

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

INDICE GENERAL

| | |
|--|----|
| 1. Competencias específicas y criterios de evaluación asociados a ellas | 2 |
| 2. Concreción, agrupamiento y secuenciación de los saberes básicos y de los criterios de evaluación en unidades didácticas e instrumentos de evaluación. | 8 |
| 3. Criterios de calificación | 15 |
| 4. Características de la evaluación inicial, criterios para su valoración, así como consecuencias de sus resultados en la programación didáctica y, en su caso, el diseño de los instrumentos de evaluación. | 28 |
| 5. Actuaciones generales de atención a las diferencias individuales y adaptaciones curriculares para el alumnado que las precise. | 31 |
| 6. Plan de seguimiento personal para el alumnado que no promociona. | 33 |
| 7. Plan de refuerzo personalizado para materias o ámbitos no superados. | 33 |
| 8. Estrategias didácticas y metodológicas: Organización, recursos, agrupamientos, enfoques de enseñanza, criterios para la elaboración de situaciones de aprendizaje y otros elementos que se consideren necesarios. | 34 |
| 9. Plan Lector. | 39 |
| 10. Plan de implementación de elementos transversales. | 43 |
| 11. Plan de utilización de las tecnologías digitales. | 45 |
| 12. Medidas complementarias para el tratamiento de las materias dentro del Programa BRIT-Aragón. | 47 |
| 13. Mecanismos de revisión, evaluación y modificación de las programaciones didácticas en relación con los resultados académicos y procesos de mejora. | 52 |
| 14. Actividades complementarias y extraescolares. | 53 |
| 15. Alumnos con suspensión temporal de matrícula. | 59 |

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

1. Competencias específicas y criterios de evaluación asociados a ellas

A) Competencias básicas del ámbito de Educación física

Competencia específica 1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

Competencia específica 2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Competencia específica 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

Competencia específica 4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Competencia específica 5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

B) Criterios de evaluación

Competencia específica 1.

- 1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.
- 1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

- 1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.
- 1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.
- 1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.
- 1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.

Competencia específica 2.

- 2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.
- 2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.

- 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.

. Competencia específica 3.

- 3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.
- 3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.
- 3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

Competencia específica 4.

- 4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.
- 4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.
- 4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.

Competencia específica 5.

- 5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.
- 5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano,

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

2. Concreción, agrupamiento y secuenciación de los saberes básicos y de los criterios de evaluación en unidades didácticas e instrumentos de evaluación.

La evaluación es el instrumento que debe servir tanto al profesorado como al alumnado para comprobar si el proceso de aprendizaje es eficaz: a partir de mecanismos de retroalimentación se pueden establecer las correcciones que sean necesarias. Todos los elementos de este proceso pueden ser evaluados (objetivos, contenidos, materiales y recursos didácticos, metodología y sistemas de evaluación). El departamento didáctico deberá establecer los mecanismos de evaluación previa que considere oportunos con el fin de delimitar las necesidades educativas de todo el alumnado y, en base a ello, preparar las estrategias didácticas necesarias, teniendo en cuenta el máximo nivel posible de atención a la diversidad.

A la hora de evaluar, el profesorado tendrá como principal referencia el nivel inicial de cada alumno y valorará sobre todo el progreso individual, su esfuerzo y participación en clase. Como esta materia es fundamentalmente práctica, se considera que la asistencia a clase y la actitud participativa serán factores indispensables para alcanzar los objetivos propuestos. Se valorarán los aspectos de tipo cognitivo mediante trabajos y pruebas tanto prácticas como escritas. Los aspectos actitudinales, como el interés, la cooperación, los hábitos higiénicos, se evaluarán mediante hojas de registro y planillas de observación del profesor. La valoración de la mejora de sus capacidades físicas se realizará mediante test o pruebas objetivas. En Educación Física debido a que los contenidos a desarrollar tienen características muy dispares, es necesario utilizar técnicas variadas que se ajusten a cada necesidad. En líneas generales se van a combinar dos tipos de

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

evaluación, la referida a la norma, que corresponde a la intención de comparar el resultado del individuo con los resultados de una población o grupo al que pertenece, es el caso de la batería de test de condición física o la de habilidades deportivas. Sus funciones serán las de asignar un lugar de orden a cada alumno dentro del grupo, certificar el nivel conseguido y predecir futuros resultados.

También se usará la evaluación referida al criterio, donde el resultado obtenido por el alumno/a se compara con otros resultados realizados por él mismo en las mismas pruebas o respecto a un criterio fijado de antemano. En el primer caso se valora el progreso realizado por el alumno/a independientemente del lugar que ocupa en el grupo. En el segundo caso se valora el proceso realizado por el alumno/a hacia el objetivo propuesto. Estaría más cerca de la pedagogía por objetivos, donde el profesor/a debe determinar el nivel mínimo que desea que logren los alumnos/as y tendrá en cuenta, en función de la situación inicial, el progreso y la participación de cada uno de ellos.

Así pues, en algunos casos será necesaria una evaluación cualitativa, que depende prioritariamente del juicio del profesor y donde se utilizarán procedimientos de observación. Pero hay también momentos en los que resulta más adecuado una evaluación cuantitativa y objetiva, que trata de medir y cuantificar una característica particular. Para ello se usan procedimientos de experimentación o rendimiento.

En cuanto a lo procedimientos e instrumentos de evaluación por el tipo de prueba los podremos clasificar:

Pruebas orales

- Actividades de puesta en común donde los alumnos/as explican las actividades realizadas aplicando los conceptos y terminología de la asignatura.
- Exámenes teórico-prácticos donde aplican estas nociones. Se utilizan al efecto plantillas diseñadas según las necesidades de la unidad especificando a priori el

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

baremo la prueba.

- Preguntas en las explicaciones que valoran el grado de atención a las mismas y que recogen en el cuaderno del profesor como positivos o negativos cognitivos e inciden en la nota actitudinal en más/menos 0.25, que puede oscilar según su importancia.

