no tener esa exención, y si el alumno sufriera algún tipo de lesión y/o enfermedad que le impidieran total o parcialmente el desarrollo de las sesiones

de Educación Física, el alumno/a realizará aquellas partes de la clase que no comprometan su problema. En caso de que no pueda realizar nada práctico el alumno/a tendrá que elaborar una serie de trabajos teóricos sustitutivos que cubran los contenidos trabajados.

Por este motivo rogamos a las familias que en caso de haber problemas de salud los padres nos faciliten la información más detallada posible de lo que según el médico sus hijos deberían o no deberían hacer.

- **CRITERIOS DE CALIFICACIÓN Y EVALUACIÓN:**
  - **20% aspectos conceptuales** (plickers, formularios o similar- dato objetivo, trabajos, blogs.)
  - **30% pruebas físicas, exámenes prácticos.**
  - **50% trabajo diario en todas las sesiones presenciales y virtuales**:

Para hacer media con todos los apartados, el alumno debe tener al menos un 4 en cada apartado descrito anteriormente.

NOTA IMPORTANTE Y ACLARATORIA: En cuanto a los contenidos de piscina, todo el alumno que tenga falta justificada y no justificada para participar en la actividad, por diversas razones, deberá elaborar un trabajo alternativo que le indique el profesor y que será obligatorio para poder evaluar la programación de piscina, teniendo en cuenta que no debe de faltar más del 25% de la asistencia permitida por trimestre, teniendo en cuenta que la sesión de piscina, contabiliza con dos horas lectivas.

- **Esfuerzo**:
  - El alumno/a trabaja adaptándose a su nivel en cada sesión, muestra atención y trabaja de manera continua.
  - El alumno es autoexigente e intenta superarse.

- **Responsabilidad**:
  - Normas de seguridad generales (incluye el uso adecuado de la mascarilla)
  - Trabajo diario
  - Distancia de seguridad

- Indumentaria deportiva y calzado adecuado
- En el uso del material propio y/o del centro
- Puntualidad
- En la información al profesor cuando tenga algún problema de salud o de conexión (en el caso de enseñanza virtual), justificación de las faltas de asistencia, etc. (El alumno debe ponerse en contacto con el profesor a través del correo o en clase en el menor tiempo posible mostrando la justificación correspondiente, o a través de los canales que se vayan habilitando al efecto).
- Entrega de tareas/trabajos en las fechas marcadas
- No haciendo cosas peligrosas para la actividad física como comer chicles, caramelos, etc.

Se irán sumando positivos y negativos en cada sesión práctica y se tendrá en cuenta la AUTOEVALUACIÓN del alumno.

La nota de final de curso será la media aritmética de las 3 evaluaciones <u>siempre y cuando el alumno haya superado todas y cada una de las evaluaciones por trimestre o en sus recuperaciones correspondientes</u>, se realizará una prueba ordinaria si le ha quedado algún contenido no superado, de no hacerlo el alumno acudirá a la extraordinaria de junio con toda la programación de la asignatura, esta prueba será global y será elaborada por el departamento.

REDONDEOS

- Para alcanzar un 5 en la evaluación, deberá tener más de un 4,6**.** Utilizamos muchas notas diferentes para poder alcanzarlo por méritos propios.
- **Del 5 al 8 hay que alcanzar un 5,6, 6,6 ó 7,6 para poder redondear al número superior.**
- **Como sobrepasar el 8 ya es más complicado, pues implica buena actitud diaria y ser bueno físicamente, si se alcanza un 8,5 ó 9,5 se obtendrá la nota superior (Objetivo incentivar las buenas actitudes de los alumnos).**

PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN 1º ESO

Al alumno o alumna que sea evaluado como insuficiente al finalizar cada unidad didáctica se le hará un análisis de forma individualizada de los motivos que provocan dicha calificación, proponiendo las formas de recuperación más adecuadas a cada caso en aquellos contenidos que hubieran resultado con una calificación negativa. Siempre que sea posible, las pruebas de recuperación se realizarán lo más próximas en el tiempo a la finalización de la unidad didáctica o inmediatamente después de la evaluación.

Si realizada la correspondiente recuperación el alumno/a no la supera o no se presenta, realizará la prueba ordinaria en junio y si no la aprueba, pasará al examen extraordinario de junio donde realizará los exámenes correspondientes (examen global, donde hay contenidos teóricos y prácticos de todo el curso).

PRUEBAS EXTRAORDINARIAS DE JUNIO

Aquellos **alumnos que no superen la asignatura con las recuperaciones correspondientes y después de la prueba ordinaria a finales demayo, irá al examen extraordinario, teniendo que examinarse de una prueba global realizada por el departamento de Educación Física**. Esta información de la prueba global se entregará a cada alumno por escrito. Respecto a los contenidos teóricos se les puede pedir una **prueba objetiva** y/o un **trabajo escrito cuya presentación sea indispensable, de no hacerlo el alumno no tendrá derecho a realizar el resto del examen práctico. Los alumnos suspensos, podrán tener una calificación final de 0 a 10 puntos.**

Los trabajos escritos deberán presentar la siguiente estructura que será calificada como se detalla:

- Portada (1 punto)
- Índice (0,5 punto)
- Introducción (1 punto)
- Contenidos centrales (6 puntos)
- Conclusión (que has aprendido y te ha parecido más interesante del trabajo (1 punto)
- Recursos utilizados para la realización del trabajo. Bibliografía. (0,5 puntos)

EL EXAMEN LO DECIDIRÁ EL DEPARTAMENTO (ACORDANDO UNA PRUEBA FINAL OBJETIVA Y GLOBAL A DETERMINAR)
• PARTE TEÓRICA DE LOS CONTENIDOS DEL CURSO/TRABAJO: 3 PUNTOS
• BADMINTON/BALONMANO: 2,5
• ATLETISMO/EXPRESIÓN CORPORAL: 2,5
• PRUEBA EN PISCINA: 2,5