
Proposta Pedagògica
Matèria: **EDUCACIÓ FÍSICA**
Curs: **2024 / 2025**

Professorat:
Alfredo Alandes Alfonso (Cap de Departament)
Begoña Alonso Hermosa
Joan Faus Boscà
Judit Añó Masip
Carolina Rescalvo Galavía (Coordinadora P.A.L.I.)
Claudia Ribelles Galiana

	Pàgina
1. Introducció.	4
1.1. Justificació de la proposta pedagògica.	4
1.2. Contextualització.	7
2. Objectius d'etapa.	8
2.1 Concreció dels objectius d'etapa - ESO	8
2.2 Concreció dels objectius d'etapa a Batxillerat	9
3. Competències específiques a l'ESO	10
4. Connexions de les competències específiques entre si, amb les competències específiques d'altres matèries i amb les competències clau.	19
4.1. Connexió entre les competències específiques de la matèria.	19
4.2. Relacions o connexions amb les competències específiques d'altres matèries d'etapa.	21
4.3. Connexions amb les competències clau.	22
5. Sabers bàsics - ESO	28
5.1. Descripció dels blocs.	28
5.2. Subblocs i grups.	30
6. Situacions d'aprenentatge – ESO	37
7. Competències específiques – 1r BATXILLERAT	62
8. Sabers Bàsics – 1r BATXILLERAT	69
8.1. Descripció dels blocs	69
8.2. Subblocs i grups	71
9. Situacions d'aprenentatge – 1r BATXILLERAT	87
10. Competències específiques – 2n BATXILLERAT	83

11. Sabers Bàsics – 2n BATXILLERAT	89
11.1 Descripció dels blocs	89
11.2 Subblocs i grups	90
12. Situacions d'aprenentatge – 2n BATXILLERAT	104
13. Programacions d'aula	116
14. Atenció a la diversitat	117
15. Orientacions Metodològiques	120
16. Avaluació de l'alumnat	129
17. Tractament dels elements transversals i estratègies per a desenvolupar l'educació en valors.	143
18. Annexos.	145

1. INTRODUCCIÓ

L'Educació Física desenvolupa de manera integrada els coneixements, procediments i valors que es vinculen al cos, al moviment i la seua relació amb l'entorn. Tanmateix, aquest enfocament, no sols ha de contribuir al desenrotllament motriu, sinó també a l'adquisició d'aquelles conductes que milloren la salut, entesa com a benestar físic, psíquic, social i emocional de l'alumnat. Problemes com el sedentarisme i l'obesitat tant presents en aquests temps es poden fer front amb una adequada activitat física. L'Educació Física es postula així com el camí adequat per aconseguir una millor qualitat de vida.

Per aconseguir-ho, no és suficient la mera pràctica, sinó que és necessari un anàlisi crític que consolide actituds i valors, a més d'integrar coneixements i habilitats transversals, com la feina en equip, el joc net, el respecte a les normes, la seguretat i la comunicació, entre altres. Així mateix, l'educació física preveu situacions i contextos variats, que li proporcionaran a l'alumnat adquirir un repertori de respostes adequades a les diferents situacions que se li puguin presentar tant a l'àmbit fisicoesportiu com a l'activitat humana en conjunt.

1.1. Justificació de la programació.

La proposta pedagògica permet al professor/a integrar en un document totes les funcions i tots els elements que intervenen en el procés educatiu. En la seua elaboració, és necessari basar-se en allò que recull el currículum oficial de la matèria en qüestió, així com en les característiques del centre i de l'alumnat. D'aquesta manera, per a la redacció de la següent proposta pedagògica s'ha tingut en compte la següent normativa legal:

- **Llei Orgànica 3/2020**, de 29 de desembre, per la qual es modifica la **Llei orgànica 2/2006**, de 3 de maig, d'educació (LOMLOE).
- **El Reial Decret 217/2022**, de 29 de març, pel qual s'estableix l'ordenació i els ensenyaments mínims de l'ESO a tot l'estat espanyol.
- **El Reial Decret 243/2022**, de 5 d'abril, pel qual s'estableix l'ordenació i els ensenyaments mínims del Batxillerat a tot l'estat espanyol.
- **El Reial Decret 984/2021**, de 16 de novembre, que regula l'avaluació a l'ESO.

- **El Decret 66/24**, de 21 de juny, del Consell, pel qual es modifica el Decret 107/2022, de 5 d'agost, del Consell, pel qual s'estableix l'ordenació i el currículum d'Educació Secundària Obligatòria, i l'Orde 19/2023, de 29 de juny, de la Conselleria d'Educació, Cultura i Esport, per la qual es regulen els procediments derivats del Decret 107/2022, de 5 d'agost, del Consell, pel qual s'estableixen l'ordenació i el currículum d'Educació Secundària Obligatòria, i del Decret 108/2022, de 5 d'agost, del Consell, pel qual s'estableixen l'ordenació i el currículum de Batxillerat, així com l'organització i el funcionament del Batxillerat nocturn i a distància a la Comunitat Valenciana.
- **El Decret 104/2018**, de 27 de juliol del Consell, pel qual es desenvolupen els principis **d'equitat i d'inclusió** en el sistema educatiu valencià.
- **ORDRE 20/2019**, de 30 d'abril de la Conselleria d'Educació, Investigació, Cultura i Esport, per la qual es regula l'organització de la resposta educativa per a la inclusió de l'alumnat en els centres docents sostinguts amb fons públics del sistema educatiu valencià (DOGV 03/05/19).
- **Llei 1/2024**, de 27 de juny, de la Generalitat, per la qual es regula la llibertat educativa.
- **Resolució de 5 de juny de 2024**, del director general de Centres Docents, per la qual es fixa el calendari escolar del curs acadèmic 2024-2025 a la Comunitat Valenciana
- **Resolució de 22 de juliol de 2024**, del secretari autonòmic d'Educació, per la qual s'aproven les instruccions per a l'organització i el funcionament dels centres que impartixen Educació Secundària Obligatòria i Batxillerat durant el curs 2024-2025.

A banda de la justificació legal, aquesta proposta pedagògica també contribueix a la consecució de:

- **Projecte Educatiu del Centre (PEC).**
- **Pla d'actuació per a la millora (PAM). Projecte de Patis Actius, Lúdics i Inclusius.**
- **Projecte d'esport, activitat física i salut (PEAFS). Centre Promotor de l'activitat Física i l'esport (CEPAFE).**
- **L'Agenda 2030 per al desenvolupament sostenible. Erasmus +**

El desenvolupament harmònic i integral del ser humà comporta ineludiblement la inclusió en la formació dels joves d'aquelles ensenyances que potencien el desenrotllament de les capacitats i habilitats motrius, aprofundint en el significat que adquireixen en el comportament humà, i assumint actituds, valors i normes relatives al cos i al moviment. L'Educació física no sols ha de contribuir a desenrotllar les capacitats instrumentals i a generar hàbits de pràctica continuada de l'activitat física en l'Educació Secundària Obligatòria i el Batxillerat, sinó que, a més, ha de vincular aquella a una escala de valors, actituds i normes, i al coneixement dels efectes que esta té sobre el desenrotllament personal, de manera que contribuïska així a l'èxit dels objectius generals de l'etapa. L'enfocament d'esta matèria té un caràcter integrador i inclou una multiplicitat de funcions: cognitives, expressives, comunicatives i de benestar. D'una banda, el moviment és un dels instruments cognitius fonamentals de la persona, tant per a conèixer-se a si mateixa com per a explorar i estructurar el seu entorn immediat. Per mitjà de l'organització de les seues capacitats sensoperceptivomotrius, es pren consciència del propi cos i del món que l'envolta, però a més, per mitjà del moviment, es millora la pròpia capacitat motriu en diferents situacions i per a distints fins i activitats, i es permet fins i tot demostrar destreses, superar dificultats i competir. D'altra banda, en la mesura que la persona utilitza el seu cos i el seu moviment corporal per a relacionar-se amb els altres, no sols en el joc i l'esport, sinó en general en qualsevol classe d'activitats físiques, l'Educació física afavoreix la consideració d'ambdós com a instruments de comunicació, relació i expressió. Igualment, a través de l'exercici físic es contribueix a la conservació i millora de la salut i l'estat físic, a la prevenció de determinades malalties i disfuncions i a l'equilibri psíquic, en la mesura que les persones, a través d'aquell, alliberen tensions, realitzen activitats d'oci, i gaudeixen del seu propi moviment i de la seua eficàcia corporal. Tot això resulta fins i tot més necessari atés el seu paper per a compensar les restriccions del medi i el sedentarisme habitual de la societat actual. L'Educació física actua en este sentit com a factor de prevenció de primer orde. El cos i el moviment són, per tant, els eixos bàsics en què se centra l'acció educativa en la nostra matèria. Es tracta, d'una banda, de l'educació del cos i el moviment en el sentit de la millora de les qualitats físiques i motrius i amb

això de la consolidació d'hàbits saludables. I d'un altra, de l'educació a través del cos i el moviment per a adquirir competències de caràcter afectiu i de relació, necessàries per a la vida en societat.

1.2. Contextualització.

- Nom del centre: IES PUÇOL.
- Nivells de la Proposta Pedagògica: 1r, 2n, 2nPDC, 2n PAC 3r, 3r PDC, 4t ESO, 4t PDC 1r Batxillerat i 2n Batxillerat (optativa). Projecte Interdisciplinari 4t ESO.
- Programa Lingüístic en el que s'imparteix l'assignatura: Castellà, Valencià i Anglès (4t ESO, 1r Batxillerat i Projecte Interdisciplinari).
- Programa d'Actuació per a la Millora de l'alumnat (PAM) en el que participa l'assignatura: Patis Actius, Lúdics i Inclusius.
- Direcció: Av. Corts Valencianes, 31. Puçol.
- N° alumnes/grup: 15 i 30.
- Temps de la classe: 55 minuts // 110 minuts a 1r Batxillerat.
- Nombre de sessions a l'any:
 - ESO: 2 hores setmanals / 66-68 sessions totals a l'any.
 - 2n PAC: 2 hores setmanals / 66-68 sessions a l'any.
 - 1r Batxillerat: 3 hores setmanals / 2+1 / 70 sessions a l'any.
 - 2n Batxillerat: 4 hores setmanals (1 hora cada dia). 120 sessions a l'any.

Constitució del departament i distribució de grups

El departament d'Educació Física al curs 2024-2025 està format per 6 professors i professores:

- Alfredo Alandes Alfonso: Destí Definitiu / Cap de Departament / Coordinador PEAFS. (AAA)
- Joan Faus Boscà: Funcionari Interí. (JFB) / Tutor 4t ESO
- Begoña Alonso Hermosa: Destí Definitiu. (BAH)
- Carolina Rescalvo Galavía: Funcionaria de Carrera en Expectativa de Destí / Tutora 3r ESO/ Coordinadora del projecte de Patis Actius, Lúdics i Inclusius. (CRG)
- Judit Añó Masip : Funcionaria Interina. (JAM) / Tutora 1r ESO
- Claudia Ribelles Galiana. (CRIG)

	AAA	JFB	BAH	CRG	JAM	CRIG
1r ESO				X	X	
2n ESO						X
2n PDC				X		
2n PAC	X					
3r ESO			X			X
3r PDC				X		
4t ESO		X				
4t PDC	X					
1r BATX	X	X				
2n BATX			X	X		
P.I 4t ESO	X					

2. OBJECTIUS D'ETAPA

2.1. Concreció dels Objectius d'Etapa a l'ESO.

La següent proposta pedagògica contribuirà a la consecució dels següents objectius d'etapa relacionant-los amb l'adquisició de les competències específiques de la matèria:

- A) Assumir responsablement els seus deures, conèixer i exercir els seus drets en el respecte als altres, practicar la tolerància, la cooperació i la solidaritat entre les persones i grups, exercitar-se en el diàleg refermant els drets humans com a valors comuns d'una societat plural i preparar-se per a l'exercici de la ciutadania democràtica: **COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 3.**
- B) Desenvolupar i consolidar hàbits de disciplina, estudi i treball individual i en equip com a condició necessària per a una realització eficaç de les tasques de l'aprenentatge i com a mitjà de desenvolupament personal: **COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 2**
- C) Valorar i respectar les diferències de gèneres i la igualtat de drets i oportunitats entre ells. Rebutjar els estereotips que suposen discriminació entre homes i dones: **COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 2**
- D) Enfortir les seues capacitats afectives en tots els àmbits de la personalitat i en les seues relacions amb els altres, així com rebutjar la violència, els prejudicis de qualsevol tipus, els comportaments sexistes i resoldre pacíficament els conflictes: **COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 3**

E) Desenvolupar destreses bàsiques en la utilització de les fonts d'informació per a adquirir, amb sentit crític, nous coneixements desenvolupar les competències tecnològiques bàsiques i avançar en una reflexió ètica sobre el seu funcionament i utilització:

COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 5

J) Conèixer, valorar i respectar els aspectes bàsics de la cultura i la història pròpies i dels altres, incloses les llengües familiars, així com el patrimoni artístic i cultural, com a mostra del multilingüisme i de la multiculturalitat del món, que també s'ha de valorar i respectar:

COMPETÈNCIE ESPECÍFICA 4

K) Conèixer i acceptar el funcionament del seu cos i el dels altres, respectar les diferències, consolidar els hàbits de cura i salut corporals i incorporar l'educació física i la pràctica de l'esport per a afavorir el desenvolupament personal i social. Conèixer i valorar la dimensió humana de la sexualitat en tota la seua diversitat: **COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 1, 2, 3 i 4.**

L) Valorar críticament els hàbits socials relacionats amb la salut, el consum, la cura, l'empatia i el respecte cap als éssers vius, especialment els animals, i el medi ambient, i contribuir a la conservació i millora: **COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 1 i 4.**

M) Apreciar la creació artística i comprendre el llenguatge de les diferents manifestacions artístiques utilitzant diversos mitjans d'expressió i representació **COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 3**

N) Prendre consciència de les problemàtiques que té plantejades la humanitat i que es concreten en els Objectius de Desenvolupament Sostenible: **COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 4**

2.2. Concreció dels Objectius d'Etapa a Batxillerat.

G) Utilitzar amb solvència i responsabilitat les tecnologies de la informació i la comunicació: **COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 5**

H) Utilitzar l'educació física i l'esport per a afavorir el desenvolupament personal i social. Afermar els hàbits d'activitats fisicoesportives per a afavorir el benestar físic i mental, i

com a mitjà de desenvolupament personal i social: **COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 1, 2, 3, 4 i 5.**

I) Afermar actituds de respecte i prevenció en l'àmbit de la mobilitat segura i saludable:

COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 4

J) Fomentar una actitud responsable i compromesa en la lluita contra el canvi climàtic i en la defensa del desenvolupament sostenible: **COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 4**

3. COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES A L'ESO

La proposta curricular per a la matèria d'Educació Física presenta **cinc competències específiques** que concreten les competències clau recollides en el perfil d'eixida per a la matèria, i que contenen una descripció i la seua vinculació amb altres competències i amb les característiques de l'alumnat. Passem a presentar cadascuna d'aquestes:

2.1. Competència específica 1

Integrar un estil de vida actiu mitjançant la pràctica de l'activitat física i esportiva autoregulada i l'establiment de connexions entre els hàbits de comportament quotidians i el benestar físic i mental.

2.1.1 Descripció de la competència específica 1

Aquesta competència suposa un enfocament cap a un coneixement holístic del concepte de salut connectat amb l'aplicació d'habilitats per a una vida saludable de manera autoregulada. L'alumnat porta des de l'educació primària aprenent i vivenciant aquells comportaments i actituds que faciliten un estat de vida saludable amb el reforç de l'entorn familiar i social que l'envolta. Així, en aquesta etapa els criteris i sabers associats a aquesta competència han d'ajudar l'alumnat a desenvolupar les habilitats i els coneixements necessaris per a participar de manera regular i segura en les diferents propostes d'activitat física que poden trobar, dins i fora de l'escola, gaudint de les sensacions intrínseques que això comporta i desenvolupant un esperit crític per a poder establir fites reals respecte a una millora de la forma física i el seu estat de salut. Es posa l'èmfasi en

l'aplicabilitat dels coneixements al voltant d'una vida sana amb la finalitat de transmetre la capacitat de prendre decisions personals i assumir la responsabilitat i compromís envers la seua salut, ara i per a la resta de la seua vida. Mitjançant aquesta competència l'alumnat comprén el que necessita per a comprometre's amb una vida activa i saludable, i desenvolupa la intenció de viure de manera emocionalment satisfactòria i proactiva. Aquest concepte multidimensional de la salut és dinàmic i complex i suposa una relació indivisible, tal com manifesta l'OMS, que englobe l'estat físic, mental i social, i es defineix com un dels Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS) i reptes del segle XXI.

Els sabers que es vinculen a aquesta competència són: els components físics i fisiològics amb impacte directe en la salut i benestar i els components relacionats amb l'aparell cardiorespiratori, força i resistència muscular, flexibilitat i composició corporal; l'activitat física, entesa com aquell moviment intencional que suposa una despesa d'energia en una oposició clara als comportaments sedentaris, interactuant amb les persones i l'entorn; tècniques i mètodes que afavoreixen una regulació de l'estat d'ànim i emocional, i el respecte a la diversitat de pensament, físic i de gènere, tan important en l'etapa de l'adolescència. En conjunt, facilita l'adquisició i comprensió competencial d'hàbits i rutines saludables.