Pruebas escritas

- Exámenes sobre el libro o material proporcionado especificando baremos de puntuación.

- Trabajos/Exámenes en los cuales realizan un esquema/resumen en base a un texto elaborando un comentario personal, un cuestionario y ampliándolo con otros materiales. Para su desarrollo tiene una hoja diseñada al efecto donde se recoge cómo se evalúa.

- Solicitud de trabajos obligatorios para conocer, ampliar o profundizar en un tema dirigidos a alumnado con problemas médicos, conflictivos o para recuperar faltas. Trabajos voluntarios para subir nota sobre los contenidos trabajados en clase, que, si siguen instrucciones del profesor referentes a forma de confección, tamaño, bibliografía ... suben un punto la nota del examen Teórico o examen /trabajo.

- Las fichas sobre los aspectos teóricos relacionados con los contenidos que se desarrollan de forma práctica. Se valoran de 0 a 10 puntos cada una.

- Trabajos de investigación sobre diferentes temas como: ejercicios de calentamiento, juegos tradicionales, expresión corporal o deportes. Tienen una calificación de 0 a 10 puntos.

Test Físicos

- Para medir el grado de desarrollo de las cualidades físicas sobre las que se ha estado trabajando a lo largo de las diferentes unidades didácticas. Se valora en una etapa inicial su nivel en comparación con su grupo de sexo / edad y posteriormente

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

su evolución respecto a su nivel inicial. Se emplean las hojas de registro específicas y las tablas confeccionadas al efecto que se procura actualizar cada año con los nuevos datos aportados por los alumnos.

- Observación y registro sistemático a través de hojas de control, anotaciones de sesión, plantillas de observación, que recogen los aspectos técnicos, tácticos, actitudinales... que sean objeto de nuestro estudio incluidas pruebas de campo en los entrenamientos.

Pruebas motrices

- Para valorar las habilidades específicas que han alcanzado los alumnos/as en los diferentes deportes. Se valora en una etapa inicial su nivel en comparación con su grupo de sexo y edad y posteriormente su evolución respecto a su nivel inicial. Se emplean las hojas de registro específicas y las tablas confeccionadas al efecto que se van actualizando cada año con los nuevos datos aportados por los alumnos.

Procedimientos de apreciación

- Pruebas de Observación indirecta, para incrementar la posibilidad de que realicen las prácticas, normalmente realizadas por Lesionados o exentos.

- Pruebas de ejecución en las que se exige la realización de una tarea poniendo de manifiesto la eficacia del aprendizaje. Por ejemplo, la ejecución de una danza, una carrera de relevos, etc.

- Las hojas de registro utilizadas para las técnicas deportivas, gimnásticas o expresivas. En las que se establecen una serie de secuencias, acciones, etc. y se observa su presencia o ausencia. También se incluyen aquí las observaciones correspondientes a la evaluación inicial de cada unidad didáctica.

- Escalas de clasificación o puntuación que también sirven para valorar la técnica y otros elementos del aprendizaje. Aquí además de valorar la presencia o no de determinado comportamiento, se valora esa conducta emitiendo un juicio que puede ser asignar una escala numérica o cualitativa (mal, regular, bien).

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

- Procedimientos de verificación en los que se establecen a priori unas categorías en una planilla y permite ir registrando los comportamientos a evaluar, generalmente en forma cuantitativa, es decir, por el número de comportamientos.
- Registro de acontecimientos en los que se anotan el número de veces que ocurre un comportamiento como, lanzamientos, rebotes, pases, asistencias, etc.
- Cronometraje en el que se observa la duración del comportamiento. Por ejemplo, la duración de un montaje de expresión o ritmo, el mantenimiento de unos determinados ejercicios gimnásticos, el tiempo de duración de un recorrido de orientación o un circuito de habilidad o de acondicionamiento físico.

Otros Procedimientos para valorar la actitud

Están relacionados con cumplir las normas de la asignatura:

Asistencia: Puntualidad, acudir a clase debidamente equipado, buena actitud, seguir las normas.

Buena Actitud: Recuperar las faltas, realizar los test, entregar los trabajos diligentemente, organizarse con celeridad acudiendo al lugar previsto con el material adecuado, responsabilizarse del material, presentarse a las entrevistas con el profesor/a cuando sea necesario, Prepararse y presentarse a las superaciones obligatorias y voluntarias. Colaborar con los compañeros. Desarrollar las actividades previstas con talante deportivo. Saber organizarse en grupo. Colaborar como encargado de material o de clase, presentar acreditación de actividades físico-deportivas, extraescolares, comentar con el profesor/a las ausencias, esforzarse en clase... Los positivos y negativos se ponen en cada sesión y pueden ser, según su importancia, de una décima, cuarto de punto, medio punto y un punto que suman o restan del 5 inicial que tiene el alumno en actitud al empezar la evaluación.

Recuperación de las faltas: Para recuperar las faltas habrá que superar el test correspondiente o realizar un trabajo complementario. En caso de acumulación de

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

faltas o una mala actitud por la cual no se aprovechen las clases, éstas se recuperarán mediante exámenes y trabajos, además de superar los test físicos y motores correspondientes.

Test: Presentarse a las superaciones voluntarias y obligatorias mejorando significativamente respecto al nivel inicial y acercarse o superar la media correspondiente a su serie y edad.

Trabajos: Los alumnos/as que necesiten algún tipo de actividad complementaria deberán de realizar los trabajos que tiene preparados el Departamento (diversidad, exenciones,); también existen trabajos voluntarios para subir nota en función de las necesidades e intereses del alumnado (planes de entrenamiento, aspectos concretos de deportes específicos...).

Autoevaluación: Es una forma de participación activa del alumnado y posibilita conocer su punto de partida, sus progresos y dificultades además de facilitar la toma de conciencia, la interiorización y crear una base para el aprendizaje autónomo. El poder acceder a unos baremos que le comparan con su grupo de sexo y edad contribuye a su autoconocimiento, aceptación y motivación para superarse.

También se podrá valorar la **autonomía** e independencia de los grupos en aspectos como el calentamiento, deportes de Equipo, deporte libre u otras actividades en las que se manifieste esa competencia.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

3. Criterios de calificación.

3.1. Criterios de evaluación:

- CE.EF.1.1. Resolver situaciones motrices de carácter individual, aplicando los principios operacionales específicos de la especialidad, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.
- CE.EF.1.2. Resolver situaciones motrices de oposición, aplicando los principios operacionales del juego, para encadenar acciones tácticas más complejas propias de la lógica interna de dichas situaciones, evidenciando un mayor control en la codificación y decodificación de las conductas motrices propias y del rival.
- CE.EF.1.3. Resolver situaciones motrices de cooperación, utilizando los recursos adecuados para solucionar los retos o problemas motores propios de la lógica interna de dichas situaciones, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.
- CE.EF.1.4. Resolver situaciones motrices basadas en la colaboración y la oposición, aplicando los principios operacionales tácticos propios de estas situaciones motrices, para desarrollar conductas ofensivas y defensivas de mayor complejidad.
- CE.EF.1.5. Resolver situaciones motrices que se desarrollan en un medio físico con incertidumbre mostrando habilidades para la adaptación, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera autónoma procesos de percepción, decisión y acción en contextos reales, como el centro escolar o el entorno próximo, o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenido, aplicando normas de seguridad.
- CE.EF.1.6. Crear y representar composiciones individuales o colectivas, mediante el desarrollo de una motricidad simbólica a través de la expresión y la comunicación, con o sin base musical, de manera coordinada y estética y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas entre compañeros y compañeras u otras personas de la comunidad.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

- CE.EF.2.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes

de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte y otras manifestaciones motrices, en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.

- CE.EF.2.2. Adoptar y mostrar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.
- CE.EF.2.3. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física y cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de las actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas.
- CE.EF.3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida buscando posibilidades de inclusión y participación y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.
- CE.EF.3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.
- CE.EF.3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás
- CE.EF.4.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, disfrutando de ellos de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

- CE.EF.5.1. Incorporar de forma autónoma rutinas de higiene antes y después de las sesiones, dosificar el esfuerzo durante toda la

práctica e interiorizar cuestiones de educación postural en las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

- CE.EF.5.2. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.
- CE.EF.5.3. Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.
- CE.EF.5.4. Planificar y autorregular la práctica de actividad física (en el medio natural, urbano o en el centro escolar) orientada a la salud integral y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales (intentando aunar intereses con otros) para un periodo concreto de tiempo, utilizando dinámicas de autoevaluación que tengan en consideración las actividades físicas que realiza en su semana habitual.

3.2. Criterios de calificación. Contenido / Unidades Didácticas y porcentaje.

Con el fin de aportar más claridad al proceso evaluador, los criterios de calificación para la obtención de una calificación positiva en la asignatura de Educación Física van a ser la **media ponderada de los criterios de evaluación realizados hasta el momento** durante cada uno de los trimestres (evaluación continua) distribuidos en las diferentes unidades didácticas del curso.

Los Criterios de Evaluación presentarán la siguiente ponderación:

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

| CRITERIOS DE EVALUACIÓN | | UNIDADES DIDÁCTICAS | | | | | | | | |
|-------------------------|--------------------------|--------------------------------------|---|--|--|-----------------------------|----------------------------|-------------------------------|----------------------------|--------------------------------|
| | | 1ª EVALUACIÓN | | | 2ª EVALUACIÓN | | 3ª EVALUACIÓN | | | |
| Valor | Descripción de Criterios | UD1. EXPLO RA Y PROTE GE | UD2. PON A PRUEB A TU POWE R | UD3. MINI GOLPE S, MAXI DIVER | UD4. FIGUR AS EN MOVI MIENT O | UD5. EQUIP O TOTAL | UD6. EL GRAN SHOW | UD7. STICK EN ACCIÓN | UD8. DE BASE EN BASE | SUMA TORIO CRITE RIOS |

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

| CURSO | | | | | | | | | | |
|-----------|---|--|---|------|---|---|--|---|---|---|
| 2025-2026 | PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA | | | | | | | | | |
| | | | | SIÓN | | | | | | |
| 2x (7,4%) | 1.1. Resolver situaciones motrices de carácter individual, aplicando los principios operacionales específicos de la especialidad, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. | | X | | | | | | | 1 |
| 2x (7,4%) | 11.2. Resolver situaciones motrices de oposición, aplicando los principios operacionales del juego, para encadenar acciones tácticas más complejas propias de la lógica interna de dichas situaciones, evidenciando un mayor control en la codificación y decodificación de las conductas motrices propias y del rival. | | | X | | | | | | 1 |
| 2x (7,4%) | 1.3. Resolver situaciones motrices de cooperación, utilizando los recursos adecuados para solucionar los retos o problemas motores propios de la lógica interna de dichas situaciones, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. | | | | X | | | | | 1 |
| 2x (7,4%) | 1.4. Resolver situaciones motrices basadas en la colaboración y la oposición, aplicando los principios operacionales tácticos propios de estas situaciones motrices, para desarrollar conductas ofensivas y defensivas de mayor complejidad. | | | | | X | | X | X | 3 |

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

| CURSO | | | | | | | | | | |
|-----------|---|---|--|--|--|--|---|---|--|---|
| 2025-2026 | PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA | | | | | | | | | |
| 2x (7,4%) | 1.5. Resolver situaciones motrices que se desarrollan en un medio físico con incertidumbre mostrando habilidades para la adaptación, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera autónoma procesos de percepción, decisión y acción en contextos reales, como el centro escolar o el entorno próximo, o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos, aplicando normas de seguridad. | X | | | | | | | | 1 |
| 2x (7,4%) | 1.6. Crear y representar composiciones individuales o colectivas, mediante el desarrollo de una motricidad simbólica a través de la expresión y la comunicación, con o sin base musical, de manera coordinada y estética y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas entre compañeros y compañeras u otras personas de la comunidad. | | | | | | X | | | 1 |
| 1x (3,7%) | 2.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte y otras manifestaciones motrices, en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. | | | | | | | X | | 1 |