Aquesta vida activa està connectada amb el món que ens envolta i la salut dels altres. L'entorn d'aquesta pràctica física ha de ser necessàriament inclusiu per a possibilitar que l'alumnat se senta atret per ella amb la idea d'augmentar al màxim els beneficis i minimitzar els riscos. De la mateixa manera, el bon ús de la tecnologia ha de ser aliada de tots els enunciats que descriuen aquesta competència, especialment en la lluita contra el sedentarisme i les malalties hipocinètiques ocasionades, en gran mesura, per l'exposició a les pantalles. El jovent ha de sentir-se implicat en un procés creixent de millora, escoltant el seu cos i aprenent estratègies per a adoptar una actitud crítica i a mantenir i millorar la seua salut.

Al final dels dos primers cursos de secundària, l'alumnat hauria de ser capaç de desenvolupar, implementar i avaluar un pla d'acció dissenyat per a millorar els seus hàbits de salut, reconeixent aquelles conductes o hàbits que poden comportar un risc.

Al final dels dos últims cursos de secundària, hauria de posar l'èmfasi a consolidar i desenvolupar l'aprenentatge adquirit en els dos primers cursos. Es podria recolzar en la capacitat de l'alumnat d'aplicar la seua capacitat d'autogestió i la necessària readaptació en funció de les seues característiques físiques, canviant a l'adolescència, els desafiaments de l'entorn i les seues relacions personals, als efectes dels seus comportaments i hàbits d'estil de vida al voltant de la salut i el benestar.

2.2. Competència específica 2

Resoldre amb èxit diferents reptes i situacions motrius a través de propostes físiques i esportives específiques aplicant les tècniques, tàctiques i estratègies de joc adients.

2.2.1. Descripció de la competència específica 2

A través d'aquesta competència l'alumnat demostra la seua eficiència i variabilitat motriu seleccionant les habilitats i seqüències de moviments adequades, ajustant i adquirint nous patrons motors i habilitats respecte a les adquirides en l'etapa de primària. Recordem que a primària comptàvem amb una competència específica dedicada al desenvolupament motriu. Ara en l'etapa de secundària s'han de tindre en compte els canvis propis de l'adolescència; anatòmics, fisiològics i socials que afectaran a les activitats recurrents a aquesta competència. Especialment, aquelles activitats relacionades amb les activitats esportives reglades, jocs preesportius i de qualsevol tipus d'adaptació inclusiva d'esport escolar. L'alumnat serà capaç de demostrar competència en l'aplicació de les tècniques i estratègies de decisió tant a nivell motriu com cognitiu, anticipant-se en diferents contextos de joc, alhora que millora actituds de cooperació, diàleg i treball en equip, amb oposició i sense. L'aprenentatge de les habilitats motrius i l'aplicació de conceptes implicats com ara comunicació i contra comunicació motriu ajudarà l'alumnat a augmentar la seua seguretat, competència, eficàcia i eficiència en el moviment, el procés del joc i el resultat com inici d'un procés reflexiu. Tanmateix, l'esport escolar i les competències motrius implicades poden millorar el seu desenvolupament físic, cognitiu i emocional, essent important que el context de pràctica siga inclusiu respecte a les característiques individuals, identitat de gènere i nivell d'habilitat. En aquest

sentit, és fonamental el desenvolupament de valors i sentit crític dels aspectes socials i culturals que envolten de manera intrínseca el fenomen esportiu, com ara els seus valors positius com la bonhomia i els negatius com la xenofòbia o el masclisme, especialment a l'esport de masses. Aquesta competència en la variabilitat motriu ajuda l'alumnat a desenvolupar la seua capacitat per a participar en activitats físicoesportives alhora que incrementa el seu nivell de pràctica d'activitat física i millora la seua salut i socialització amb l'entorn i el grup, tan important en aquestes edats.

A nivell fisiològic i anatòmic els canvis en les proporcions i somatotips, especialment a l'etapa de l'adolescència, poden generar situacions de rebuig que s'han de treballar mitjançant aquesta competència per aconseguir jocs i esports inclusivament que generen i fomenten hàbits per a una pràctica esportiva adequada a cada etapa de la vida.

Encara més, el treball de les funcions i responsabilitats de rols del context esportiu com ara els d'entrenador i entrenadora, àrbitre o preparadora i preparador físic ens ajudaran a desenvolupar diverses competències, especialment les socials i cíviques, aprendre a aprendre, el sentit d'iniciativa i l'esperit emprenedor, afavorint l'autonomia de l'alumnat.

La maduració i l'experimentació motriu pot ser emprada en l'aplicació d'habilitats en jocs i activitats que impliquen estratègies, tàctiques i tècniques més complexes. En aquest sentit, aquestes habilitats es contextualitzen aplicant la variabilitat metodològica tant al grup classe com de manera individualitzada, per a prendre consciència de com s'utilitzarà dins i a través d'activitats físiques i per ser capaç d'aplicar-les i transferir-les a activitats més generals, fins i tot les possibles transferències a la vida diària, com ara les caigudes als esports de lluita. S'ha de tindre en compte que quan els estudiants estan aprenent o desenvolupant una habilitat, necessiten oportunitats per a practicar-la i rebre retroalimentació especialista i entre iguals durant tot el procés. Així, el paper de les anomenades ajudes o rols diferenciats són especialment importants en aquesta competència. A mesura que es desenvolupen i treballen per a consolidar les seues habilitats, podran combinar habilitats i aplicar-les a activitats més complexes. Aquestes habilitats de moviment més elaborades no són el resultat de la maduració física únicament sinó producte de la pràctica i

de la capacitat neuromotriu de relacionar amb altres habilitats de moviment dins d'una gran varietat d'activitats físiques.

Al final dels dos primers cursos de Secundària, l'alumnat hauria de ser capaç de resoldre diferents situacions i seqüències de moviments relacionades amb els jocs i l'esport mitjançant el bagatge motor adquirit en aquest període.

Durant els dos últims cursos de secundària, l'alumnat hauria de consolidar els aprenentatges adquirits durant els dos primers cursos, a més d'implicar-se activament i col·laborar en l'organització de jocs i activitats físicoesportives, reforçant el seu paper transmissor de valors com ara el respecte, la tolerància, la no discriminació i la universalitat.

2.3. Competència específica 3

Participar en processos de creació de naturalesa artisticoexpressiva mitjançant l'ús del cos, el gest i el moviment com a mitjans d'autoconeixement per a expressar idees i sentiments.

2.3.1. Descripció de la competència específica 3

Aquesta competència pretén explorar les situacions comunicatives que es donen de manera conscient i inconscient amb el cos, el gest i el moviment. Les connexions entre les seues experiències motrius i el seu benestar emocional mitjançant la vivència corporal conscient, garanteixen un aprenentatge significatiu, durador i profund per les seues connotacions introjectives. En l'etapa de primària la competència específica que fa referència a la identificació dels aspectes fonamentals sobre la consciència, percepció i control del cos, a través de la resolució de situacions motrius variades, té una continuïtat clara amb aquesta competència a Secundària quant al coneixement del cos i representació d'idees, emocions i valors amb les activitats artisticoexpressives. Aquest plantejament redefineix la relació del cos i la salut cap a un enfocament que connecta el cos amb l'aprenentatge cognitiu i la comunicació personal. L'experiència creativa articulada des de la corporalitat beneficia el procés d'aprenentatge de l'alumnat, de manera que permet la comprensió de conceptes a través del cos i la possibilitat de comunicar-se i viure l'emoció

des del moviment. Mitjançant el joc dramàtic i teatral, les improvisacions, la pantomima, el clown, les activitats circenses, la dansa creativa, el treball amb màscares i les danses populars aquesta competència afavoreix la comprensió de les diferents manifestacions culturals i artístiques, les dota de valor i facilita el diàleg intercultural, fet que permet l'adquisició de nous recursos d'expressió, comunicació i inclusivitat. Des d'aquesta perspectiva, la dansa, el teatre i les arts vives com activitats artisticoexpressives ajuden a desenvolupar la sensibilitat, la creativitat, la imaginació i la comunicació perquè l'individu pugui sentir-se, percebre's i manifestar-se mitjançant l'exploració de les complexitats d'aquestes connexions i a reconèixer els sentiments i les emocions. Es contempla el cos com a origen de la identitat personal i la relació amb el món, com a vehicle d'expressió i de comunicació imprescindible per a l'ésser humà. Enriquir les experiències perceptives i oferir una exploració activa i constructiva del món a través de l'experimentació del moviment permet que l'alumnat desenvolupi moviments motors fins i grossos, que referme la creativitat, l'autoconfiança i l'exploració de diferents formes de comunicació i de relacionar-se que afavoreixen la pròpia salut i el benestar emocional.

Aquesta competència permet influir sobre els sentiments i emocions com a base sobre la qual es pot desenvolupar l'empatia i l'autoconeixement, afavorint el treball emocional i perceptiu, així com les tècniques corporals de comunicació. Cal promoure situacions i condicions educatives que afavorisquen l'adquisició competencial, fent participar l'alumnat del disseny de projectes artístics i mostrant la interdisciplinarietat dels sabers per a un assoliment competencial ple. Finalment, es col·labora amb l'adquisició del valor per se de les arts en qualsevol disciplina i així s'amplia el bagatge cultural de l'alumnat amb propostes de l'entorn.

Al final dels dos primers cursos de secundària, l'alumnat hauria de ser capaç d'expressar, amb recursos corporals senzills sense i amb suport musical, comunicant idees, sentiments i emocions.

Durant els dos últims cursos de secundària, caldria posar l'èmfasi a consolidar i desenvolupar l'aprenentatge adquirit en els dos primers cursos i participar activament en el disseny de projectes artístics mitjançant la utilització creativa i estètica dels recursos expressius del propi cos, en contextos diferents, comunicant idees, sentiments i emocions.

2.4. Competència específica 4

Interaccionar de manera sostenible amb el patrimoni natural i cultural mitjançant activitats físiques i artisticoexpressives.

2.4.1. Descripció de la competència específica 4

Aquesta competència es fonamenta en la capacitat d'interactuar activament amb l'entorn natural i urbà mitjançant les activitats físiques, fent un ús respectuós del medi físic, social i cultural. Es reforça i amplia un dels sabers transversals que l'alumnat ha treballat en l'etapa de Primària com és apreciar i respectar el medi ambient, part integral de l'educació ambiental. Aquesta competència emfasitza l'aprenentatge d'aspectes com el valor dels espais a l'aire lliure, els beneficis ambientals de la salut, pràctiques com el transport actiu, l'impacte d'usar senders i comprendre els riscos per a la salut associats amb factors ambientals com l'exposició al sol i la contaminació de l'aire.

Mitjançant aquesta competència s'ofereix als estudiants l'oportunitat d'integrar l'ètica ambiental, l'aprenentatge sostenible i una comprensió de la connexió amb la natura amb el reconeixement de la interacció del món natural i la salut emocional. A més, desenvolupa la consciència de l'impacte ambiental de les activitats esportives i recreatives i l'aportació que pot fer l'àrea per la reducció de la petjada de carboni. A mesura que l'alumnat aprén més sobre el cos i el moviment, a través del desenvolupament d'habilitats personals, a mesura que aprén a treballar de manera col·laborativa i respectuosa amb la resta i a adquirir la capacitat de pensament sistèmic, a través d'habilitats de pensament creatiu, millora la seua capacitat per a fer connexions amb el seu voltant i la possibilitat de convertir-se en ciutadans ambientalment responsables. Per a facilitar aquestes connexions, és fonamental que aquests aprenentatges es desenvolupen fora del centre educatiu per a ajudar a l'alumnat a observar, explorar i apreciar el valor de la nostra riquesa natural i topogràfica, especialment amb activitats costaneres i de muntanya, mentre descobreixen els beneficis d'estar actiu a l'aire lliure. Aquesta pràctica inclou els parcs i espais públics adients per a l'ús esportiu i de l'activitat física en general en entorns urbans. Per altra banda, no deixem de costat la seguretat que s'ha d'extremar especialment en aquests entorns. Així, les habilitats bàsiques d'assistència en primers auxilis, on s'inclou la RCP, són sabers que tot l'alumnat ha de conèixer.

Al final dels dos primers cursos de Secundària, l'alumnat hauria de ser capaç de participar en esports, activitats físiques i artísticosexpressives pel seu benestar personal i de tota la comunitat, creant connexions sostenibles amb el seu entorn natural i urbà, a més de conèixer les mesures de seguretat i primers auxilis en funció de l'activitat duta a terme.

Durant els dos últims cursos de secundària, caldria posar l'èmfasi a consolidar i desenvolupar l'aprenentatge adquirit en els dos primers cursos. A més, hauria de participar de manera activa en la planificació i avaluació d'estratègies per a connectar-se de manera sostenible amb l'entorn natural i urbà que promoguen la seua salut i el benestar comunitari, amb els protocols de seguretat i autoprotecció adients al context i tipus d'activitat proposada.

2.5. Competència específica 5

Seleccionar i fer un ús crític i segur de les tecnologies de la informació i la comunicació com a facilitadores de l'activitat física i d'una vida activa i saludable.

2.5.1. Descripció de la competència específica 5

A través d'aquesta competència sobre l'ús creatiu, crític i segur de les tecnologies de la informació i la comunicació, l'alumnat ha de relacionar-les necessàriament amb l'accés a les fonts, el processament de la informació, la cura de continguts i el coneixement dels seus drets i deures digitals, fomentant una alfabetització digital que amplia el concepte de salut a l'actual i el futur món digital. Aquest plantejament competencial suposa ensenyar habilitats comunicatives que afavorisquen un alumnat autònom, eficaç, responsable, crític i reflexiu que dispose d'habilitats per al maneig de la informació i l'ús de les eines tecnològiques.

Mitjançant la mobilització integrada del conjunt de capacitats relacionades amb la tecnologia, la informació i els mitjans de comunicació tradicionals i digitals, així com les xarxes socials, la competència integra sabers, dimensions i habilitats personals, cognitives i ètiques, socials i actitudinals que van més enllà del saber tecnològic o tecnicoinstrumental i capacitant l'estudiant en l'ús creatiu, pràctic i intel·ligent de les tecnologies de l'aprenentatge i el coneixement (TAC). Aquest aspecte implica l'ensenyament de valors i actituds, coneguts en l'entorn TIC com netiqueta, que

permeten l'alumnat adaptar-se als continus canvis produïts per les tecnologies, el seu ús i adaptació als objectius propis i la capacitat d'interacció social mitjançant aquestes eines tecnològiques. Igualment, requereix el desenvolupament d'aspectes relacionats amb la participació, el treball col·laboratiu, l'accés a la informació, el processament i ús per a la comunicació, així com la creació de continguts, la seguretat i la resolució de problemes. L'ús de la tecnologia en l'Educació Física contribueix a la integració d'elements per a l'intercanvi d'experiències i coneixements, per a l'anàlisi dels comportaments motors, per al control, gestió i organització de la pròpia activitat física i esportiva, entre altres. A partir de l'avaluació i selecció de noves fonts d'informació i d'innovacions tecnològiques, l'alumnat ha de ser capaç de fer una cura de continguts i dels recursos tecnològics disponibles amb la finalitat de resoldre els problemes quotidians d'una manera eficient, utilitzant-los de manera creativa, cooperativa i autònoma. Amb l'aplicació de les TAC al procés d'aprenentatge, l'alumnat ha de ser capaç de prendre decisions de manera autònoma, crítica i creativa, innovant i creant un nou coneixement que siga aplicable i útil, havent d'escollir entre els actuals recursos multimèdia interactius, programes, aplicacions mòbils, realitat virtual (VR), realitat augmentada (AR) i mixta (MR) en animacions i vídeos i altres projectes relacionats amb la nostra àrea.

Al final dels dos primers cursos de Secundària, l'alumnat hauria de ser capaç de conèixer i fer un bon ús de les fonts d'informació, continguts i aplicacions fiables en relació amb l'activitat física, la salut, el medi natural, els esports i altres sabers que es relacionen amb la seua vida quotidiana.

Durant els dos últims cursos de Secundària, l'alumnat hauria d'augmentar i consolidar els aprenentatges adquirits als dos primers cursos, a més de ser capaç de produir i difondre continguts relacionats amb l'activitat física i la salut en diferents formats, fent una tria conscient de quins mitjans són els més adients, sobre criteris d'adequació i respectant la propietat intel·lectual.

4. CONNEXIONS de les COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES ENTRE SÍ, amb les COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES d'ALTRES MATÈRIES i amb les COMPETÈNCIES CLAU.

4.1. Connexió entre les competències específiques de la matèria

A causa del seu caràcter transversal, la **competència específica 1** està clarament vinculada amb la resta de competències de la matèria, ja que, mitjançant aquesta, l'alumnat s'ha de comprometre amb un procés orientat cap al canvi d'alguns dels seus hàbits d'estil de vida a través del desenvolupament i la implementació d'un pla que ha d'incloure activitat física regular i, d'altra banda, per la capacitat de criticar els seus propis processos i hàbits de vida i analitzar l'impacte en la seua salut i benestar. Com a conseqüència, aquesta competència estarà present a l'hora de desenvolupar els continguts de la resta de competències de la matèria com ara els jocs i esports, les activitats artisticoexpressives i les activitats en el medi natural.

La connexió de la **competència específica 2** amb la resta de la matèria facilitarà la creació de projectes i les unitats de programació combinant sabers per a augmentar la relació de l'alumnat amb el seu entorn i grup. L'esport escolar i l'esport inclusiu dins d'una pràctica saludable està directament relacionada amb la competència específica 1. Així mateix, l'ús sostenible del patrimoni natural en activitats esportives i jocs està necessàriament connectada amb la competència específica 4. Finalment, les actuals app i videotutorials faciliten la tasca docent a la vegada que promouen l'autonomia i el sentit crític de l'alumnat, consumidor proactiu tant en les xarxes i plataformes digitals com en els mitjans audiovisuals tradicionals, i es relacionen directament amb la competència específica 5.

La connexió de la **competència específica 3** amb la resta de la matèria facilitarà la creació de projectes i les unitats de programació per mitjà de la combinació de sabers per a augmentar la relació de l'alumnat amb el seu entorn i grup. Respecte a la competència específica 1, l'ús de l'expressió corporal ajuda a l'enriquiment de la seua identitat emocional i personal i la participació en propostes expressives, adaptades i guiades, que fomenten la creativitat i autoconfiança. Així mateix, el coneixement, respecte i el plaer de gaudir de les diferents representacions i expressions artístiques del patrimoni cultural, en especial del patrimoni cultural del territori, està necessàriament

connectada amb la competència específica 2 i la competència específica 4. Finalment, relacionada amb la competència específica 5, trobem l'ús guiat, actiu i responsable d'eines TAC (tecnologies de l'aprenentatge i el coneixement) en l'organització i disseny de propostes artísticoadressives.

La connexió d'aquesta competència, la **competència específica 4**, amb la resta de la matèria facilitarà la creació de projectes i les unitats de programació combinant sabers per a augmentar la relació de l'alumnat amb el seu entorn i grup. Directament relacionada amb la competència específica 1, la realització d'activitats físiques, esportives i d'oci actiu en el medi rural i costaner permetrà la millora de la condició física i la salut física i mental, amb la utilització dels espais naturals. Així mateix, la resolució de situacions motrius en diferents activitats físiques, des de l'adaptació de les habilitats als entorns i al grau d'incertesa i l'aprenentatge autònom en el medi, connecta necessàriament amb la competència específica 2. Finalment, relacionada amb la competència específica 5, trobem l'ús actiu i responsable de les TIC en les activitats en el medi natural.

La connexió de la **competència específica 5** amb la resta de la matèria facilitarà la creació de projectes i les unitats de programació combinant sabers per a augmentar la relació de l'alumnat amb el seu entorn i grup, a més de poder contactar i treballar col·laborativament amb altres iguals de manera ubíqua. També directament relacionada amb la competència específica 1, les TIC i les TAC són elements facilitadors d'una pràctica física regular i saludable. Les propostes artísticoadressives, competència específica 3, descobreixen en aquesta competència la possibilitat d'utilització de les app i de les ferramentes de gravació i edició poden facilitar recursos expressius que complementen els propis projectes.

Finalment, la resolució i anàlisi de situacions motrius en diferents activitats físiques, l'organització i gestió de competicions esportives i l'actitud crítica amb les informacions relacionades amb el món de l'esport connecta amb la competència específica 2.

3.2. Relacions o connexions amb les competències específiques d'altres matèries d'etapa

Podem establir clares connexions de l'Educació Física amb altres matèries de l'etapa tenint en compte les mateixes competències clau, els sabers, els criteris d'avaluació i el seu caràcter transdisciplinari.

Atenent al currículum actual, recollim al següent quadre les principals **relacions de l'assignatura d'Educació Física amb altres matèries**:

Plàstica, Visual i Audiovisual	La relació entre les matèries s'estableix principalment en l'ús dels diferents recursos audiovisuals per la transformació d'espais motrius, creatius i inclusius i en les diferents propostes artístiques i elements de suport visual. També es relaciona amb la utilització de llenguatges gràfics no convencionals, especialment aquells en què el cos i el moviment són protagonistes.
Música	En quant a les relacions amb la Música, destaquem l'expressió corporal, la dansa, la percussió corporal i el procés d'interpretació i creació de coreografies.
Geografia i Història	La Geografia i Història ens aporten sabers dels períodes històrics on l'esport com a fenomen cultural, l'activitat física en les seues diferents dimensions i la salut o la creació de mites al seu voltant és protagonista.
Ciències Naturals Biologia i Geologia	Aquestes matèries són les que tenen una connexió més directa competencialment pel que fa al coneixement del cos a nivell estructural, fisiològic i cinesiògic. A més, el coneixement dels sabers relacionats amb la Biologia i Geologia és complementari a l'aprofitament sostenible de l'entorn físic com a recurs a l'Educació Física.
Matemàtiques Física	Més enllà del càlcul i les operacions, les matemàtiques i la Física ens aporten el raonament matemàtic, la solució de problemes de joc tàctic, estratègia i probabilitat. També la interpretació de la realitat espacial, les formes, trajectòries, coordenades i forces tant del cos humà com dels elements de l'entorn i implements que poden interactuar amb ell.

<p>Tecnologia i Digitalització</p>	<p>Aquesta matèria comparteix necessàriament sabers i saber fer respecte a l'ús de dispositius, ferramentes i aplicacions per a l'optimització del procés, recull i transformació de la informació, afavorint també el treball col·laboratiu i incidint en els seus perills quan a l'anomenat sedentarisme tecnològic, la falta de cura de continguts i el respecte per la privacitat de la nostra imatge i les nostres dades corporals, entre altres elements de caràcter ètic que relacionen ambdues matèries.</p>
<p>Matèries lingüístiques</p>	<p>Les assignatures de llengües permeten el treball textual de reglaments, guions per a les dramatitzacions en projectes interdisciplinaris i tecnicismes en qualsevol dels sabers de les matèries, especialment en anglés al món de l'esport i el valencià als nostres esports, jocs i danses autòctones. A més, la resolució de conflictes de manera dialogada implica la millora de la competència per a transmetre idees i sentiments. La millora de l'oratoría o el foment de la lectura també són un lloc comú entre totes les matèries curriculars.</p>

3.3. Connexions amb les competències clau

En aquest subapartat anem a tractar les relacions més significatives entre les cinc competències específiques de l'Educació Física (exposades i descrites a l'apartat 2 de la present programació) i les vuit competències clau incloses en el perfil d'eixida de l'alumnat en finalitzar l'educació bàsica, a saber:

- **CCL:** Competència en comunicació lingüística
- **CP:** Competència plurilingüe
- **CMCT:** Competència matemàtica, ciència i tecnològica
- **CD:** Competència digital
- **CPSAA:** Competència personal, social i d'aprendre a aprendre
- **CC:** Competència ciutadana
- **CE:** Competència emprenedora
- **CCEC:** Competència en consciència i expressió cultural

S'exposa al següent quadre un resum de la relació, que opera en dues direccions, entre competències, passant a continuació a descriure la citada associació.

COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES	COMPETÈNCIES CLAU							
	CCL	CP	CMCT	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
CE1								
CE 2								
CE 3								
CE 4								
CE 5								

- La competència en comunicació lingüística:** es desenvolupa quan l'alumnat expressa de manera oral o escrita fets, pensaments o sentiments de manera correcta i adequada als diferents contextos socials, participant en interaccions comunicatives amb actitud cooperativa i respectuosa tant per a intercanviar informació com per a construir vincles personals. *Per a la matèria d'Educació Física és d'especial rellevància aquesta competència clau respecte a la comunicació no verbal, tant voluntària com involuntària, que a més tindrà una importància clara en la seua vida diària present i futura.* La participació i escolta activa en debats sobre la salut i l'activitat física, la creació de projectes i interconnexions fora del centre, entre altres, són objecte directe d'aquestes relacions, CE1. La terminologia específica així com els aspectes culturals i socials presents en la CE2 fan necessària una connexió directa amb aquesta competència clau a l'hora d'emprar el llenguatge adequat i seleccionar la informació des d'un punt de vista crític. La resolució dialogada i pacífica dels conflictes que sorgeixen durant els jocs i esports també fomenta la tolerància i la valoració del diàleg com a mitjà per a solucionar els conflictes. Finalment, la CE3 es pot desenvolupar a través de la dramatització per part de l'alumnat de textos i obres teatrals i la col·laboració en podcasts per a la ràdio del centre educatiu. Aquestes

situacions requereixen que l'alumnat empre diversos canals de comunicació usant un llenguatge apropiat.

- **La competència clau plurilingüe** en l'actual societat globalitzada té una connexió transversal, especialment al món de l'esport, materials, instal·lacions i tecnicismes propis (CE2). Quan es treballa amb recursos tecnològics, plataformes virtuals i aplicacions en una llengua diferent de la materna es contribueix a aquesta competència clau.
- **La competència en matemàtiques, ciència, tecnologia**, implicarà aquelles accions fonamentades científicament, conscients i responsables per a preservar la salut i integritat física i mental i aplicant principis d'ètica i seguretat en la realització de projectes per a transformar el seu entorn pròxim de manera sostenible, valorant el seu impacte global (CE1). Quan es treballen continguts relacionats amb el cos i el seu funcionament, així com els efectes de l'activitat física en l'organisme es contribueix a la competència STEM (de l'anglès Science, Technology, Engineering and Mathematics). Respecte a la connexió amb aquesta competència, la utilització del pensament científic per a entendre els conceptes plantejats, formulant-se preguntes i comprovant hipòtesis mitjançant l'experimentació, mostrant una actitud crítica i la possibilitat de generar projectes amb l'àmbit matemàtic i tecnològic, es refereix a conceptes relacionats amb forces, velocitats, tirs, probabilitats, fisiologia, cineantropometria, creació i disseny de material i altres que augmenten el nivell motivacional i de comprensió de l'alumnat (CE2). Les activitats físiques en el medi natural contribueixen a aquesta competència en ciència mitjançant el coneixement del medi natural i el seu ús sostenible i responsable. De la mateixa manera, es vinculen amb continguts tecnològics quan fomentem l'ús crític dels recursos digitals o quan, fomentant la mobilitat sostenible, l'alumnat planifica una eixida amb bicicleta, ja que ha de tindre en compte aspectes com la mecànica de la bicicleta i comprendre els factors energètics implicats en l'activitat (CE4).
- La relació amb la **competència digital** es produeix a través de la cerca, cura i selecció d'informació, l'ús de mitjans tecnològics i audiovisuals que permeten un aprenentatge significatiu de l'alumnat a través de recursos, aplicacions, entorns virtuals i xarxes socials, relacionats amb

l'Educació Física. Així mateix, es contribueix a aquesta competència en la mesura que prepara l'alumnat per a processar, de manera crítica, el coneixement digital en múltiples formats i a través de l'elaboració de portfolis, blocs, webs i altres formats 2.0 com a mitjà d'intercanvi d'informació per a millorar la salut (CE1 i CE5). També es contribueix a aquesta competència clau quan es valora críticament els missatges referits a la nostra matèria, procedents dels mitjans d'informació i comunicació. A través de la utilització de recursos tècnics, visuals i audiovisuals, aplicacions i ferramentes de difusió que afavorisquen una actitud de consum proactiu de l'alumnat (CE3). I també es contribuirà a aquesta competència en la mesura en què es prepara l'alumnat per a processar el coneixement digital en múltiples formats i a través de les xarxes, webs i blogs com a mitjà d'intercanvi d'informació per a promoure l'ús responsable i sostenible del seu entorn natural i urbà (CE4). Finalment, de la mateixa manera que és necessària una alfabetització motriu de l'alumnat, la competència digital busca l'alfabetització digital en un món cada vegada més tecnològic, ampliant el concepte de salut al món digital. Això inclou la identificació dels riscos i mesures de les tecnologies digitals, per a protegir els dispositius, les dades personals, la salut i el medi ambient, fomentant la utilització dels mitjans digitals i el desenvolupament d'una actitud crítica davant la informació relacionada amb l'Educació Física.

Quan l'alumnat prioritza les activitats que contribueixen a la salut i benestar al llarg de la vida (CE1) contribueix al desenvolupament personal i social mitjançant aquesta competència. L'alumnat, així, coneix els riscos per a la salut relacionats amb factors socials, i consolida hàbits de vida saludable a nivell físic i mental. Treballant en col·laboració amb altres en cooperació i en situacions competitives desenvolupen relacions afectives i d'autoconfiança, mentre s'enfronta a la creixent influència dels companys. A través de la pràctica d'activitats físiques en grup es contribueix a la socialització de l'alumnat desenvolupant un comportament cívic i emfatitzant l'ús conscient i responsable del material, de les instal·lacions i del seu entorn natural (CE4 i CE5). El treball en equip i la cooperació present en les activitats de grup també ajuden al professorat a treballar aquest tipus de competència clau on l'acceptació de les diferències i les

limitacions de la resta de companys és fonamental per a aprendre aspectes com la igualtat i la integració.

Mitjançant la pràctica dels jocs i esports (CE02) apareixen conceptes i actituds com a estratègies de col·laboració, oposició, integració, respecte, joc net, solidaritat, etc. La realització de jocs i esports cooperatius ens ajuden al professorat a treballar aquest tipus de competència clau on la valoració dels jocs i esports com a mitjans d'integració social i de millora del clima de classe és fonamental per a aprendre aspectes com la igualtat i la integració amb els seus companys i companyes. Amb tot això, l'aprofitament del temps d'oci en moments en els quals no és possible la pràctica motriu, mitjançant els jocs de taula, a més, ajudarà a desenvolupar el pensament tàctic i l'estratègia així com el raonament divergent. Es contribueix a aquesta competència clau de l'alumnat desenvolupant un comportament cívic i emfatitzant l'ús conscient i responsable del material, de les instal·lacions i de l'entorn.

- La **capacitat d'aprendre a aprendre** es relaciona amb la matèria d'Educació Física en la mesura en què fa possible que l'alumnat conega les seues pròpies capacitats a través d'un procés reflexiu en el qual millora la seua pròpia conducta motriu partint del coneixement dels seus punts forts i febles aconseguint d'aquesta manera una major autonomia. Mitjançant l'aprenentatge de la planificació d'activitats físiques (CE1 i CE4) la matèria de l'Educació Física possibilita a l'alumnat regular el seu propi procés d'aprenentatge ocupant el seu temps de lleure de manera activa i organitzada, al mateix temps que es desenvolupa la capacitat de treball en equip i la seua capacitat de transferir els nous aprenentatges tècnics i tàctics a altres situacions i activitats quotidianes (CE2). Mitjançant l'aprenentatge de la vivenciació, creació i planificació d'activitats artisticoexpressives (CE3) es possibilita a l'alumnat regular el seu propi procés d'aprenentatge a més d'ampliar els seus recursos per l'ocupació del seu temps lliure.
- S'afavoreix la **competència ciutadana** quan l'alumnat reflexiona davant de situacions de diàleg social i temàtica d'actualitat analitzant críticament les motivacions i els valors propis i aliens, mostrant una conducta contrària a qualsevol mena de discriminació o violència, i expressa assertivitat i respecte pels altres i per l'entorn (CE1 i CE2). L'alumnat s'implica activament per

la millora física i social col·laborant de manera directa o indirecta en intervencions culturals artisticoexpressives (CE3) i a través del foment de la responsabilitat en l'ús i la conservació de l'entorn urbà i natural (CE4).

- La **competència emprenedora** estarà present quan es proporcione major protagonisme a l'alumnat en relació amb l'organització i planificació d'activitats físiques i esportives, així com iniciatives basades en metodologies d'Aprenentatge Servei (APS) (CE1). Amb l'assumpció de responsabilitats en l'organització i planificació de les activitats artisticoexpressives (CE3) i d'activitats en el medi (CE4) proposades es fomenta el fet de conèixer-se a si mateix, les oportunitats de col·laboració amb el grup en aquestes activitats, la millora del control emocional en la resolució de situacions i assoliment de fites que comporta el treball al medi. Finalment, la matèria de l'Educació Física contribueix a aquesta competència clau proporcionant major protagonisme a l'alumnat en els seus propis processos de recerca, organització i planificació (CE5) del seu pla d'estil de vida saludable.
- Es contribueix a la **competència de consciència i expressió cultural** a través del desenvolupament d'una actitud positiva i una valoració de les activitats de caràcter artisticoexpressiu. Mitjançant la pràctica i ampliació del seu bagatge cultural de les tècniques expressives i dramatitzacions s'entenen aquestes manifestacions de la motricitat humana com a fets culturals presents en totes les civilitzacions i s'educa la mirada valorant la diversitat cultural. L'alumnat desenvolupa la creativitat i el sentit de pertinença a través de l'expressió cultural i artística coneixent i utilitzant diversos mitjans, suports i tècniques corporals per a crear productes artístics i culturals a través de la interpretació, execució, improvisació i composició, identificant les oportunitats de desenvolupament personal, social i econòmic que li ofereixen, protegint la seua creativitat i respectant la dels altres. A més, podem destacar de forma especialment rellevant dintre d'aquesta competència la *declaració de l'esport de la pilota valenciana com a Bé d'Interès Immaterial* (Decret 142/2014 de 5 setembre) per la seua riquesa cultural i etnològica, en general, i especialment quant a l'ús de la llengua i els valors esportius. Així mateix, l'ensenyament dels esports i dels jocs tradicionals recollits al currículum de la

matèria d'Educació Física contribueix al fet que l'alumnat valore les manifestacions culturals de la motricitat humana i que adopte una actitud oberta cap a la diversitat cultural (CE02).

5. SABERS BÀSICS - ESO

Des d'una perspectiva epistemològica, els següents sabers bàsics han estat seleccionats com el conjunt de coneixements necessaris per a adquirir i desenvolupar les competències específiques, formulades prèviament, a la matèria de l'Educació Física. Aquests sabers bàsics suposen la mobilització integrada i la relació amb la pràctica pedagògica de les diferents capacitats motrius, cognitives, emocionals i socials a través d'un enfocament flexible on cada professora hem d'adaptar aquests a les característiques socioculturals de l'entorn del nostre centre educatiu, a la diversitat del nostre alumnat i al seu vincle amb la vida real.