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

| CURSO | | | | | | | | | | |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2025-2026 | PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA | | | | | | | | | |
| 1x (3,7%) | 2.2. Adoptar y mostrar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo. | X | X | X | X | X | X | X | X | 8 |
| 1x (3,7%) | 2.3. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física y cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de las actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas. | X | X | X | X | X | X | X | X | 8 |
| 1x (3,7%) | 3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las practicas antideportivas, evitando la competitividad desmedida buscando posibilidades de inclusión y participación y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. | | | | | X | | | X | 2 |
| 1x (3,7%) | 3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización | | | | X | | X | | | 2 |

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

| CURSO | | | | | | | | | | |
|-----------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2025-2026 | PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA | | | | | | | | | |
| | del resultado final. | | | | | | | | | |
| 1x (3,7%) | 3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas practicas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de dialogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás | X | X | X | X | X | X | X | X | 8 |
| 2x (7,4%) | 4.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, disfrutando de ellos de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. | X | | | | | | | | 1 |
| 1x (3,7%) | 5.1. Incorporar de forma autónoma rutinas de higiene antes y después de las sesiones, dosificar el esfuerzo durante toda la práctica e interiorizar cuestiones de educación postural en las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. | X | X | X | X | X | X | X | X | 8 |

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

| CURSO | | | | | | | | | | | |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2025-2026 | PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA | | | | | | | | | | |
| 2x (7,4%) | 5.2. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. | X | X | X | X | X | X | X | X | X | 8 |
| 2x (7,4%) | 5.3. Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. | X | | | | | | | | | 1 |
| 2x (7,4%) | 5.4. Planificar y autorregular la práctica de actividad física (en el medio natural, urbano o en el centro escolar) orientada a la salud integral y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales (intentando aunar intereses con otros) para un periodo concreto de tiempo, utilizando dinámicas de autoevaluación que tengan en consideración las actividades físicas que realiza en su semana habitual. | | X | | | | | | | | 1 |

- Las tareas que no se presenten en fecha y forma establecidas recibirán una calificación máxima de un 5.

Los procedimientos e instrumentos de evaluación empleados

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

| PROCEDIMIENTOS | INSTRUMENTOS |
|---|--|
| Observación sistemática | Escalas de observación, listas de control, registro anecdótico, diarios de clase, registro de acontecimientos, cronometraje, rúbricas. |
| Análisis de producciones de los alumnos | Monografías, resúmenes, trabajo de aplicación y síntesis, cuaderno del alumno, cuaderno de campo, resolución de ejercicios y problemas, textos escritos, producciones orales, producciones plásticas o musicales, producciones motrices, investigaciones, juegos de simulación y dramáticos. |
| Intercambios orales con los alumnos | Diálogo, entrevista, asamblea, puesta en común. |
| Pruebas de interrogación | Objetivas, abiertas, oral /escrito, interpretación de datos, exposición de un tema, resolución de ejercicios y problemas, test sociométricos. |
| Pruebas de experimentación | Test estandarizados, pruebas de capacidad motriz, |
| Cuestionarios | Abiertos, cerrados. |

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

| | |
|-----------|-----------------------------------|
| CURSO | |
| 2025-2026 | PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA |

Respecto al alumnado que tenga **problemas médicos** por los cuales esté exento de toda la parte práctica de la asignatura (Exentos totales) deberá de presentar el correspondiente Certificado Oficial.

Programas de Apoyo y Refuerzo para Alumnado con Materias Pendientes

En las sesiones iniciales de presentación de la asignatura se informará de los procedimientos de recuperación de la asignatura del curso anterior así como se establecerán los mecanismos informativos necesarios (Tablón, notificaciones individuales, tutor, web...)

Así los alumnos con la Educación Física **pendiente** podrán recuperar si se aprueban las dos primeras evaluaciones del curso actual con una nota mínima de bien y en caso contrario se recupera con un examen teórico durante el tercer trimestre.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

4. Características de la evaluación inicial, criterios para su valoración, así como

**consecuencias de sus resultados en la programación didáctica y, en su caso, el diseño de
los instrumentos de evaluación.**

En un marco general la Evaluación Inicial es la que nos permite conocer niveles, diagnosticar y predecir. Establecer distintos niveles de enseñanza, agrupar por niveles, diagnosticar dónde puede llegar el proceso de enseñanza aprendizaje. Punto de partida de los objetivos propuestos. Nos marcamos unos objetivos y una evaluación inicial, determinándonos el nivel de los objetivos.

Además, la Evaluación Progresiva que se realiza a lo largo del proceso, proporciona información sobre el proceso de enseñanza, se basará en la retroalimentación continua, se enfatizan gestos o conductas explícitamente definidos, permite adaptar mejor a la evaluación por criterio, realizándose pruebas objetivas, de observación y habilidades específicas.

En el ámbito de la Educación física procuraremos que tenga unos fines, que serán los objetos perceptibles para evaluar:

*Alumnos:

- Conocimiento general.
- Características psicomotrices.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

- Desarrollo y conocimiento que posee.
- Adaptación al ritmo de enseñanza.

- Nivel alcanzado en la consecución de los objetivos.
- El grado de desarrollo personal.

*Docentes:

- Reconsideración y readaptación continua de la acción docente.
- Determina la eficacia final del planteamiento docente.
- Eficacia y capacidad didáctica docente.
- Autoevaluación del docente.

*Proceso educativo:

- Objetivos planteados.
- Eficacia del material.
- Eficacia del programa.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

| | |
|------------------|-----------------------------------|
| CURSO | |
| 2025-2026 | PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA |

-Influencias de circunstancias atenuantes.