5.1. Descripció dels blocs.

Passem a continuació a recollir i descriure cadascun dels **sis blocs** que conformen els sabers bàsics de l'assignatura d'Educació Física:

Bloc 1	Vida activa i saludable
Aquest bloc aborda els tres elements bàsics que integren el concepte de salut segons l'OMS: salut física, mental i social . A través d'aquests continguts es pretén generar una actitud positiva cap a la participació regular en activitats físiques i esport relacionades amb la salut i promoure l'adopció d'estils de vida actius així com la responsabilitat personal d'un cos saludable per a tota la vida.	

Bloc 2	Organització i gestió de l'activitat física
Aquest segon bloc aborda aquells components relacionats amb la planificació, organització i autoregulació de la pràctica física , així com aquells aspectes relacionats amb la seguretat de la pràctica motriu.	

Bloc 3	Resolució de problemes en situacions motrius
<p>Els sabers d'aquest bloc es relacionen amb una varietat d'experiències motrius desenvolupades a través de jocs i esports i les seues capacitats condicionals. Aquests sabers es desenvolupen en diferents contextos modificats de manera que es contribuïska a la participació segura, a una millor comprensió del joc per part de l'alumnat i a una pràctica més inclusiva. Mitjançant aquestes activitats l'alumnat té l'oportunitat de desenvolupar la seua capacitat de presa de decisions a través de desafiaments i reptes individuals, cooperatius i/o d'oposició amb els seus iguals en contextos competitius i no competitius.</p>	

Bloc 4	Autorregulació emocional i interacció social en situacions motrius
<p>Mitjançant aquests sabers l'alumnat té l'oportunitat de vivenciar situacions de gestió de conflictes i regulació emocional fomentant el joc net i l'esportivitat, el coneixement de les respostes comunicatives del seu propi cos davant de diferents missatges i contextos emocionals, el respecte a un mateix i als altres, així com el sentit de responsabilitat cap al seu propi benestar i el dels seus companys i companyes.</p>	

Bloc 5	Manifestacions de la cultura motriu
<p>Queden estructurades en: cultura artisticoexpressiva, esport com a manifestació cultural i la cultura motriu tradicional, com la Pilota Valenciana. La dansa, la recreació dramàtica, les arts circenses, els jocs i esports populars i l'esport com a fenomen sociocultural profunditzant en l'esport inclusiu i adaptat conformen aquest bloc.</p>	

Bloc 6	Interacció eficient i sostenible amb l'entorn.
<p>Agrupació dels sabers connectats amb el medi natural i l'entorn urbà, relacionant-se amb el conjunt d'habilitats i experiències físiques practicades a l'aire lliure, el coneixement de les mesures de seguretat, així com el protocol d'actuació (PAS) i l'ús de la tecnologia com a instrument facilitador, en aquests entorns. Aquests sabers faciliten l'adopció d'actituds i valors connectats amb la conservació del medi natural, el seu ús sostenible i un aprenentatge autònom per a tota la vida relacionat amb les activitats físiques a l'aire lliure.</p>	

5.2. Subblocs i grups.

Els blocs de sabers bàsics s'organitzen a la seua vegada en una estructura que recull una gradació de continguts en subblocs i grups, tant per als dos primers cursos com per als dos últims, amb el propòsit de donar continuïtat i ampliar els coneixements adquirits.

Recollim a continuació aquests:

BLOC 1. Vida activa i saludable CE1, CE3, CE5	2n curs	4t curs
Subbloc 1.1. Salut física		
Grup 1. Característiques de les activitats físiques saludables		
Conductes per a la millora de la salut física, mental i social	x	
Freqüència, intensitat, duració, tipus, progressió i varietat (FITT- PV).		x
La postura corporal i l'ergonomia aplicada a la vida diària, l'activitat física i l'esport.		x
Grup 2. Indicadors fisiològics bàsics relacionats amb la salut i l'exercici físic		
Les pulsacions (ppm) i el càlcul de la Zona d'Activitat física Saludable (ZAS).	x	x
Síndrome general d'adaptació, llindar aeròbic i anaeròbic, sobre entrenament i dolor muscular d'aparició tardana (DOMS).		x
Mètodes d'entrenament i noves tendències en <i>fitness</i> .		x
Programació autònoma de l'exercici.		x
Grup 3. Coneixement anatòmic, fisiològic i funcional		
Elements de l'aparell locomotor relacionats amb la motricitat.	x	
Sistemes corporals: la nutrició i la despesa energètica i la seua relació amb el moviment.	x	
Coneixement anatòmic, fisiològic i funcional dels sistemes corporals relacionats amb el moviment, l'activitat física i la salut.		x
La petjada com a element transcendental en la marxa i la carrera.	x	

Grup 4. Cura del cos		
Anàlisi crítica de continguts relacionats amb el moviment, l'activitat física, l'esport i la salut.	x	
Mites i falses creences en l'àmbit de l'activitat física i l'esport.		x
Valoració de la pràctica de l'activitat física i l'esport a l'escola i en el seu entorn pels seus efectes saludables.	x	
Calfament general: parts essencials.	x	
Calfament específic autònom.		x
L'alimentació com a factor decisiu en la salut personal, elements i la dieta personalitzada.		x
Subbloc 1.2. Salut social		
Efectes negatius i conductes de prevenció del consum de tabac, alcohol, altres drogues i la ludopatia associada a l'esport.	x	x
Ajudes ergo gèniques legals i dopatge.		x
Subbloc 1.3. Salut mental		
Grup 1. Mètodes i tècniques de relaxació		
Mètodes de relaxació i estiraments	x	x
Tècniques de relaxació i estiraments.		x
Grup 2. Efectes negatius i trastorns vinculats al cos		
Trastorns de la conducta alimentària, així com els seus efectes negatius en la salut personal i social.	x	
Estats de desenvolupament, prevenció i detecció dels trastorns de la conducta alimentària (TCA) i de malalties generals.		x

BLOC 2. Organització i gestió de l'activitat física CE1, CE4, CE5	2n curs	4t curs
Subbloc 2.1. Mesures preventives i de seguretat		
Valoració de la correcta execució de les activitats físiques: lesions esportives i hàbits no saludables.		x
Higiene i activitat física.	x	x
Subbloc 2.2. Actuacions bàsiques i crítiques davant situacions d'urgència per lesió o accident		
Protocols d'actuació (PAS / RICE)	x	x
Dispositius DEA.		x
Ús de les TIC.	x	x
RCP	x	
Subbloc 2.3. Eines digitals per a la gestió de l'activitat física		
Aplicacions, recursos web i dispositius específics: seguiment i control de l'esforç. Gestió pràctica de l'activitat física.	x	x
Reconeixement i gestió del bon ús de la tecnologia relacionada amb el moviment, l'activitat física, l'esport i la salut, en diferents entorns d'aprenentatge digital: planificació, control i anàlisi. Creació i cura de continguts.		x

BLOC 3. Resolució de problemes en situacions motrius CE1, CE2, CE5	2n curs	4t curs
Subbloc 3.1. Capacitats condicionals		
Activitats i jocs de resistència aeròbica, força general i flexibilitat.	x	x
Exercicis específics de resistència, tonificació i flexibilitat (ROM).		x
Subbloc 3.2. Jocs i esports		
Individuals.	x	x
Col·lectius.	x	x

Adversari.	x	x
Fonaments tècnics esportius.	x	x
Fonaments tàctics esportius.	x	x
Pensament estratègic.		x

BLOC 4. Autorregulació emocional i interacció social en situacions motrius CE1, CE3	2n curs	4t curs
Subbloc 4.1. Habilitats socials		
Resolució dialogada i control emocional.	x	
Estratègies de resolució de conflictes: Autonomia emocional.		x
Subbloc 4.2. Gestió emocional		
L'estrès.	x	x
La frustració.	x	
Subbloc 4.3. El cos com a element comunicatiu		
L'expressió de missatges i emocions.	x	
La comunicació no verbal conscient i inconscient.		x
Contextualitzacions de la comunicació corporal en la vida quotidiana.		x

BLOC 5. Manifestacions de la cultura motriu CE2, CE3, CE4, CE5	2n curs	4t curs
Subbloc 5.1. Cultura artisticoexpressiva		
Grup 1. Tècniques expressives relacionades amb la dansa, teatre i les arts vives		
Respecte de la propietat intel·lectual.	x	x
Valoració de les activitats artístiques com a bé cultural.	x	x
La dansa, el teatre i les arts vives: desenvolupament de la identitat artística.		x
Estereotips i diversitat de gènere.	x	x
Grup 2. Muntatges i intervencions artístiques individuals i col·lectives		
Creativitat i autoconfiança.	x	
Estereotips.	x	x
Les ajudes i la seguretat en les activitats expressives.	x	
Projectes interdisciplinaris artístics.		x
El llum i el so.		x
Ús de la tecnologia.		x
Processos de reflexió sobre temàtiques socials.		x
Grup 3. La recreació dramàtica		
Interpretació de textos.		x
La mirada i el gest com a elements expressius.	x	
La postura corporal i el to muscular.	x	
La postura corporal com a element expressiu.		x
Les emocions.	x	x
Elements de la comunicació verbal i no verbal.		x
Escenografia.		x

Grup 4. Activitats i arts circenses		
Equilibris amb i sense material.	x	
Jocs malabars.	x	x
El clown i el mim.	x	x
Lluita escènica.		x
Habilitats gimnàstiques.	x	
Arts circenses: combinacions i fusió amb altres disciplines.		x
Grup 5. El ritme i el cos en moviment		
Apropiació de l'espai.	x	
Percussió corporal.	x	x
Muntatges audiovisuals amb i sense suport musical.	x	x
Grup 6. Dansa i balls		
Dances pròpies del patrimoni cultural del País Valencià.	x	
Dances urbanes: mitjans de difusió i protecció de la identitat personal.		x
Dances del món: elements inclusius dels balls i danses.	x	
Dansa contemporània.	x	x
Balls de saló: ball llatí i ball estàndard.		x
Subbloc 5.2. Esport com a manifestació cultural		
Grup 1. L'esport com a manifestació cultural		
Consum responsable en l'àmbit de l'activitat física i l'esport: capacitat crítica i seguretat personal.	x	x
Grup 2. L'esport inclusiu i adaptat		
Diversitat funcional física, psíquica i sensorial.	x	x
Entitats pròximes.	x	x
Esdeveniments esportius.		x
Pràctica i conscienciació.	x	x

Subbloc 5.3. Cultura motriu tradicional		
Grup 1. Jocs populars		
Jocs populars autòctons.	x	
Jocs populars del món.	x	
Grup 2. La Pilota Valenciana		
Nyago i les seues variants.	x	x
Raspall i les seues variants de joc a carrer i al trinquet.	x	x
El joc a paret: el frontó i el frare.:	x	x
Els valors de la pilota: bonhomia, equitat i pacte esportiu.	x	x
Altres modalitats: escala i corda, galotxetes, pilota grossa, llargues, etc.		x
Referents esportius.	x	x
Dona i pilota.	x	x

BLOC 6. Interacció eficient i sostenible amb l'entorn CE1, CE4, CE5	2n curs	4t curs
Subbloc 6.1. Organització d'activitats inclusives fisicoesportives i d'oci actiu en el medi rural i costaner		
Regulació de l'esforç.	x	
Mesures de protecció i conservació del medi ambient.	x	x
Reducció de l'impacte ambiental i la petjada de carboni.	x	
Projectes de sostenibilitat de millora de l'entorn.		x
Entitats i projectes de centre.		x
Subbloc 6.2. Els parcs i els espais públics com a espais per a la pràctica esportiva i exercici físic		
Mobilitat sostenible.	x	x
Promoció de bones practiques.	x	

Subbloc 6.3. Riquesa natural i topogràfica		
La riquesa natural i topogràfica del País Valencià.	x	x
La riquesa natural i topogràfica d'altres regions.		x
Adequació de l'espai, tècniques d'acampada i supervivència.		x
Subbloc 6.4. Les TIC en els activitats al medi natural		
Les TIC en les activitats al medi natural (GPS, pulsòmetre, <i>tracks</i> , etc.)	x	x
Control i avaluació de les activitats al medi mitjançant dispositius electrònics.		x
Creació de continguts.		x

6. SITUACIONS d'APRENTATGE ESO

El propòsit central del sistema educatiu és preparar als i les joves per a la seua vida, ajudant-los a desenvolupar estratègies i recursos mentals, emocionals i socials per a afrontar la incertesa, la complexitat i els desafiaments presents i futurs. Les situacions d'aprenentatge hauran d'incloure tasques competencials, que formen part intrínseca de l'avaluació autèntica com a oportunitat d'aprenentatge, atenent a les següents característiques:

- Les situacions d'aprenentatge han de ser significatives. També es pretén connectar-se amb els coneixements, habilitats i valors de l'alumnat, al mateix temps que amplien i desafien les seues formes actuals de pensar i d'actuar. La capacitat d'expressar pensaments i sentiments de manera clara amb varietat de mitjans i formes i de compartir-ho afavorirà la creativitat i readaptació del disseny de les tasques. En Educació Física, on el cos en moviment és l'element central, implica establir connexions entre els coneixements, les habilitats, les experiències, les actituds i els valors, promovent que l'alumnat pugua aprendre de manera efectiva a vincular i aplicar aquests coneixements a través de diferents àrees d'aprenentatge de manera significativa i transmetre-ho als seus iguals i el seu entorn.

- Les situacions d'aprenentatge han de ser funcionals, garantint que puguin aplicar i practicar els processos, habilitats i valors, en una varietat de contextos, tant dins com fora de l'aula. Es tracta de desenvolupar habilitats per a participar constructivament en la societat i els processos que la sostenen. Aquest aprenentatge serà més efectiu en la mesura que l'alumnat siga capaç d'establir vincles entre l'entorn escolar i el seu entorn comunitari, laboral i domèstic. Aquestes experiències d'aprenentatge han de ser variades i han de permetre observar i practicar la realitat dels processos i els valors relacionats amb la salut, sempre amb un estil de vida saludable. Tot amb una actitud proactiva i en un entorn inclusiu on els principis del Disseny Universal de l'Aprenentatge (DUA) poden ser molt útils i proporcionar diverses formes de representació, expressió i implicació.
- Les experiències d'aprenentatge han de potenciar la pràctica autònoma, animar l'alumnat a aprendre tant de manera independent com entre els seus iguals, proporcionant-li experiències d'aprenentatge que suposen aprendre individualment i col·laborativament. En aquest sentit, serà fonamental motivar-los al fet que prenguen responsabilitat del seu propi procés d'aprenentatge convertint-los en aprenents independents que trien la manera individual per a explorar problemes relacionats amb els sabers de la nostra matèria. A través del treball de manera individual es fomenta en l'alumnat la comprensió personal de conceptes i procediments relacionats amb el moviment. D'altra banda, treballar per grups permet que l'alumnat senta el desafiament d'assolir les tasques, alhora que és recolzat i motivat per les opinions i habilitats dels altres companys i companyes, sistema que permet ampliar les seues habilitats de treball en equip i de col·laboració entre iguals (peer to peer), a més de potenciar la capacitat de resoldre conflictes de manera dialogada. L'aprenentatge cooperatiu involucra l'alumnat en un aprenentatge interactiu i amb propòsit en els programes educació física, projectes educatius interdisciplinaris i àmbits. Això no relega la competició a un model necessàriament exclouent sinó més aviat és un recurs de reflexió i pràctica per a implementar propostes i activitats de millora mentre continua, si és el cas, el model competitiu.

- Pel fet que tota situació d'aprenentatge genera un efecte específic en cada alumne i alumna, la tasca presentada ha de ser viscuda per l'alumnat com un problema a resoldre, i davant el qual l'estudiant disposa de possibilitats reals de solució, ja siga individualment o mitjançant alguna mena d'ajuda. Busquem una reflexió intrínseca al procés d'aprenentatge, en el qual totes les tasques han d'actuar com a element avaluador, donant informació i retroalimentant el mateix.
- Els desafiaments o reptes han d'estar a l'abast de l'alumnat i variaran segons les característiques individuals i del grup.

Es recomana plantejar reptes integrats en un escenari motor en el qual no apareguen les característiques específiques d'execució de l'habilitat o habilitats demanades. És a dir, es presenta una situació en la qual diferents respostes són possibles i, per tant, no es descriu una única resposta vàlida que l'alumnat haja d'atendre amb criteris d'eficiència motriu. Això comporta la possibilitat que l'alumnat, en nom de la seua individualitat, pugui posar de manifest la motricitat particular davant un problema concret que ha de resoldre. Aquesta situació problema ha de permetre que el ventall de respostes considerades vàlides siga prou ampli i, al mateix temps, estimular-lo. Aquesta amplitud i validesa de les respostes depèn bàsicament del marge de maniobra que ofereixen els dos trets descrits anteriorment. Plantejar les tasques com a repte a realitzar i, per tant, com a problema a resoldre situa l'alumnat davant una necessitat a la qual han de respondre. Obri, per tant, l'espai a la curiositat i busca oferir una resposta motriu adequada i pertinent per a un posterior procés d'autoreflexió i millora. Tot això, sense perjudici de l'ensenyament del gest motor tècnic específic com a resolució més eficient i eficaç.

En definitiva, per al professorat representa una opció que facilita la seua funció d'ajuda pedagògica i que, metodològicament, li permet la graduació en un procés d'avaluació continu per la readaptació i les propostes de millora de l'alumnat i el professorat, element fonamental per a la consecució del criteri específic d'avaluació.

Al llarg de l'etapa de Secundària es buscarà l'autonomia, autogestió i esperit crític en una transferència progressiva per a situacions d'aprenentatge competencials. D'aquesta manera, mitjançant l'assoliment dels objectius de desenvolupament sostenible, es treballen alguns dels

reptes del segle XXI, com ara el respecte al medi ambient i la pràctica d'un estil de vida saludable.

A banda, trobem relació amb els altres reptes: el consum responsable, la resolució pacífica dels conflictes, l'acceptació i maneig de la incertesa, el compromís davant les situacions d'inequitat, la valoració de la diversitat personal i cultural, la confiança en el coneixement com a motor del desenvolupament, i l'aprofitament crític, ètic i responsable de la cultura digital.

Pel que fa a la mobilització de recursos en context, les característiques de les situacions d'aprenentatge han d'acostar-se progressivament a contextos reals de pràctica i, especialment, als recursos i instal·lacions que envolten el centre. L'alumnat ha de conèixer les entitats, clubs i associacions esportives del seu entorn així com la gestió dels recursos implicats, com instal·lacions municipals i altres no específics que igualment són adients, per a una millora de la seua qualitat de vida mitjançant l'activitat física i l'esport.

Les situacions d'aprenentatge han d'involucrar els recursos interns de l'alumnat, animant-los a utilitzar els seus recursos permetent-los adoptar o descobrir noves maneres de fer i pensar les coses en diferents contextos, coneguts i nous, d'activitat física. Cal encoratjar els estudiants a adoptar un comportament que demostre respecte per ells mateixos, els altres i el seu entorn, i que s'adherisquen a les regles de seguretat imposades per qualsevol situació donada. Els diferents graus de complexitat de les tasques poden reflectir-se també en termes de la seua estructura, grau de familiaritat, ritme, duració i nivell de dificultat de l'acompliment esperat i especialment la interconnexió competencial associada.

Les situacions d'aprenentatge han de promoure una ciutadania activa. Així mateix, atenent a l'alfabetització digital com a aliada, des d'una perspectiva connectivista entenem que els recursos i continguts de la matèria es poden trobar també de manera virtual a les pàgines web i a les xarxes. Es busca d'aquesta manera que l'alumnat siga capaç de fer una cura de continguts durant tot el procés, a través de l'avaluació del seu propi aprenentatge i ajustant les seues eleccions i habilitats d'acord amb els reptes que se'ls planteja, al grup i de manera individual.

L'anàlisi i argumentació raonada en la interacció amb el grup afavorirà a més a més l'esperit crític necessari en l'actual societat de les fake news.

L'alumnat ha de comprendre diverses possibilitats d'acció i la interrelació de continguts entre les diferents àrees curriculars. Els desafiaments derivats d'aquestes situacions han d'adaptar-se a les seues capacitats i els obliga a seleccionar i a reconèixer les connexions entre el seu aprenentatge previ i els requisits associats amb la pràctica d'activitats físiques relacionades amb la competència treballada, relacionant amb les competències específiques d'altres àrees i adaptant cadascuna de les competències a altres contextos per a adoptar un estil de vida actiu i saludable.

1r ESO: JUDIT AÑÓ MASIP

1r ESO Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'avaluació	Sabers Implicats	Activitats d'avaluació	Pes a l'avaluació
PRIMERA AVALUACIÓ	0. <i>Reptes i Jocs Cooperatius</i>	CE 1	1.3	BLOC 1 BLOC 4	1. Resolc de manera cooperativa diferents reptes aportant al grup les meues habilitats i idees.	0
		CE 2	2.1. 2.2.		2. Coopere i mostre interés a superar els reptes, aportant idees i ajudant als seus companys, acceptant, en tot moment, les normes.	
	1. <i>Forts i fortes, sans i sanes</i>	CE 1	1.1. 1.2. 1.3.	BLOC 1 BLOC 3	1. Adquirisc rutines per dur a terme l'escalfament.	2,52
		CE 2	2.1		2. Adopte una postura corporal correcta durant la pràctica de l'activitat física i identificar i corregir una mala postura corporal.	
		CE 5	5.1.		3. Integre un estil de vida actiu mitjançant la pràctica de l'activitat física i esportiva autoregulada, i l'establiment de connexions entre els hàbits de comportament quotidians i el benestar físic i mental.	
					4. Aprenc a valorar els avantatges que comporta la pràctica habitual d'exercici físic correctament realitzat, coneixent els límits personals.	
					5. Conec, adapte i practique les capacitats físiques relacionades amb la salut: força general, resistència aeròbica i flexibilitat, en funció de la mateixa CF i les possibilitats anatòmiques, fisiològiques i motrius.	
	2. <i>Alternatius</i>	CE 1	1.3	BLOC 1 BLOC 2 BLOC 3	1. Resolc amb èxit diferents situacions de joc aplicant els elements tècnic-tàctics aplicats el joc/esport.	1,45
		CE 2	2.1. 2.2. 2.3.		2. Incremente la capacitat de presa de decisions, des d'una perspectiva creativa. 3. Col·labore en l'organització i disseny de jocs. 4. Participe activament i col·laborar en jocs i activitats fisicoesportives practicant el respecte, la tolerància i el treball en equip.	

3. A trepar!	CE 1	1.3.	BLOC 1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconec les tècniques bàsiques d'escalada regulant l'esforç en funció de les possibilitats i promovent accions per a preservar l'entorn i el medi natural i reduir l'impacte ambiental. 2. Conec i aplique les normes de seguretat en funció del lloc i del tipus d'activitat. 	2,17
	CE 2	a. 2.2.	BLOC 2		
	CE4	4.1. 4.2.	BLOC 3 BLOC 6		
Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma.	CE 1	C1.3	BLOC 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sóc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe. 	3-4
	CE 2	C2.1	BLOC 4		
Activitats de reforç i ampliació	CE 1	C.1.1 C1.3		<ul style="list-style-type: none"> - Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, ludics i inclusius) - Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar. - Participar en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física. 	0,5
	C.E 2	C2.1 C2.2			
	C.E 3	C2.3			
	C.E 4	C3.2 C3.3			
	C.E 5	C4.3 C4.4 C5.1 C5.2 C5.3			

1r ESO Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'avaluació	Sabers Implicats	Activitats i d'avaluació	Pes a l'avaluació	
SEGONA AVALUACIÓ	4. De cavallers... i dames!!!	CE 1	1.3.	BLOC 1 BLOC 3 BLOC 4 BLOC 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conec les principals característiques del raspall 2. Aprenc els aspectes tecnico-tàctics del raspall i modalitats de joc indirecte 3. Conec i fomento l'esperit de fair play i honestitat. 4. Valore la Pilota Valenciana com a part del patrimoni cultural del nostre territori. 5. Aprecie el material d'autoconstrucció de les proteccions i soc conscient de la importància de la seguretat en la pràctica. 	4,22	
		CE 2	2.1 2.2				
		CE4	4.2. 4.5.				
	5. Frisbinton i adaptats	CE 1	1.3.	BLOC 3 BLOC 4 BLOC 5		<ol style="list-style-type: none"> 1. Resolc amb èxit diferents situacions de joc aplicant els elements tècnic-tàctics del frisbinton. 2. Participe activament i col·laborar en jocs i activitats físicoesportives practicant el respecte, la tolerància i el treball en equip. 3. Conec altres maneres d'actuar, pensar i compartir. 4. Cooperare i mostre interès a superar els reptes, aportant idees i ajudant als seus companys, acceptant, en tot moment, les normes. 5. Analitze i supere algunes de les barreres a les que s'enfronten les persones amb discapacitat.. 	2,27
		CE 2	2.1. 2.2. 2.3.				
		CE 5	5.3.				
	Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma.	CE 1	C1.3 C2.1	BLOC 3 BLOC 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sóc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe. 		3-4
	Activitats de reforç i ampliació	CE 1 C.E 2 C.E 3 C.E 4	C.1.1 C1.3 C2.1, 2.2, 2.3 C3.2 C3.3		<ul style="list-style-type: none"> - Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, ludics i inclusius) - Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar. 		0,5

		C.E 5	C4.3 C4.4 C.5.1 C5.2 C5.3	- Participar en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física.
--	--	-------	---------------------------------	--

1r ESO Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'Avaluació	Sabers Implicats	Activitats d'avaluació	Pes a l'avaluació
TERCERA AVALUACIÓ	6. Orientació esportiva	CE 1	1.3	BLOC 3 BLOC 6	1. Reconèixer les tècniques bàsiques d'orientació regulant l'esforç en funció de les possibilitats i promovent accions per a preservar l'entorn i el medi natural i reduir l'impacte ambiental. 2. Conèixer i aplicar les normes de seguretat i primers auxilis en funció del lloc i del tipus d'activitat. 6. Confeccionar mapes i saber les seues possibilitats d'utilització en la pràctica d'orientació.	1,92
		CE 2	2.1. 2.2.			
		CE 4	4.1 4.3 4.4			
		CE 5	C.5.1			
	7. Esport col·lectiu	CE 1	1.3	BLOC 1 BLOC 2 BLOC 3 BLOC 4	1. Resolc amb èxit diferents situacions de joc aplicant els elements tècnic-tàctics del frisbinton. 2. Participe activament i col·laborar en jocs i activitats fisicoesportives practicant el respecte, la tolerància i el treball en equip. 3. Conec altres maneres d'actuar, pensar i compartir. 4. Cooperare i mostre interès a superar els reptes, aportant idees i ajudant als seus companys, acceptant, en tot moment, les normes.	3,12
		CE 2	2.1. 2.2. 2.3.			
		CE 5	5.1. 5.3.			
		CE 1	1.3			
	8. Tinikling/Percusió corporal	CE 1	1.3	BLOC 4 BLOC 5	1. Participe activament i col·labore en activitats artisticoexpressives amb respecte, tolerància i treball en equip. 2. Aprenc noves activitats fisicoesportives d'altres llocs del món. 3. Cree un senzill muntatge artístic amb desinhibició i expressant emocions.	2,4
		CE 2	2.1.			
		CE 3	3.1. 3.2. 3.3.			

	Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma.	CE 1	C1.3 C2.1	BLOC 3 BLOC 4	1. Sóc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.	2-3
	Activitats de reforç i ampliació	C.E 1 C.E 2 C.E 3 C.E 4 C.E 5	C.1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4 C.5.1 C5.2 C5.3		- Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I - Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar. - Participar en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física.	0,5

2. INSTRUMENTS I ACTIVITATS D' AVALUACIÓ

%	Instruments	Activitats d'avaluació
10-20%	Test, escala de valoració o rúbriques	Examen test, treball, formularis, exposicions...
50-60%	Fulls de registre, escala de valoració o rúbriques	Examen pràctic (heteroavaluació, coavaluació o autoavaluació), reptes individuals o col·lectius...
30-40%	Full de control diari (Aules)	Es tracta d'avaluar la pràctica diària i respondre als hàbits d'higiene, així com el respecte, participació i interès per l'assignatura.
5%	Full de registre	Participació patis actius.

2n ESO: CLAUDIA RIBELLES GALIANA

2º ESO	Situació d'aprenentatge	Competència específica	Criteris d'avaluació	Sabers	Indicadors d'assoliment	Puntuació
PRIMERA AVALUACIÓ	DINÀMIQUES DE PRESENTACIÓ: JOCS I REPTES COOPERATIUS	CE 1 CE 2	C2.1 C2.2	BLOC 1 BLOC 3 BLOC 4	3. Resol de manera cooperativa i dialogada diferents reptes motrius, tot i aportant estratègies motrius i habilitats socials. 4. Coopera, gestiona i mostra interès per a superar els reptes, ajudar els seus companys, tot i acceptant les normes. 5. Mostra interès per conèixer els seus companys/es i respecte les diferències.	No qualificable
	1. KEEP MOVING!	CE 1 CE 5	C1.1 C1.2 C1.3 C5.1 C5.3	BLOC 1 BLOC 5	5. Integra un estil de vida actiu tot i generant una actitud positiva cap a la participació regular d'activitat física i exercici. 6. Estableix unes pautes de començament de l'activitat (escalfament) per dur a terme una activitat física segura i autònoma. 7. Calcula la zona d'activitat saludable per tal d'aplicar la intensitat adequada. 8. Coneix, adapta i practica les capacitats físiques relacionades amb la salut: força general, resistència aeròbica i flexibilitat, en funció de les possibilitats anatòmiques, fisiològiques i motrius inicials per tal d'establir un punt de partida i millorar. 9. Mostra respecte per les pròpies limitacions i les dels companys/es.	15%
						15%
						50%
20%						
2. OMNIKIN!	CE 2 CE 1 CE 5	C2.1 C2.2 C2.3 C5.1 C5.3	BLOC 2 BLOC 1 BLOC 5	1. Coneix els fonaments tècnics i tàctics del joc del kinball. 2. Aplica el reglament del joc mitjançant situacions de joc reals.	50%	
					25%	

PRIMERA AVALUACIÓ					<ul style="list-style-type: none"> 3. Sintetitza les idees del reglament d'una manera visual i grupal. 4. Aplica un joc net i un treball cooperatiu i en equip. 	25%
	3.CIRCUS; THE SHOW	CE 2	C4.1	BLOC 4	<ul style="list-style-type: none"> 1. Representa una experiència creativa a través de la corporalitat i les habilitats artístiques-circenses. 2. Potencia la comunicació i les emocions a través del cos tot i respectant totes les maneres d'expressió. 3. Crea de manera guiada un muntatge circense de manera cooperativa amb suport musical. 4. Desenvolupa la competència digital mitjançant el disseny d'un reel. 	30%
		CE 3	C4.3	BLOC 5		20%
		C3 4	C4.4	BLOC 6		40%
		CE 5				10%
	CREIXEMENT EN VALORS, ACTITUD RESPONSABLE, COOPERATIVA I AUTÒNOMA.	CE 1 CE 2	C1.3 C2.1	BLOC 3 BLOC 4	0. Actua de manera responsable, col·laboradora i proactiva a les classes.	En cada SA, com s'indica en els IA, este aspecte es valora entre un 20-25%.
	ACTIVITATS DE REFORÇ I AMPLIACIÓ	C.E 1 C.E 2 C.E 3 C.E 4 C.E 5	C.1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4 C.5.1 C5.2 C5.3		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Participa en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius). ✓ Realitza propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar. ✓ Participa en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física. 	Pot arribar a ser un 10% extra de la nota.

2º ESO	Situació d'aprenentatge	Competència específica	Criteris d'avaluació	Sabers	Indicadors d'assoliment	Puntuació
SEGONA AVALUACIÓ	1. VA DE BO, RASPEM I NYAGUEM	CE 1 CE 2 CE 4 CE 5	C5.1, C5.3, C4.5 C2.1, C2.1, C2.3	BLOC 2 BLOC 4 BLOC 5	1. Coneix les arrels històriques d'aquest esport autòcton: la pilota valenciana.	20%
					2. Treballa els fonaments tècnics i tàctics d'ambdues modalitats.	10%
					3. Aplica el reglament del raspall i el nyago mitjançant situacions de joc reals.	50%
					4. Aplica la bonhomia i el treball en equip.	20%
	2. PICKLEBALL	CE 1 CE 2 CE 5		BLOC 1 BLOC 3 BLOC 4	1. Coneix algunes curiositats de l'esport (com es va crear, per què, on, etc).	15%
					2. Treballa els fonaments tècnics i tàctics del pickleball.	15%
					3. Aplica el reglament mitjançant situacions de joc reals.	50%
					4. Aplica esportivitat i saber fer.	20%
	3. EVERY BODY DANCE NOW! BREAK DANCE	CE 3 CE 4 CE 5	C3.1, C3.2, C3.3 C3.1, C3.2, C3.3	BLOC 4 BLOC 5	1. Proporciona una experiència creativa a través de la corporalitat i les habilitats artístiques.	35%
					2. Potencia la comunicació i les emocions a través del cos tot i respectant totes les maneres d'expressió.	20%
					3. Crea de manera guiada una coreografia grupal de dansa urbana amb suport musical.	45%
	CREIXEMENT EN VALORS, ACTITUD RESPONSABLE, COOPERATIVA I AUTÒNOMA.	CE 1 CE 2	C1.3 C2.1	BLOC 3 BLOC 4	1. Actua de manera responsable, col·laboradora i proactiva a les classes.	En cada SA, com s'indica en els IA, este aspecte es valora entre un 20-25%.

SEGONA AVALUACIÓ						
	ACTIVITATS DE REFORÇ I AMPLIACIÓ	C.E 1 C.E 2 C.E 3 C.E 4 C.E 5	C.1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4 C.5.1 C5.2 C5.3		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Participa en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius). ✓ Realitza propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar. ✓ Participa en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física. 	Pot arribar a ser un 10% extra de la nota.

2º ESO	Situació d'aprenentatge	Competència específica	Criteris d'avaluació	Sabers	Indicadors d'assoliment	Puntuació
TERCERA AVALUACIÓ	1. ORIENTACIÓ URBANA 3.0	CE 1	C2.2, C4.1, C5.1, C5.3	BLOC 1 BLOC 2 BLOC 6	<ol style="list-style-type: none"> Desenvolupa la CF a través del senderisme i l'orientació. Promociona l'activitat física d'oci sostenible a través del senderisme i l'orientació en el medi urbà, natural i coster. Aplica les TIC en les activitats d'orientació per motivar la recerca de punts control. Desperta l'autocrítica social per l'impacte que poden generar les activitats en la natura. 	50%
		CE 2				20%
		CE 5				20%
						10%
	2. TWINCON	CE 1	C1.1, C1.2, C1.3 C5.1, C5.3	BLOC 1 BLOC 5	<ol style="list-style-type: none"> Treballa els fonaments tècnics i tàctics del twincon. Aplica el reglament mitjançant situacions de joc reals. Crea un joc-variant en equip. Coneix altres esports alternatius i adaptats. Aplica esportivitat i saber fer. 	50%
		CE 2				30%
		CE 5				20%
	CREIXEMENT EN VALORS, ACTITUD RESPONSABLE, COOPERATIVA I AUTÒNOMA.	CE 1 CE 2	C1.3 C2.1	BLOC 2 BLOC 3 BLOC 4 BLOC 5	2. Actua de manera responsable, col·laboradora i proactiva a les classes.	En cada SA, com s'indica en els IA, este aspecte es valora entre un 20-25%.
	ACTIVITATS DE REFORÇ I AMPLIACIÓ	C.E 1 C.E 2 C.E 3 C.E 4 C.E 5	C.1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4 C.5.1 C5.2 C5.3		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Participa en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius). ✓ Realitza propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar. ✓ Participa en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física. 	Pot arribar a ser un 10% extra de la nota.