*Centro:

- Necesidades materiales, espacios, horarios y desdobles.
- Calificación final.
- Promoción de los alumnos.
- Adecuación de los proyectos docentes del centro.
- Organización en general del centro.

Para todo ello utilizaremos los instrumentos y procedimientos de evaluación señalados en el apartado correspondiente de la evaluación.

5. Actuaciones generales de atención a las diferencias individuales y adaptaciones curriculares para el alumnado que las precise.

La propuesta de atención a la diversidad en el Departamento de Educación Física del I.E.S. “Tiempos Modernos” parte ya desde el curso 98-99 en que se empezó a perfilar, hasta la actualidad en que seguimos apostando por esta línea de trabajo.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

Nuestro primer objetivo es determinar el alumnado con necesidades educativas especiales en nuestra área, y en este

sentido consideramos que se distribuye en 5 grupos:

- Alumnado con problemas médicos.
- Alumnado de integración.
- Alumnado con problemas actitudinales.
- Alumnado menos habilidoso.
- Alumnado con altas capacidades.

Una vez detectados los casos, el Plan de actuación del Departamento pretende unos objetivos en cada caso y plantea una metodología que, para su desarrollo exige disponer de unos materiales y recursos en cuyo desarrollo nos encontramos.

En referencia a determinados grupos de alumnado en los que se puede prever que es beneficioso un mayor número de horas de actividad física como medida de atención especial pensamos que el Dpto. de Ed. Física puede aportar su colaboración utilizando los materiales y espacios propios de la asignatura.

Se pretende realizar un trabajo por niveles, tras un test inicial y con un seguimiento a través de toda la etapa educativa del alumno.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

| | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| CURSO 2025-2026 | PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA |
|----------------------------------|-----------------------------------|

Se elaborarán programas básicos en función de las características del alumnado, siempre tendiendo a la

individualización, para profundizar más serían grupos más pequeños y heterogéneos o contar con algún profesor de apoyo.

6. Plan de seguimiento personal para el alumnado que no promociona.

De acuerdo con lo establecido en el artículo 19.4 de la Orden por la que se aprueba el currículo y las características de la evaluación de la Educación Secundaria Obligatoria se ha establecido un Plan de Seguimiento Personal que se aplica a todo el alumnado que no promociona y que se encuentra en la Agenda IESTM que es un espacio de trabajo común para todo el claustro de profesores del instituto.

7. Plan de refuerzo personalizado para materias o ámbitos no superados.

De acuerdo con lo establecido en el artículo 20 de la Orden por la que se aprueba el currículo y las características de la evaluación de la Educación Secundaria Obligatoria se ha establecido un Plan de Refuerzo Personalizado que se aplica a todo el alumnado que promociona sin haber superado todas las materias o ámbitos de cursos anteriores y que se encuentra en la Agenda IESTM que es un espacio de trabajo común para todo el claustro de profesores del instituto.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

8. Estrategias didácticas y metodológicas: Organización, recursos, agrupamientos, enfoques de enseñanza, criterios para la elaboración de situaciones de aprendizaje y otros elementos que se consideren necesarios.

a) Principios generales.

En el bloque de **Condición física** se utilizarán métodos que minimicen la posibilidad de error del alumno, con una estrategia global pues se tratan de tareas simples y de baja organización. En cuanto al estilo de enseñanza será de asignación de tareas en los inicios y derivará a la programación individual.

En el bloque de **habilidad motriz y deportes** básicamente el método de asignación de tareas en los aprendizajes técnicos y resolución de problemas en la táctica. Se desarrollará una hoja de registro individual de desarrollo motor, continuándose con la dinámica de test inicial y superaciones. Aparte se desarrollará un programa gradual de dificultad motivando primero las habilidades básicas y manipulativas por medio de juegos y actividades recreativas con un estilo menos directivo comenzando con una metodología más global en el primer ciclo, introduciendo juegos predeportivos y minijuegos. Posteriormente se considerarán los aprendizajes motores y las técnicas básicas por medio de un trabajo de automatización, repetición y rendimiento con asignación de tareas. Al

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

concluir se buscarán la adopción y adecuación de estos aprendizajes en situaciones deportivas reales potenciando

la toma de decisión con situaciones más activas...

Respecto al **bloque de expresión corporal** el papel del profesor será orientar y no dirigir el proceso educativo, haciéndose catalizador de las experiencias útiles para el grupo, analizando en especial las situaciones de transferencia, facilitar vivencias que desarrollen la sensibilidad para disfrutar del propio yo, y conectar con esa sensibilidad.

Respecto al bloque de **Actividades en la naturaleza deberán** de ser dirigidas valorando prioritariamente el control de los riesgos y la seguridad del alumnado al igual que las actividades que conlleven salidas del IES para su desarrollo.

Si es preciso realizar adaptaciones curriculares por niveles, se podrá contemplar la realización de actividades diferentes en un mismo grupo. Se procurará incidir de forma progresiva durante toda la Etapa en, al menos, estos aspectos concretos:

- Asistencia y hábitos de recuperación de faltas
- Actitud hacia la asignatura, el material o equipamiento del centro, y hacia los compañeros.
- Conocer y respetar las normas básicas de funcionamiento sobre todo en los aspectos de organización del grupo, distribución por niveles y trabajo en equipo.
- Adaptación progresiva a la dinámica del trabajo de los conceptos en Educación Física: cuaderno, trabajos escritos, exposiciones orales y exámenes.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

- Conocimiento y adaptación a los test físicos y motores del segundo ciclo.

- Saber diferenciar un objetivo de

un método y de una prueba en Educación Física.

- Facilitar la comprensión de la lógica del proceso del trabajo a realizar durante su paso por toda el área (desde su iniciación general hasta la maestría específica).

b) Materiales y recursos didácticos. Libros de texto.

Hasta ahora hemos utilizado como libro de texto obligatorio el correspondiente de la Editorial Edelvives.

En la página Web del IES existe una buena cantidad de recursos, enlaces y demás (programaciones, pendientes, salidas profesionales, entrenar en casa, juegos...) para el uso y disfrute de la comunidad educativa.