2n ESO PDC: CAROLINA RESCALVO GALAVÍS

2n ESO Avaluació	Situació d'Aprentatge	Competència Específica	Criteris d'avaluació	Sabers Implicats	Activitats d'avaluació	Puntuació a l'avaluació
PRIMERA AVALUACIÓ	0. <i>Reptes i Jocs Cooperatius</i>	CE 2	CAV 2.1 CAV 2.2	BLOC 1 BLOC 4	6. Resolc de manera cooperativa diferents reptes aportant al grup les meues habilitats i idees. 7. Coopere i mostre interés a superar els reptes, aportant idees i ajudant als seus companys, acceptant, en tot moment, les normes.	No avaluable
	4. <i>Hàbits saludables</i>	CE 1	CAV 1.1 CAV 1.2	BLOC 1	1. Pose en pràctica hàbits saludables i conec aquells no saludables.	} 1 punt
		CE 5	CAV 1.3 CAV 5.1 CAV 5.2 CAV 5.3	BLOC 2	2. Soc capaç de diferenciar entre aliments saludables i processats i posar-ho en pràctica en el meu dia a dia. 3. Conec efectes positius de l'activitat física sobre els sistemes i aparells corporals. 4. Conec i aplique nous mètodes d'entrenament i relaxació com el yoga i el pilates. 5. Soc conscient de la importància de la seguretat a les aules d'Educació Física i la seua prevenció.	
5. <i>Keep moving</i>	CE 1	CAV 1.1 CAV 1.2 CAV 1.3	BLOC 1 BLOC 3	10. Adquirisc rutines per dur a terme l'escalfament. 11. Sóc capaç de fer l'escalfament general d'una sessió de manera cooperativa. 12. Conec i autoavalue el meu rendiment motor mitjançant proves objectives que perfilen les diferents capacitats. 13. Aprenc a valorar els avantatges que comporta la pràctica habitual d'exercici físic correctament realitzat, coneixent els límits personals. 14. Conec, adapte i practique les capacitats físiques relacionades amb la salut: força general, resistència aeròbica i flexibilitat, en funció de la mateixa CF i les possibilitats anatòmiques, fisiològiques i motrius.	} 1 punt } 2 punts	

6. Jocs tradicionals, inventats i del món	CE 2	CAV 2.1	BLOC 3	3. Col·labore en l'organització i disseny de jocs.	}	1 punt
		CAV 2.2		4. Utilitze material reciclat per tal de dur a terme el joc.		
	CE 4	CAV 4.1 CAV 4.3 CAV 4.4	BLOC 5	5. Reconec el valor cultural dels jocs tradicionals i del món. 6. Participe activament i col·labore en jocs i activitats fisicoesportives practicant el respecte, la tolerància i el treball en equip.	}	1 punt
Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma.	CE 1	CAV 1.3	BLOC 3	3. Sóc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.		3 punts
	CE 2	CAV 2.1	BLOC 4			
Activitats de reforç i ampliació	CE 1	CAV 1.1/1.3	BLOC 2	- Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius)		+/- 1 punt
	CE 2	CAV				
	CE 3	2.1/2.2/2.3	BLOC 4			
	CE 4	CAV 3.2/3.3		- Realitzar de manera autònoma activitats físiques i esportives fora del centre i, preferentment, al medi natural.		
	CE 5	CAV 4.3/4.4 CAV 5.1/5.2/5.3	BLOC 6	- Participar en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física.		

2n ESO Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'avaluació	Sabers Implicats	Activitats i d'avaluació	Puntuació a l'avaluació	
SEGONA AVALUACIÓ	7. Pilota Valenciana: Raspall i joc indirecte	CE 2	CAV 2.1 CAV 2.2 CAV 2.3	BLOC 2 BLOC 3	7. Conec les principals característiques del raspall 8. Aprenc els aspectes tècnics-tàctics del raspall i modalitats de joc indirecte.	2 punts	
		CE 4	CAV 4.5	BLOC 5	9. Conec i fomento l'esperit de fair play i honestitat. 10. Valore la Pilota Valenciana com a part del patrimoni cultural del nostre territori.		
					11. Aprecie el material d'autoconstrucció de les proteccions i soc conscient de la importància de la seguretat en la pràctica.	1 punt	
		CE 2	CAV 2.1 CAV 2.2	BLOC 3	1. Conec altres maneres d'actuar, pensar i compartir.	1'5 punts	
		CE 4	CAV 2.3 CAV 4.3	BLOC 4 BLOC 5	2. Analitze i supere algunes de les barreres a les que s'enfronten les persones amb diversitat. 3. Incremente la capacitat de presa de decisions, des d'una perspectiva creativa.		
				4. Resolc amb èxit diferents situacions de joc aplicant els elements tècnic-tàctics aplicats el joc/esport. 5. Cooperare i mostre interès a superar els reptes, aportant idees i ajudant als seus companys/es, acceptant, en tot moment, les normes.	2'5 punts		
		Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma.	CE 1 CE 2	CAV 1.3 CAV 2.1	BLOC 3 BLOC 4	1. Sóc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.	3 punts
		Activitats de reforç i ampliació	CE 1 CE 2 CE 3 CE 4 CE 5	CAV 1.1/1.3 CAV 2.1/2.2/2.3 CAV 3.2/3.3 CAV 4.3/4.4	BLOC 2 BLOC 4 BLOC 6	- Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius) - Realitzar de manera autònoma activitats físiques i esportives fora del centre i, preferentment, al medi natural.	+/- 1 punt

CAV
5.1/5.2/5.3

- Participar en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física.

2n ESO Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'Avaluació	Sabers Implicats	Activitats d'avaluació	Puntuació a l'avaluació
TERCERA AVALUACIÓ	9. Frisbinton	CE 2	CAV 2.1	BLOC 3	1. Conec i aplique correctament la normativa del frisbinton, així com coneixements sobre aquest esport alternatiu.	2 punts
		CE 5	CAV 2.2			
			CAV 2.3			
			CAV 5.2			
	10. Voleibol	CE 2	CAV 2.1	BLOC 3	1. Conec la normativa del voleibol i resolc amb èxit diversos aspectes tècnics i tàctics, fomentant sempre el treball en equip i la superació personal.	1'5 punts
		CE 4	CAV 2.2			
		CE 5	CAV 2.3	BLOC 4		
	11. Orientació esportiva 2.0	CE 1	CAV 1.1	BLOC 2	3. Soc capaç de confeccionar un plànol de l'IES Puçol diferenciant/indicant elements rellevants (escales, rampes, pistes, arbres...), utilitzant recursos tecnològics.	1 punt
		CE 2	CAV 2.2			
		CE 4	CAV 4.1	BLOC 3		
CE 5		CAV 4.3	BLOC 6			
		CAV 4.4				
	CAV 5.1		4. Soc capaç d'interpretar un plànol, utilitzant la brúixola per orientar-me de manera ràpida, fomentant la visió espacial, i promoure accions per preservar l'entorn i reduir l'impacte ambiental.	1 punt		
Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma.	CE 1	CAV 1.3	BLOC 3	1. Sóc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.	3 punts	
	CE 2	CAV 2.1	BLOC 4			

**Activitats de reforç i
ampliació**

CE 1	CAV 1.1/1.3	BLOC 2	- Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius)	+/- 1 punt
CE 2	CAV 2.1/2.2/2.3			
CE 3	CAV 3.2/3.3	BLOC 4	- Realitzar de manera autònoma activitats físiques i esportives fora del centre i, preferentment, al medi natural.	
CE 4	CAV 4.3/4.4			
CE 5	CAV 5.1/5.2/5.3	BLOC 6	- Participar en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física.	

3r ESO: BEGOÑA ALONSO HERMOSA

3º ESO Evaluación	Situaciones de aprendizaje	Competencia específica	Criterios de evaluación	Saberes implicados	Actividades de evaluación	Puntuación
1ª EVALUACION	1- Mejoramos la condición física saludable	CE1	C1.1 C1.3 C3.2	BLOQUE 1 BLOQUE 5	1- Soy capaz de hacer un calentamiento general grupal con soporte musical.	1 punto
		CE1	C1.1 C1.3	BLOQUE 1 BLOQUE 4	2- Soy capaz de correr 10', 15', 20' a un ritmo dentro de la zona de actividad.	3 puntos
		CE1	C1.1 C1.3	BLOQUE 1 BLOQUE 4	3- Soy capaz de mantener un ritmo constante de carrera durante 12'. Test de Cooper.	1 punto
			C1.1 C1.3	BLOQUE 1 BLOQUE 4	4- Soy capaz de adaptar mi ritmo de carrera a un ritmo establecido. Course Navette.	1 punto
	2- Reto individual de saltos a la comba	CE1 CE3 CE5	C1.1 C1.3	BLOQUE 1 BLOQUE 4	4- Soy capaz de saltar a pies juntos y alternativos durante 20' a la máxima velocidad.	2 puntos
3- Iniciación a la escalada	CE1 CE2 CE4	C1.1 C1.2 C2.2 C2.3	BLOQUE 1 BLOQUE 2 BLOQUE 4 BLOQUE 6	5- Soy capaz de hacer un recorrido de ida en el rocódromo	1 punto	
4- Actitudes, valores y normas.	CE1 CE2	C1.3 C2.1	BLOQUE 3 BLOQUE 4	6- Soy capaz de valorar la importancia de mantener estilos de vida activos mostrando actitud activa en clase y respetando las normas, compañeros, profesorado y material.	1 punto	
5- Actividades de refuerzo y ampliación	CE1 CE2 CE3 CE4 CE5	C1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4 C5.1 C5.2 C5.3		-Realizar recorridos saludables, carreras solidarias y otras propuestas, fuera del horario escolar. -Participar en algunas de las actividades ofertadas en el P.A.L.I (patios activos, lúdicos e inclusivos)	hasta 1 punto	
2ª EVALUACIÓN	Situación de aprendizaje	Competencia a específica	Criterios de evaluación	Saberes implicados	Actividades de evaluación	Puntuación
	6- Iniciación a los deportes de cooperación: beisbol cooperativo	CE2	C2.1 C2.2 C2.3	BLOQUE 4 BLOQUE 6	1- Resuelvo de manera cooperativa diferentes retos en beisbol.	4 puntos
	7- Juegos y deportes alternativos: colpbol	CE2 CE5	C2.1 C2.2 C2.3 C5.3	BLOQUE 3 BLOQUE 6	2- Soy capaz de conocer los aspectos reglamentarios del colpbol. 3- Soy capaz de resolver con éxito diferentes situaciones técnico/tácticas .	3 puntos
	8- Reto individual de combas	CE. 3 CE.5	C1.1 C1.3	BLOQUE 4	4- Soy capaz de realizar saltos a la comba a p. juntos y p. alternativos a gran velocidad.	2 puntos

	9-Actitudes, valores y normas	CE1 CE2	C1.3 C2.1	BLOQUE 3 BLOQUE 4	5-Soy capaz de actuar de manera responsable, mantener hábitos saludables y estar activo en clase.	1 punto
	10-Actividades de refuerzo y ampliación	CE1 CE2 CE3 CE4 CE5	C1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4 C5.3		6-Realizar actividad físico-deportiva fuera del centro escolar.	HASTA 1 PUNTO
3º EVALUACIÓN	Situación de aprendizaje	Competencia específica	Criterios de evaluación	Saberes implicados	Actividades de evaluación	Puntuación
	11-Actividades rítmicas individuales y grupales	C.E3 C.E5	C3.1 C3.2 C3.3	BLOQUE 4 BLOQUE 5	1-Colaborar activamente en la elaboración de una coreografía de 3'	4 puntos
	12-Iniciación a la orientación: carrera de orientación en el IES Puçol	C.E1 C.E2 C.E4	C1.1 C2.2 C4.1 C4.3 C4.4	BLOQUE 2	2-Soy capaz de identificar mediante fotografías , diferentes espacios del IES. 3-Soy capaz de interpretar un plano descubriendo diferentes pistas en el menor tiempo posible.	2 puntos
	13-Reto saltos a la comba II	C.E1 C.E5	C1.1 C1.3	BLOQUE 1 BLOQUE 4	4-Soy capaz de realizar saltos a la comba durante un tiempo prolongado.	1 puntos
	14-Reto rocódromo II	C.E2 C.E2 C.E4	C1.1 C1.3 C2.3	BLOQUE 1 BLOQUE 2 BLOQUE 4 BLOQUE 6	5-Soy capaz de realizar un recorrido de ida y media en el rocódromo.	2 puntos
	15-Crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma.	C.E1 C.E2	C1.3 C2.1	BLOQUE 3 BLOQUE 4	6-Soy capaz de actuar de manera responsable, mantener hábitos saludables y estar activo en clase.	1 punto
	16-Actividades de refuerzo y ampliación	C.E1 C.E2 C.E3 C.E4 C.E5	C1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4 C5.1 C5.2 C5.3		7-Realizar propuestas de actividad física fuera del centro.	Hasta 1 punto

3r ESO PDC: CAROLINA RESCALVO GALAVÍS

3r ESO Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'avaluació	Sabers Implicats	Activitats d'avaluació	Puntuació a l'avaluació
PRIMERA AVALUACIÓ	0. Ens coneixem entre tots i totes (Jocs i reptes cooperatius)	CE 2	CAV 2.1 CAV 2.2	BLOC 1 SUBBLOC 1.1. - GRUP 1,4 BLOC 4 SUBBLOC 4.1.	0. Resolc de manera cooperativa diferents reptes aportant al grup les meues habilitats i idees, mostrant interès i acceptant les normes.	No avaluable
	1. No sense unes bones bases (Primers auxilis i alimentació)	CE 1	CAV 1.1/1.3	BLOC 1 - SUBBLOC 1.1. - GRUP 3	1. Soc capaç de diferenciar entre aliments saludables i processats i de crear un menú saludable i alternatiu al que solc menjar en el meu dia a dia.	1 punt
		CE 3	CAV 3.1		2. Conec els protocols i les actuacions bàsiques dels primers auxilis i soc capaç d'actuar correctament davant situacions de lesions o accidents.	1 punt
	2. Millorem la nostra condició física. T'animes a participar en una carrera popular?	CE 4	CAV 4.2	BLOC 2 - SUBBLOC 2.2	3. Conec i autoavaluo el meu rendiment motor mitjançant proves objectives que perfilen les diferents capacitats i soc capaç de mantenir en el temps un ritme de carrera estable segons les meues possibilitats.	2 punts
		CE 5	CAV 5.2			
3. Preparats? Volem amb el bàdminton!	CE 1	CAV 1.1/1.2/1.3	BLOC 1 - SUBBLOC 1.1 – GRUP 1, 2, 3, 4	5. Conec i aplique correctament la normativa bàsica del bàdminton, així com diversos coneixements sobre l'esport.	0'5 punts	
	CE 5	CAV 5.1				BLOC 3 - SUBBLOC 3.1.
				6. Complete un mínim de partits de bàdminton contra diversos companys/es, fomentant el respecte, i dominant els colpejos en funció de les situacions de joc.	1'5 punt	

	Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma	CE 1 CE 2	CAV 1.3 CAV 2.1	BLOC 3 BLOC 4	7. Soc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.	3 punts
	Activitats de reforç i ampliació	CE 1 CE 2 CE 3 CE 4 CE 5	CAV 1.1/1.3 CAV 2.1/2.2/2.3 CAV 3.2/3.3 CAV 4.3/4.4 CAV 5.1/5.2/5.3	BLOC 2 BLOC 4 BLOC 6	- Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius) - Realitzar de manera autònoma activitats físiques i esportives fora del centre i, preferentment, al medi natural.	+/- 1 punt

3r ESO <i>Avaluació</i>	<i>Situació d'Aprenentatge</i>	<i>Competència Específica</i>	<i>Criteris d'avaluació</i>	<i>Sabers Implicats</i>	<i>Activitats d'avaluació</i>	<i>Puntuació a l'avaluació</i>
SEGONA AVALUACIÓ	4. Va de DONA! (Pilota Valenciana: raspall i iniciació al joc indirecte)	CE 2 CE 4	CAV 2.1/2.2/2.3 CAV 4.4/4.5	BLOC 3 - SUBBLOC 3.2 BLOC 5 - SUBBLOC 5.3. - GRUP 2	1. Conec els aspectes tècnics/tàctics característics de la modalitat d'escala i corda i/o joc indirecte. 2. Aprecie el material d'autoconstrucció de les proteccions i soc conscient de la importància de la seguretat en la pràctica. 3. Soc capaç d'aplicar-los en situacions de joc, transmetent valor de bonhomia (fair play i honestitat)	1'5 punts 1 punt
	5. Divervàlids i alternatius (Esports adaptats i alternatius)	CE 2 CE 5	CAV 2.1/2.2/2.3 CAV 5.3	BLOC 3 - SUBBLOC 3.2 BLOC - SUBBLOC 5.2. - GRUP 2	4. Analitze i supere algunes de les barreres a les que s'enfronten les persones amb diversitat funcional i/o visual. Mostre interès en la pràctica de jocs i esports adaptats, respectant la seua normativa en tot moment. 5. Conec i respecte la normativa del Jugger i resolc amb èxit diversos aspectes tècnics i tàctics, fomentant sempre el treball en equip, assumint els rols assignats a mi mateix, a cada company/a i als rivals.	1'5 punts 2 punts

					6. Soc capaç de construir el meu propi material amb les mesures adequades, un disseny original, segur i resistent a totes les sessions.	1 punt
	Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma	CE 1 CE 2	CAV 1.3 CAV 2.1	BLOC 3 BLOC 4	7. Soc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.	3 punts
	Activitats de reforç i ampliació	CE 1 CE 2 CE 3 CE 4 CE 5	CAV 1.1/1.3 CAV 2.1/2.2/2.3 CAV 3.2/3.3 CAV 4.3/4.4 CAV 5.1/5.2/5.3	BLOC 2 BLOC 4 BLOC 6	- Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius) - Realitzar de manera autònoma activitats físiques i esportives fora del centre i, preferentment, al medi natural.	+/- 1 punt

3r ESO Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'avaluació	Sabers Implicats	Activitats d'avaluació	Puntuació a l'avaluació
TERCERA AVALUACIÓ	6. Ritme amb cordes	CE 2	CAV 2.2	BLOC 4 -	1. Resolc amb èxit diversos reptes multinivells de salts a la corda, tant individuals com en parelles i grups, superant-me dia a dia.	1 punt
		CE 3 CE 5	CAV 3.1/3.2/3.3 CAV 5.3	SUBBLOC 4.1 SUBBLOC 4.3		
					BLOC 5 - SUBBLOC 5.1 - GRUP 1/3/4	2. Soc capaç de coordinar-me amb els meus companys/es de grup per crear un producte final on es mesclen diversos salts a la corda, i presentar-ho a la resta de grups, fomentant el respecte i el treball en equip.
	7. Puçol Handball Tour	CE 2 CE 4 CE 5	CAV 2.1/2.2/2.3 CAV 4.3/4.4 CAV 5.3	BLOC 3 - SUBBLOC 3.2 BLOC 4 - SUBBLOC 4.1	3. Conec la normativa de l'handbol i resolc amb èxit diversos aspectes tècnics i tàctics, fomentant sempre el treball en equip i la superació personal. 4. Respecte i assumisc els rols assignats a mi mateix, a cada company/a i als rivals i execute, de manera	1'5 punts 1 punt

8. Orientats a l'IES (orientació esportiva/urbana)	CE 1	CAV 1.1	BLOC 2 -	autònoma i responsable, les tasques que em corresponen.	1 punt
	CE 2	CAV 2.2	SUBBLOC 2.3		
	CE 4	CAV 4.1/4.3/4.4	BLOC 3 -	5. Soc capaç de confeccionar un plànol de l'IES Puçol diferenciant i indicant els elements més rellevants (escales, rampes, pistes, gimnàs, arbres...), utilitzant recursos tecnològics.	1 punt
	CE 5	CAV 5.1	SUBBLOC 3.2		
Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma	CE 1	CAV 1.3	BLOC 3	6. Soc capaç d'interpretar un plànol per orientar-me de manera ràpida, fomentant la visió espacial, i promoure accions per preservar l'entorn i reduir l'impacte ambiental.	3 punts
	CE 2	CAV 2.1	BLOC 4		
Activitats de reforç i ampliació	CE 1	CAV 1.1/1.3	BLOC 2	7. Soc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.	+/- 1 punt
	CE 2	CAV 2.1/2.2/2.3			
	CE 3	CAV 3.2/3.3	BLOC 4	- Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius)	
	CE 4	CAV 4.3/4.4		- Realitzar de manera autònoma activitats físiques i esportives fora del centre i, preferentment, al medi natural.	
	CE 5	CAV 5.1/5.2/5.3	BLOC 6		

4t ESO: JOAN FAUS BOSCA

<i>4t ESO</i> Avaluació	<i>Situació d'Aprenentatge</i>	<i>Competència Específica</i>	<i>Criteris d'avaluació</i>	<i>Sabers Implicats</i>	<i>Activitats d'avaluació</i>	<i>Puntuació a l'avaluació</i>
	1. Reptes cooperatius.	CE 2	CAV 2.1 CAV 2.2	BLOC 1 SUBBLOC 1.1. - GRUP 1,4 BLOC 4 SUBBLOC 4.1.	Resolc de manera cooperativa diferents reptes aportant al grup les meues habilitats i idees, mostrant interès i acceptant les normes.	0'5 punts
	2. Bàsquet	CE 2	CAV 2.1	BLOC 2 SUBBLOC 2.1.	Prova tècnica.	1 punt
				BLOC 3 - SUBBLOC 3.2	Prova tàctica i reglamentaria.	1 punt
PRIMERA AVALUACIÓ	3. Resistència	CE 1 CE 2 CE 4	CAV 1.3 CAV 2.3 CAV 4.1	BLOC 1 SUBBLOC 1.1 - GRUP 1 i 4 BLOC 3 - SUBBLOC 3.1.	Prova de resistència	2 punts

4. Força	CE 1	CAV 1.2/1.3	BLOC 1	Creació i posada en pràctica d'un entrenament de força utilitzant els mètodes vistos a classe.	2 punts
	CE 2	CAV 2.3	SUBBLOC 1.1 - GRUP 1 i 4		
			BLOC 3	SUBBLOC 3.1.	
Escalfament	CE 1	CAV 1.3.	BLOC 1	Realitzar l'escalfament de manera correcta.	0'5 punts
			SUBBLOC 1.1 - GRUP 4		
Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma	CE 1	CAV 1.3	BLOC 3	Actuar de manera responsable, respectuosa, estar actius a classe i canviar-se la samarreta després de classe.	3 punts
	CE 2	CAV 2.1	BLOC 4		
Activitats de reforç i ampliació	CE 1	CAV 1.1/1.3	BLOC 2	- Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius)	+/- 1 punt
	CE 2	CAV 2.1/2.2/2.3			
	CE 3	CAV 3.2/3.3	BLOC 4		
	CE 4	CAV 4.3/4.4		- Realitzar de manera autònoma activitats físiques i esportives fora del centre i, preferentment, al medi natural.	
	CE 5	CAV 5.1/5.2/5.3	BLOC 6		

<i>4t ESO</i> Avaluació	<i>Situació d'Aprenentatge</i>	<i>Competència Específica</i>	<i>Criteris d'avaluació</i>	<i>Sabers Implicats</i>	<i>Activitats d'avaluació</i>	<i>Puntuació a l'avaluació</i>
SEGONA AVALUACIÓ	5. Pales	CE 2	CAV 2.1/2.2	BLOC 3 - SUBBLOC 3.2 BLOC 4 - SUBBLOC 4.1.	Prova pràctica individual. Desenvolupament del torneig.	2 punts 1 punt
	6. Futbol	CE 2	CAV 2.1/2.2/2.3	BLOC 3 - SUBBLOC 3.2 BLOC 4 - SUBBLOC 4.1.	Prova tècnica. Prova tàctica i reglamentaria.	2 punts 1 punt
	Escalfament	CE 1	CAV 1.3.	BLOC 1 SUBBLOC 1.1 - GRUP 4	Realitzar l'escalfament de manera autònoma.	1 punt
	Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma	CE 1 CE 2	CAV 1.3 CAV 2.1	BLOC 3 BLOC 4	Actuar de manera responsable, respectuosa, estar actius a classe i canviar-se la samarreta després de classe.	3 punts

	Activitats de reforç i ampliació	CE 1	CAV 1.1/1.3	BLOC 2	- Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius)	+/- 1 punt
		CE 2	CAV 2.1/2.2/2.3			
		CE 3	CAV 3.2/3.3	BLOC 4	- Realitzar de manera autònoma activitats físiques i esportives fora del centre i, preferentment, al medi natural.	
		CE 4	CAV 4.3/4.4			
		CE 5	CAV 5.1/5.2/5.3	BLOC 6		

<i>4t ESO Avaluació</i>	<i>Situació d'Aprenentatge</i>	<i>Competència Específica</i>	<i>Criteris d'avaluació</i>	<i>Sabers Implicats</i>	<i>Activitats d'avaluació</i>	<i>Puntuació a l'avaluació</i>
TERCERA AVALUACIÓ	7. Jocs i esports alternatius	CE 2	CAV 2.1/2.2/2.3	BLOC 3 - SUBBLOC 3.2.	Esport alternatiu creat per l'alumnat.	4 punt
				BLOC 4 - SUBBLOC 4.1	Desenvolupament dels diferents jocs i esports.	1 punt
	8. Dramatització	CE 3	CAV 3.1/3.2/3.3	BLOC 4 - SUBBLOC 4.3	Presentació de cada una de les representacions dramàtiques.	3 punts

				BLOC 5 - SUBBLOC 5.1 - GRUP 1		
	<i>Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma</i>	CE 1 CE 2	CAV 1.3 CAV 2.1	BLOC 3 BLOC 4	Actuar de manera responsable, respectuosa, estar actius a classe i canviar-se la samarreta després de classe.	2 punts
	<i>Activitats de reforç i ampliació</i>	CE 1 CE 2 CE 3 CE 4 CE 5	CAV 1.1/1.3 CAV 2.1/2.2/2.3 CAV 3.2/3.3 CAV 4.3/4.4 CAV 5.1/5.2/5.3	BLOC 2 BLOC 4 BLOC 6	- Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius) - Realitzar de manera autònoma activitats físiques i esportives fora del centre i, preferentment, al medi natural.	+/- 1 punt

4t ESO PDC: ALFREDO ALANDES ALFONSO

1r Batallerat Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'avaluació	Sabers Implicats	Activitats d'avaluació	Puntuació a l'avaluació
PRIMERA AVALUACIÓ	1. Correm la nostra primera Marató cooperativa.	C.E 2 C.E 5	C.A 1.2/1.4 C.A 2.2/2.3 C.A 3.2 C.A 5.2/5.3	BLOC 1 BLOC 2 BLOC 3 BLOC 4	<p>1. Assumeix l'assignació i el treball destinat a cadascun dels rols de grup a les sessions destinades al treball de la resistència.</p> <p>2. Colabora en la consecució de l'objectiu grupal d'aconseguir recórrer la distància d'un Marató entre tots els components de l'equip.</p> <p>3. Desenvolupa i posa en pràctica una sessió de resistència de forma autònoma utilitzant mètodes d'entrenament per a millorar-la.</p> <p>4. Prova Final de resistència de 25'.</p>	1 punt. 1 punt. 1 punt. 2 punts
	2. Juguem amb un volant...de Bàdminton	C.E 2 C.E 4 C.E 5	C.A 2.1/2.2/ 2.3 C. A 5.3	BLOC 3 BLOC 4	<p>1. Resol amb èxit diferents situacions de joc aplicant els elements tècnic-tàctics aplicats el joc/esport de forma individual i en parelles.</p> <p>2. Demostra de forma teòric-pràctica saber aplicar el reglament de l'esport, així com aspectes importants relacionats.</p>	1'5 punts 1'5 punts

	3. Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma.	CE 1 CE 2	C1.3 C2.1	BLOC 3 BLOC 4	7. Sóc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.	2 punts
	Activitats de reforç i ampliació	CE 1 C.E 2 C.E 3 C.E 4 C.E 5	C.1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4 C5.1 C5.2 C5.3	BLOC 1 BLOC 2 BLOC 4	<p>Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, ludics i inclusius)</p> <p>Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar.</p> <p>Participar en activitats extraescolars i complementàries</p> <p>Alumnat participant el projecte Erasmus relacionat amb el foment d'estils de vida saludables i el seu impacte al municipi.</p>	+/- 1 punt
1r Batxillerat	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteria d'avaluació	Sabers Implicats	Activitats i d'avaluació	Puntuació a l'avaluació
	1. Junts cap a l'everest. Canviem repeticions de força per metres d'altitud	C.E 2 C.E 5	C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.3 C5.3	BLOC 1 BLOC 3 BLOC 5	<p>1. Assumeix l'assignació i el treball destinat a cadascun dels rols de grup a les sessions destinades al treball de la resistència.</p> <p>2. Colabora en la consecució de l'objectiu grupal d'aconseguir canviar el major nombre de repeticions de força per metres d'altitud entre tots els components de l'equip.</p>	1 punt 1 punt

SEGONA AVALUACIÓ					3. Desenvolupa i confecciona un entrenament amb el mètode TABATA per millorar la força.	2 punts
	2. Orientació amb bruixola	C.E 2 C.E 5	C5.3 C4.1 C3.2 C2.3	BLOC 1 BLOC 3 BLOC 4	4. Confecciona recorreguts pel centre amb i sense bruixola. Determinant els diferents punts cardinals i aplicant els rombs exactes per a cadascun dels punts. 5. Du a terme el recorregut d'examen d'orientació esportiva al municipi de El Puig. Calcula els rombs i aplica els coneixements d'orientació adquirits.	1'5 punts 1'5 punts
	3. Infografia Healthy Habits.	C.E 1 C.E 5	C1.1 C1.2 C4.1 C5.1 C5.2 C5.3	BLOC 1 BLOC 2 BLOC 4 BLOC 6	6. Du a terme un questionari al voltant dels seus hàbits saludables i no saludables, elaborant una infografia on puntua cadascun dels apartats.	1 punt
	4. Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma.	CE 1	C1.3 C2.1	BLOQUE 3 BLOQUE 4	Sóc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.	2 punts
	Activitats de reforç i ampliació	C.E 1 C.E 2 C.E 3 C.E 4 C.E 5	C.1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4		Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, ludics i inclusius) Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar.	+/- 1 punt

C.5.1 C5.2
C5.3

Participar en activitats extraescolars i complementàries

Alumnat participant el projecte Erasmus relacionat amb el foment d'estils de vida saludables i el seu impacte al municipi.

3ºESO Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'Avaluació	Sabers Implicats	Activitats d'avaluació	Puntuació a l'avaluació
TERCERA AVALUACIÓ	1. Games using a bat or ball.	C.E 4 C.E 2 C.E 5	C.A 2.1/2.2/ 2.3 C. A 5.3	BLOC 3 BLOC 4	<p>1. Resol amb èxit diferents situacions de joc aplicant els elements tècnic-tàctics aplicats el joc/esport de forma individual i en grup.</p> <p>2. Demostrea de forma teòric-pràctica saber aplicar el reglament de l'esport, així com aspectes importants relacionats.</p>	<p>1'5 punts</p> <p>1 punt</p>
	2. Voleibol	C.E 1 C.E 4 C.E 2 C.E 5	C1.3 C1.4 C5.2 C.A 2.1/2.2/	BLOC 1 BLOC 6	<p>3. Resol amb èxit diferents situacions de joc aplicant els elements tècnic-tàctics aplicats el joc/esport de forma individual i en grup.</p> <p>4. Comprén i elabora un dossier teòric-pràctic d'un apartat de Pilota Valenciana, sent expert en les preguntes relacionades al Concurs de Vries</p>	<p>1'5 punts</p> <p>2 punts</p>

	3. Dramatització	C.E 3	C3.1 C3.2 C3.3	BLOC 4 BLOC 5	9. Presentació de cada una de les representacions dramàtiques.	2 punts
	4. Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma.	CE 1 CE 2	C1.3 C2.1	BLOC 3 BLOC 4	10. Sóc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.	2 punts
	Activitats de reforç i ampliació	CE 1 C.E 2 C.E 3 C.E 4 C.E 5	C.1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4 C.5.1 C5.2 C5.3		<p>Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, ludics i inclusius)</p> <p>Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar.</p> <p>Participar en activitats extraescolars i complementàries</p> <p>Alumnat participant el projecte Erasmus relacionat amb el foment d'estils de vida saludables i el seu impacte al municipi.</p>	+/- 1 punt

7. COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES 1er BATXILLERAT.

7.1. Competència Específica 1

Planificar i posar en pràctica un programa saludable d'activitat física i esportiva adequat a les característiques personals i dirigit al benestar físic, mental i social.

7.1.1. Descripció de la competència

Aquesta competència suposa un enfocament holístic del concepte de salut, a partir de la inevitable connexió de la ment amb el cos i el moviment, orientat a la millora de tots els aspectes relacionats amb una vida activa i saludable.

Com al llarg de tot el procés d'educació obligatòria de l'alumnat, en el Batxillerat es continua prioritant l'aprenentatge vivencial i experimental de comportaments i actituds que faciliten a l'alumnat adquirir un estil de vida actiu i saludable, i que fomenten la responsabilitat, l'autoconeixement, l'exigència i la capacitat de gestió per a una vida sana i equilibrada, dins i fora de l'entorn familiar i social que l'envolta. És en aquesta etapa on l'alumnat ha d'assolir els aprenentatges necessaris per a participar de manera regular, segura i eficient en les diferents propostes d'activitats físiques que pot trobar dins i fora del centre educatiu. En aquest sentit, les sensacions intrínseques que se'n deriven i el desenvolupament del sentit crític li ha de permetre triar amb seguretat, per poder establir fites reals respecte a la millora de la forma física i del seu estat de salut. Es posa l'èmfasi en l'aplicabilitat dels coneixements vinculats a una vida sana i activa, cada vegada més autònoma, amb la finalitat de potenciar la capacitat de prendre decisions personals i l'assumpció de responsabilitats i compromisos cap a la salut individual i col·lectiva coherents amb la vida més enllà de l'àmbit educatiu.

Mitjançant aquesta competència, l'alumnat construeix el concepte multidimensional, dinàmic i complex de salut física, mental, emocional i social plantejat des de l'OMS amb la finalitat de garantir una vida saludable a totes les persones, tal com es descriu als objectius de desenvolupament sostenible (ODS).