En trabajos o como complemento al libro y los apuntes dados en clase, se remite en ocasiones a los alumnos/as a la bibliografía de la sección de Educación Física de la biblioteca del instituto.

Este departamento procura estar actualizado en nuevas tecnologías y usa habitualmente material audiovisual, bibliográfico, así como redes sociales sin menos cabo de otras fuentes de información (prensa, TV...) así como la utilización de nuevas tecnologías como Internet y programas específicos potenciando el uso de Web, foros, correo electrónico, Chat, YouTube...

El proyector inalámbrico del gimnasio y el uso de la Tablet también es un medio indiscutible para ciertas actividades como

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

Yoga, relajación, aeróbic, escenificación, masajes, educación postural, danza, coreografías, iniciación deportiva,

fitness... este recurso nos permite estrategias metodológicas específicas y motivantes en estas áreas como el trabajo de la condición física, los modelos técnicos de aprendizaje motor, la retroalimentación de las ejecuciones del alumnado, métodos de evaluación alternativos como el vídeo...

Por otro lado, respecto a las instalaciones fundamentalmente emplearemos las pistas deportivas, el gimnasio, el medio natural y aquellos recursos que nos ofrezca el entorno. También utilizaremos el material convencional del área junto al no convencional que sea necesario.

En coordinación con los otros centros se usa el Pabellón deportivo del Actur para las actividades más propias de gimnasio, o por condiciones meteorológicas adversas o cuando coincidimos simultáneamente varios grupos. De forma puntual las pistas del CDMA aunque menos por las dificultades de acceso con el nuevo encargado.

Se utilizarán diversos recursos que permitan a los alumnos asimilar mejor los conceptos de la asignatura:

- PowerPoint, prezi, edición de video
- Gráficos, excell, correo electrónico...
- Videos técnicos deportivos.
- Grabaciones en vídeo.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

- Aulas, sala de usos múltiples, Tablones, Cartelería, fotos para los grupos de clase, recordatorios...

- Plataformas como aeducar, classroom...

- Altavoces inalámbricos para relajación, expresión corporal y como elemento motivador para algunas clases de acondicionamiento físico.

- portátiles, móviles, tabletas: Imprescindibles para el uso de plataformas digitales de comunicación global y poner en contacto a un gran número de usuarios y ofrecer al alumnado gran cantidad de recurso relacionados con la asignatura.

Dado la rapidez de los cambios en las nuevas tecnologías, el departamento intenta estar al día, según sus posibilidades, preparando material didáctico para el alumnado más actual y adaptado a sus intereses, además de facilitar la comunicación entre el profesorado y con las familias.

9. Plan Lector.

Introducción:

La Educación Física ofrece una gran variedad de intercambios comunicativos, desde la comunicación oral a los trabajos escritos que realiza el alumno, y a través del vocabulario específico que aporta, el desarrollo del lenguaje no verbal como refuerzo del verbal a

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

través de las actividades de expresión corporal o la utilización de técnicas expresivas como la dramatización y la

improvisación, contribuirán a la mejora de esta capacidad tan importante en el ser humano.

Como en otras materias, se debe hacer referencia a la valoración de la coherencia en la expresión de ideas, la corrección ortográfica o cualquier otro elemento de esta competencia que no se circunscribe a una sola materia.

A su vez puede ser una materia por medio de la cual se puede reforzar el aprendizaje de otras lenguas participando en programas de bilingüismo.

Con el objeto de estimular la presencia de las destrezas comunicativas el departamento llevara una serie de iniciativas para favorecer la lectura, comprensión y expresión, así como las habilidades lingüísticas, creativas y artísticas, potenciando el espíritu crítico y el afán de investigación.

Estrategias de animación a la lectura y el desarrollo de la expresión y comprensión oral y escrita en la materia.

Con esta finalidad se podrán realizar las siguientes actuaciones (siempre dentro de las posibilidades del departamento):

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

✓ Libro de texto mediante exámenes, trabajo y actividades.

- ✓ Materiales diversos elaborados por el profesorado o los alumnos individualmente o en grupo
- ✓ Actividades de las diferentes unidades didácticas, elaborando nuevos materiales si se considera oportuno
- ✓ Favorecer el uso de la biblioteca, revisar su dotación, actualización especialmente en lo referentes revistas, artículos y fichas para el uso del alumnado
- ✓ Hacer la página web del departamento atractiva con enlaces que motiven su uso.
- ✓ Uso de las redes sociales para difundir los materiales y actividades propias del departamento

A fin de promover el hábito de la lectura, a pesar de ser un área eminentemente práctica

- ✓ Se dedicará un tiempo a la misma en la práctica docente, especialmente en las clases teóricas y en los trabajos, presentaciones, y exposiciones. ✓ Daremos importancia a la adquisición de un vocabulario más específico y propio de la asignatura.
- ✓ Las tareas de lectura serán imprescindibles en las tareas de preparación de las clases adaptándose a sus necesidades y a las características del grupo.
- ✓ Utilización de las tecnologías de la información y la comunicación en la materia promoviendo las habilidades para buscar, obtener, procesar y comunicar información, y para transformarla en conocimiento.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

✓ Uso de medios audiovisuales

✓ Otras tareas voluntarias

Todo esto sin menoscabar el desarrollar la Expresión y comprensión oral, además de lo expuesto anteriormente

- En los minutos iniciales que se explica el objeto de la clase y su organización se preguntará oralmente.
- Se dedicará tiempo para que el alumnado comparta sus actividades deportivas, comentar actualidad en los medios, interpretar diferentes situaciones de clase y comentarios personales guiado.

Por otro lado, se dará especial relevancia a los aspectos relacionados con la comunicación no verbal y el comportamiento manifiesto.

10. Plan de implementación de elementos transversales.

La LOMLOE establece los siguientes ejes transversales:

- Comprensión lectora.
- Expresión oral y escrita.
- Comunicación audiovisual y TIC.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

- Educación emocional y valores.
- Fomento de la creatividad y del espíritu

científico.

- Educación para la salud (incluida la salud sexual).

Introducción y beneficios de los contenidos transversales:

La transversalidad es **compatible** con el enfoque competencial, los cambios metodológicos (TIC, trabajo cooperativo, trabajo por proyectos, flexibilización, agrupamientos flexibles) y organizativos.

Tratan **temáticas sociales relevantes**, que se recogen de forma fragmentada en el currículo.

Establecen un marco interdisciplinar para la transmisión de **valores** relacionados con una **convivencia pacífica e inclusiva** asociados a otros saberes técnicos.

Permiten interrelacionar el sector educativo con los **ámbitos familiar y social**. Desarrollan la **capacidad adaptativa**, el trabajo en equipo, la toma de decisiones y la competencia de **aprender a aprender**.

Construyen **dinámicas de colaboración** más estrechas. Buscan el mejor clima de relación y comunicación.

Fomentan la participación, la **iniciativa** y la autoevaluación por parte del alumnado.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

El Área de Educación Física continuará implementando medidas que favorezcan la **igualdad de oportunidades** entre

mujeres y hombres, basándose en la **igualdad de derechos y deberes**.

También, se fomentará el aprendizaje respecto a la **prevención y resolución pacífica de conflictos** en todos los ámbitos de la vida, así como la transmisión de valores basados en los **derechos humanos**: libertad, justicia, igualdad y la no discriminación, paz, democracia, respeto e inclusión.

En esta misma línea, se fomentará el **respeto**, la **deportividad** y el **trabajo en equipo** en todas las actividades deportivas que se desarrollen, con el objetivo de prevenir actitudes y conductas antideportivas.

Por otro lado, se seguirá introduciendo contenidos de carácter transversal relacionados con la **salud** y los **estilos de vida saludables**, el **cuidado del medio ambiente** y las situaciones de riesgos derivados de la utilización de las **TIC**, así como la protección ante emergencias y catástrofes.

11. Plan de utilización de las tecnologías digitales.

El Área de Educación Física promoverán el uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en el aula como medio didáctico apropiado y valioso para llevar a cabo las tareas de enseñanza y aprendizaje.

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

| | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| CURSO 2025-2026 | PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA |
|----------------------------------|-----------------------------------|

aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas.

Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

Se procurará el alcanzar los siguientes objetivos, según las posibilidades del departamento:

- * Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.
- * Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.
- * Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
- * Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro,

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

saludable y sostenible de dichas tecnologías.

* Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas, creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

12. Medidas complementarias para el tratamiento de las materias dentro del Programa BRIT-Aragón.

PROGRAMACIÓN 4º DE ESO BILINGÜE

Desde el curso escolar 2013-14 el Departamento de Educación física participa en el programa de plurilingüismo en 4º de ESO.

La Educación física se adaptará en vocabulario y en planteamiento didáctico a las directrices establecidas en la programación general.

Una vez iniciado el curso se valorará cuál es el nivel de conocimiento de la lengua francesa del alumnado. En este sentido se establece una relación directa con el Departamento de Francés del IES con el que se colaborará en todo momento.

1. OBJETIVOS

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

| | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| CURSO 2025-2026 | PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA |
|----------------------------------|-----------------------------------|

Son los mismos que aparecen en la programación general.

2. CONTENIDOS

Por parte de este Departamento se van a trabajar los contenidos teóricos que aparecen en la programación general, traducándose al francés y compaginando apuntes elaborados en lengua francesa con temas que aparecen en la programación general.

Se hará hincapié en el vocabulario específico, sobre todo en 4º.

La introducción del nuevo vocabulario se realizará de manera progresiva a lo largo del curso. De cada tema se escogen varios apartados, siempre en porcentaje creciente para que los alumnos lo trabajen en francés.

Señalar que existirá una coordinación con el Departamento de Francés para reforzar estos contenidos en la clase de idioma.

El idioma utilizado durante las clases será el francés, facilitando a los alumnos la traducción del mismo cuando así lo requieran el momento o las circunstancias.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

| | PRIMER TRIMESTRE | SEGUNDO TRIMESTRE | TERCER TRIMESTRE |
|---------------|--|--|--|
| 4º ESO | <p>UD1. EXPLORE ET PROTÈGE: Premiers secours</p> <p>UD2. TESTE TON POWER: CrossFit. Force et méthodes de travail</p> <p>UD3. MINI COUPS, MAXI PLAISIR: Pickleball</p> | <p>UD4. FIGURES EN MOUVEMENT: Acrosport chorégraphié</p> <p>UD5. ÉQUIPE TOTALE: Sports collectifs. Multisports</p> | <p>UD6. LE GRAND SHOW: Expression corporelle</p> <p>UD7. STICK EN ACTION: Sports alternatifs “Floorball”</p> <p>UD8. DE BASE EN BASE: Sports alternatifs “Baseball”</p> |

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

13. Mecanismos de revisión, evaluación y modificación de las programaciones didácticas en relación con los resultados académicos y procesos de mejora.

Dado la importancia de una elaboración cada vez más eficaz, adecuada y precisa de las PPDDs logrando es necesaria una retroalimentación que den forma a un documento con garantía de continuidad en el tiempo que se considere adecuado. Así procuraremos su revisión en tres momentos:

- ✓ Primer momento de comprobación de que la planificación se ha realizado correctamente (apartados, etc.);
- ✓ Segundo de reorientación en la aplicación de la PPDD;
- ✓ Tercer momento tras la aplicación total de la Programación.

Tampoco podemos olvidar que la revisión de las PPDDs a final del curso escolar debe centrar nuestra atención en los resultados obtenidos por el alumnado y las cuestiones expuestas en el Plan de mejora.

Mecanismo de revisión:

- Organización temporal de los contenidos coherente a lo largo del curso en UD, temas o proyectos.
- Los resultados obtenidos y su relación con los instrumentos utilizados. – La eficacia de los procedimientos de comunicación y los mecanismos de recuperación o subida de nota.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

– La motivación del alumnado, planes de refuerzo y atención a la diversidad.

– Al ser un proceso dinámico se irán

especificando otros aspectos que se consideren necesarios.

14. Actividades complementarias y extraescolares.

Aquellos alumnos que tengan una o más conductas contrarias en los 30 días antes de realizar una actividad complementaria o extraescolar, perderán el derecho a su realización.

A la hora de temporalizar las actividades y distribuirlas por cursos tenemos la dificultad de que dependemos de fechas de organismos externos (organización ajena), de la disponibilidad de los miembros del departamento y los recursos del mismo, las dificultades de organización con la dinámica del centro, el número de cursos/alumnos y de obtener los permisos oportunos, entre otras consideraciones, aun así podemos adelantar que proponemos realizar las siguientes actividades, contando con la colaboración del PIE y el departamento de Extraescolares:

Jornada de convivencia con alumnos de 1º y 2º ESO: jornada deportiva que se realiza en el mes de septiembre en las instalaciones deportivas “Actur” para dar la bienvenida a los alumnos de 1º ESO a través de diferentes actividades físicas y deportivas que se realizan en dichas instalaciones y que duran toda la mañana.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 **PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA**

Campaña de esquí escolar: El alumnado de Primer Ciclo podrá realizar un Curso de Esquí (si puede ser contando con las

ayudas del ayuntamiento de esta ciudad). En caso de concederse menos plazas que las solicitadas se procederá a un sorteo.

Iniciación a la escalada: Se intentará realizar en el tercer trimestre, el nivel está todavía por determinar y se desarrollará en el rocódromo del C.D.M. Actur en colaboración con la Federación Aragonesa de Montaña y formando parte del programa de actividades de Zaragoza Deporte Municipal.

Orientación en el parque del agua con alumnos de 2º ESO.

Día del Deporte en el IES. Organizado por los alumnos de 2º Bachillerato.

Fomento de las Carreras Populares: Labores de promoción y ayuda organizativa.

Actividades en la naturaleza: Salidas de 1 día para Gymkhanas, barrancos, juegos aéreos y orientación...

Semana verde: propuesta de dos o tres días, para segundo ciclo de ESO, realizando actividades físicas en el medio natural.

Deporte en Instalaciones con medios diferentes al IES: Fútbol 11 en los campos de la Federación Aragonesa de Fútbol y Atletismo en el nuevo Estadio del Actur. Visita guiada a las instalaciones. Potenciar el uso y disfrute de actividades novedosas en Helios o siglo XXI.

Clubes deportivos para los recreos: formación de clubes de diferentes disciplinas deportivas para poder practicar en horario de recreos, reservando pistas y material deportivo para dicha práctica.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO
2025-2026 PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

Liga interna y atención en los recreos: Es interés del Departamento seguir en la línea de colaborar en la

realización de esta actividad, intentando implicar al alumnado más preparado y responsable.

Deportes de raqueta: En colaboración con C.D.M. Actur para el tenis, frontón y pádel además del Bádminton en el Pabellón según las condiciones de colaboración revisadas anualmente.

Rutas cicloturistas: salida en bici en el entorno próximo.

Talleres de primeros auxilios. Actividad por determinar.

Actividades acuáticas: realización de actividades recreativas en el medio acuático, ya sea ríos, canales o piscinas municipales. Principalmente con la empresa “Ebronautas” se realiza un descenso en piragua por el Ebro pasando por los puentes de la ciudad. Dicha actividad se realiza con alumnos de 4º ESO en el mes de octubre.

Para más concreción consultar " Cuadro Orientativo actualizado anualmente" que se expone a continuación:

| DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA | | | |
|--------------------------------|------------------------------------|-------------------------|----------------------|
| Actividades programadas | Fecha prevista para su realización | Cursos a los que afecta | Entidad Colaboradora |

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO

2025-2026

PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA

| | | | |
|--|---------------|---------------------|--------------|
| Campaña de esquí escolar | Febrero | 1º y 2º ESO | Departamento |
| Piragüismo | Octubre | 4º ESO | Ebronautas |
| Actividades en la naturaleza: Orientación | 3 º Trimestre | Todos los cursos | departamento |
| Fomento en la participación de Carreras Populares | Octubre-mayo | Todos los cursos | Departamento |
| Liga interna | Octubre-junio | Todos los cursos | Departamento |
| Jornada de convivencia | Septiembre | 1º y 2 º ESO | Departamento |

DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

| CURSO | | | | |
|-----------|-----------------------------------|--|-------------------------|---|
| 2025-2026 | PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA | | | |
| | Actividades programadas | Fecha prevista para su realización | Cursos a los que afecta | Entidad Colaboradora |
| | Día del Deporte | Último día antes de las vacaciones de Semana Santa | Todos los cursos | Departamento y alumnos de 2º Bachillerato |
| | Orientación en parque | Por determinar | 2º ESO | Zaragoza Deporte Municipal |
| | Deporte y donación de órganos | Por determinar | 4º ESO | Fundación Carlos Sanz |
| | Iniciación al Golf Ranillas | Por determinar | 4º ESO | Club Ranillas |
| | Banco de Actividades DGA | Por determinar | Todos según horario | DGA Y Federaciones |
| | Clubes deportivos | Todo el curso | Todos los cursos | Departamento |

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

| CURSO | | | | |
|-----------|----------------------------|----------------|--------|--------------|
| 2025-2026 | PD-4º ESO EDUCACIÓN FÍSICA | | | |
| | Calistenia | Por determinar | 4º ESO | Departamento |

15. Alumnos con suspensión temporal de matrícula.

Los alumnos que tengan durante el curso, una suspensión temporal de matrícula por motivos de movilidad exterior por estudios “Erasmus”, serán evaluados a través de los criterios de evaluación vistos y trabajados por los alumnos cuando estén matriculados en el centro.