Els sabers que es vinculen a aquesta competència són principalment els components físics i fisiològics amb impacte directe en la salut i el benestar, prioritant els components relacionats amb l'aparell cardiorespiratori, el musculoesquelètic i el digestiu, el condicionament físic i els components de la salut. Aquests es completen amb els components metabòlics i amb els processos energètics de les diferents exigències fisicomotrius de les activitats físiques realitzades amb un moviment intencional, regulat i conscient de la despesa d'energia, i a més amb l'aplicació de tècniques i mètodes que afavoreixen l'autonomia de l'alumnat, la regulació emocional i la motivació.

Tot plegat, els sabers d'aquesta etapa contribueixen al desenvolupament competencial d'hàbits i rutines saludables en l'adolescència transferibles a la vida adulta. Una vida sana va lligada

a una vida activa, connectada amb el món que ens envolta i amb la salut dels altres. En aquest sentit, l'entorn d'aquesta pràctica física i educativa ha de ser necessàriament inclusiu per a possibilitar que tot l'alumnat participe d'ella i dels seus beneficis amb els mínims riscos. Per aquesta raó, el bon ús de la tecnologia forma part d'aquesta competència, especialment en la lluita contra el sedentarisme i les malalties hipocinètiques ocasionades, en gran manera, per l'excés o mal ús d'aquest recurs. Els i les joves han de sentir-se motivats per implicar-se en el procés de millora creixent, escoltant i coneixent el seu cos, i aprenent estratègies per a adoptar amb actitud crítica una vida activa.

Aquesta competència específica s'interrelaciona de manera directa amb les altres quatre de la matèria d'Educació Física: saludable, sostenible i en relació amb l'entorn cultural i esportiu. Així mateix, connecta amb totes les competències clau que vertebreren aquest currículum, especialment amb la competència personal, social i d'aprendre a aprendre en desenvolupar la capacitat de reflexió i de gestió de l'aprenentatge dels sabers. A més a més, contribueix a l'adquisició del coneixement científic entenent el funcionament del món, del cos i del moviment i, en promoure un estil de vida actiu, participatiu, sostenible i responsable, desenvolupa la competència ciutadana. D'altra banda, afegeix valor a les competències clau emprenedora i lingüística en cadascun dels components específics, i de consciència i expressió culturals des de l'entorn de l'activitat física i l'esport.

7.2. Competència Específica 2

Dissenyar, practicar i dirigir diferents situacions físicoesportives, adequant el nivell de les habilitats i aplicant els elements tècnics, tàctics i reglamentaris adients.

7.2.1. Descripció de la competència

A través d'aquesta competència l'alumnat millora la motricitat adquirint nous coneixements i habilitats de moviment, ajustant i adquirint noves conductes motrius respecte a les adquirides en l'etapa de l'Educació Secundària Obligatòria. Recordem que en aquesta etapa hi havia una competència específica dedicada al desenvolupament motriu a través dels jocs i esports. Ara, a més de consolidar els aprenentatges adquirits prèviament, es continua aprofundint en el coneixement dels diferents esports i jocs i en l'ús de tècniques i d'estratègies que milloren la seua actuació motriu.

L'alumnat té l'oportunitat, a través d'aquesta competència, de demostrar la seua eficiència motriu en realitzar seqüències de moviments apropiats pel que fa a la forma i el rendiment, familiaritzant-se amb noves tècniques d'acord amb la varietat d'activitats que se li presenten. Mitjançant aquesta competència es continua donant oportunitats a l'alumnat perquè perfeccione les capacitats d'equilibri, coordinació i sincronització a través de situacions d'aprenentatge

relacionades amb diverses activitats físiques i esportives que li permeten ser més conscient del seu cos i moure's amb més confiança i seguretat en la vida quotidiana.

En aquesta etapa educativa també es tenen en compte els canvis anatòmics, fisiològics i socials de l'alumnat, ja que afecten les activitats motrius relacionades amb aquesta competència, especialment aquelles relacionades amb les esportives reglades i no reglades. L'alumnat adapta el seu moviment en relació amb un objectiu establert i amplia el repertori d'habilitats motrius adaptant-les a les diverses limitacions de l'entorn físic.

Aquesta competència permet a l'alumnat focalitzar l'atenció en aspectes com la millora de les habilitats de cooperació i de treball en equip o l'exercici del diàleg i de les habilitats de negociació implicades en la resolució de conflictes durant el joc o esport. Aquests aspectes de la pràctica esportiva ajuden l'alumnat a acceptar les diferències amb els companys, tenint-les en compte a l'hora de relacionar-se, i afavoreixen el domini de les habilitats relacionades amb l'empatia, la voluntat i l'autoestima.

La possibilitat que s'ofereix a l'alumnat de reflexionar i conèixer el seu cos col·laborant amb altres de manera constructiva contribueix a la progressió en el grau de desenvolupament de les competències que ha d'assolir en finalitzar el Batxillerat. En aquest sentit, s'afavoreixen situacions motrius on la incertesa i complexitat de les situacions de joc i esportives forcen l'alumnat a adaptar-se als canvis, contribueixen al seu benestar físic i emocional, i focalitzen l'acció educativa en expressar empatia i gestionar els conflictes en un context integrador i de suport.

Així mateix, mitjançant aquestes pràctiques motrius es poden valorar els aspectes culturals i socials de la cultura motriu adoptant una actitud crítica enfront dels efectes negatius que tenen certes pràctiques físiques per a la salut individual i col·lectiva. D'altra banda, l'adopció d'actituds de superació i d'autoexigència enfront dels desafiaments físics és de nou un aspecte clau a destacar per al disseny de les activitats físiques.

Seguint la línia de l'esport escolar treballat en l'anterior etapa d'Educació Secundària Obligatòria, és important que aquest context de pràctica esportiva continue sent inclús respecte a les característiques individuals, a la identitat de gènere i al nivell d'habilitat. En aquest sentit, aquestes activitats motrius es contextualitzen aplicant la variabilitat metodològica tant al grup classe com individualment, de manera que l'alumnat siga capaç d'aplicar-les i transferir-les a altres activitats més generals.

Mitjançant aquesta competència s'ajuda l'alumnat a reforçar els coneixements sobre els requisits de seguretat i higiene en la pràctica esportiva i s'afavorix la seua autonomia per a organitzar i gestionar activitats físiques i esportives tant per a si mateix com per a altres persones.

Aquesta competència està associada a la capacitat de l'alumnat d'avaluar les seues capacitats físiques i el seu comportament en relació amb el seu estil de vida. A més, la terminologia

relacionada amb l'esport i l'activitat física millora la capacitat d'expressió verbal i la comprensió de textos informatius relacionats amb aquesta temàtica.

Aquesta competència específica s'interrelaciona amb les altres quatre competències específiques de la matèria i especialment amb la tercera competència específica, relacionada amb l'esport com a manifestació de la cultura motriu. Addicionalment, el coneixement relacionat amb aquesta competència específica connecta amb les competències clau, especialment amb la competència personal, social i d'aprendre a aprendre, afavorint que l'alumnat es desenvolupi de forma més autònoma i que gestioni constructivament els canvis i la participació social; i contribueix també a l'assoliment de la competència emprenedora, promovent l'avaluació i reflexió sobre les seues fortaleses i debilitats i l'ús d'estratègies d'autoconeixement i d'autoeficàcia.

7.3. Competència Específica 3

Dissenyar, planificar i desenvolupar projectes de naturalesa artisticoexpressiva amb l'ús del cos i el moviment com a elements comunicatius de la cultura motriu.

7.3.1. Descripció de la competència

Aquesta competència aferma les capacitats comunicatives i expressives assolides durant l'Educació Secundària Obligatòria. La comunicació no és sols una interacció amb l'entorn, sinó que implica una gran varietat d'habilitats i valors. Tots aquests elements ajuden al desenvolupament integral de l'individu. Per aquesta raó, en el Batxillerat trobem la continuïtat del treball realitzat en l'etapa educativa anterior respecte a les vivències corporals i motrius amb una finalitat de salut, entesa en el sentit més ample. Per aquest camí es continua un treball de consciència, percepció i control, a través de situacions variades i obertes.

Aprendre a través del cos implica un bon desenvolupament perceptiu, cognitiu i motor, i suposa un bagatge d'experiències personals i d'adaptacions a noves situacions socials que contribueixen que l'alumnat desenvolupi la maduresa pròpia d'aquesta etapa.

En el Batxillerat, continuem utilitzant les activitats artisticoexpressives per a augmentar l'autonomia en la realització de muntatges més complexos, com el gènere del musical, la participació en la direcció d'obres teatrals, o la col·laboració en la creació de curts de cinema. Aquestes activitats impliquen un pas més cap a la creació i l'autonomia, cap a activitats com dissenyar, produir, liderar, transformar o improvisar.

Mitjançant aquests continguts es pretén desenvolupar la capacitat d'analitzar críticament i d'investigar sobre les pràctiques i manifestacions culturals vinculades amb la motricitat segons el seu origen i la seua evolució, des de la perspectiva de gènere i des dels interessos econòmics, polítics i socials que n'hagen condicionat desenvolupament, practicant-les i fomentant-ne la conservació per a ser capaç de defensar els valors que transmeten des d'una postura ètica i contextualitzada.

Els continguts d'aquesta competència específica estan vinculats amb altres com la CE1 pel que fa a l'adquisició dels hàbits saludables i un estil de vida actiu. La relació amb l'esport com a fenomen cultural i amb la cultura motriu tradicional en general, així com tots els aspectes relacionats amb la comunicació i contracomunicació motriu la vinculen amb la CE2. La matèria d'Educació Física en el paper propedèutic de cara a les possibles eixides acadèmiques i laborals, relacionat amb la CE5, col·labora quan es treballa la gestió emocional, les habilitats socials i les actuacions i actituds de coneixement dels factors socials, econòmics i culturals en un context educatiu inclusiu.

Aquesta competència específica es relaciona amb la competència clau lingüística, ja que es fa ús de les llengües com a mitjà de comunicació i expressió. A més a més, en la literatura es troben diversitat de formats i obres de representació teatral i escènica. La cultura digital també està relacionada amb aquesta competència específica. En l'elaboració de muntatges escènics és un recurs facilitador per crear, integrar i reelaborar continguts digitals de forma individual i col·lectiva, respectant sempre els drets d'autoria digital, per a ampliar els propis recursos i generar nous coneixements, tenint com a referència l'aprofitament crític, ètic i responsable de la cultura digital. Mitjançant aquesta competència específica també es contribueix al desenvolupament de la competència clau personal, social i d'aprendre a aprendre, ja que l'expressió i la comunicació repercuteix en l'autoconeixement, la col·laboració, la resiliència i la gestió dels processos metacognitius necessaris quan es fa un canvi progressiu cap a la vida adulta.

7.4. Competència Específica 4

Adoptar un estil de vida saludable i sostenible aplicant principis d'ètica ambiental i seguretat per a transformar l'entorn.

7.4.1. Descripció de la competència

Aquesta competència implica la consolidació dels aprenentatges i coneixements adquirits per l'alumnat en l'Educació Secundària Obligatoria relacionats amb el desenvolupament d'estils de vida saludables i sostenibles compromesos amb la conservació i millora de l'entorn natural, urbà i cultural.

Aquesta consolidació es planteja des d'un enfocament de responsabilitat ecològica i social mitjançant la realització d'una gran diversitat d'activitats físiques, esportives i artísticosexpressives en espais naturals i urbans, interaccionant amb l'entorn de manera sostenible. Aquests aprenentatges i experiències saludables i sostenibles augmenten el bagatge motor de l'alumnat, contribueixen a fer que coneguen, valoren i protegeixen el patrimoni natural i urbà que els envolta i els proporcionen alternatives sostenibles, motivadores i significatives per al seu temps d'oci.

En aquest sentit, en relació amb l'entorn urbà, es poden utilitzar instal·lacions i espais públics pròxims al centre escolar com *skateparcs*, parcs de cal·listènia, zones per desenvolupar *parkour*, jocs populars i tradicionals o danses urbanes. Pel que fa a l'entorn natural, es pot trobar una àmplia

gamma de contextos aprofitables i d'aplicació, com poden ser les rutes de senderisme, vies verdes, circuits d'escalada, carreres d'orientació, activitats nàutiques o esports de neu.

Aquesta competència aborda també actuacions relacionades amb la mobilitat activa i sostenible, l'alimentació saludable i el consum responsable des d'una perspectiva crítica, plantejant alternatives saludables i sostenibles i aplicant principis de seguretat i responsabilitat per a transformar l'entorn.

D'especial rellevància són les activitats i iniciatives de conscienciació i sensibilització per a altres membres de la comunitat educativa dissenyades i realitzades per l'alumnat que emfatitzen els aspectes de seguretat i responsabilitat, i fomenten així una interacció segura, saludable i sostenible amb el medi natural i urbà que els envolta.

Relacionat amb aquest aspecte, es desenvoluparan actuacions en benefici de la comunitat. Les iniciatives en l'entorn que combinen actuacions de millora de la salut i la sostenibilitat contribueixen significativament a l'assoliment d'aquesta competència específica.

Els sabers bàsics necessaris per a assolir aquesta competència contribueixen a fer que l'alumnat implemente estils de vida sostenibles i desenvolupi un compromís cívic i social com a ciutadania compromesa amb el present i amb el futur del planeta d'acord amb els objectius de desenvolupament sostenible plantejats en l'agenda 2030.

L'assoliment d'aquesta competència ajuda a desplegar de manera integral el perfil d'eixida de l'alumnat, establint hàbits saludables i sostenibles vinculats amb la planificació autònoma i l'autoregulació de la pràctica física. D'aquesta manera es consolida l'objectiu de l'Educació Secundària Obligatòria d'una Educació Física de vida i per a la vida.

Tenint en compte el caràcter integral de la matèria Educació Física, aquesta competència es vincula directament amb les altres competències específiques de la matèria.

Així mateix, el seu desenvolupament contribueix significativament a l'assoliment de les competències clau següents: competència matemàtica i en ciència, tecnologia i enginyeria, competència personal, social i d'aprendre a aprendre, competència ciutadana, competència emprenedora i competència digital.

7.5. Competència Específica 5

Identificar oportunitats personals, acadèmiques i laborals relacionades amb l'activitat física, l'esport i l'oci actiu a partir d'experiències personals i mitjançant l'ús de la tecnologia.

7.5.1. Descripció de la competència

A través d'aquesta competència sobre la identificació d'oportunitats personals, laborals i acadèmiques, l'alumnat aborda un dels fins per si mateixa del Batxillerat com és aconseguir una maduresa intel·lectual que li permeti integrar-se en la vida activa així com adquirir competències pel seu al futur formatiu i professional. A més, la segona part de la competència es relaciona de

manera directa amb un dels objectius que marca la LOMLOE per al Batxillerat: utilitzar l'Educació Física i l'esport per afavorir el desenvolupament personal i social.

El fet d'identificar les oportunitats a través de propostes vivenciades i la recerca amb l'ús de la tecnologia impliquen una visió competencial holística que es relaciona amb aquestes competències clau: competència digital, competència personal, social i d'aprendre a aprendre, competència ciutadana, competència emprenedora i competència en consciència i expressió culturals.

La competència contribueix a completar el perfil d'eixida de l'alumnat de Batxillerat localitzant, seleccionant i avaluant de manera autònoma les diferents fonts d'informació; enfortint la seua resiliència, l'autoeficàcia i la cerca de fites per a fer més eficaç el seu aprenentatge; i, especialment, avaluant les necessitats i oportunitats afrontant reptes amb sentit crític i ètic en contextos locals i globals.

Aquesta competència específica s'interrelaciona de manera directa amb les altres quatre en el marc d'una Educació Física en qualsevol àmbit: saludable, sostenible i en relació amb l'entorn cultural i esportiu. A més a més, el coneixement relacionat amb aquesta competència específica connecta amb les competències clau i especialment contribueix a l'assoliment de la competència clau emprenedora, possibilitant la identificació d'idees innovadores amb sentit crític i ètic, aplicant coneixements tècnics i estratègies específiques i considerant tant les experiències d'èxit com les de fracàs com oportunitats per a aprendre.

Amb la participació activa dins i fora del centre, en esdeveniments esportius o visites a empreses i instal·lacions relacionades amb l'activitat física, l'esport, l'oci actiu i la cultura, i l'art en general, l'alumnat acumula experiències per a millorar el pensament crític, des d'un punt de vista inclusiu, de comerç just, de sostenibilitat, i d'altres temes de transcendència social que l'ajuden a orientar-se cap a una autonomia personal, en una visió propedèutica, o directament cap al món laboral.

L'adquisició d'aquesta competència ajudarà l'alumnat a entendre el cos com un actiu de salut, reforçant la visió de l'Educació Física per a tota la vida ja treballada a l'Educació Secundària Obligatòria, obrint nous camins a les competències que es treballaran en la matèria Activitat Física per a la Salut i el Desenvolupament Personal del 2n curs de Batxillerat.

8. SABERS BÀSICS 1ER BATXILLERAT

8.1. Descripció dels blocs

Passem a continuació a recollir i descriure cadascun dels **sis blocs** que conformen els sabers bàsics de l'assignatura d'Educació Física:

Bloc 1	Vida activa i saludable
<p>Aquest bloc aborda els tres elements bàsics que integren el concepte de salut segons l'OMS: salut física, mental i social. A través d'aquests continguts es pretén generar una actitud positiva cap a la participació regular en activitats físiques i esport relacionades amb la salut i promoure l'adopció d'estils de vida actius així com la responsabilitat personal d'un cos saludable per a tota la vida.</p>	

Bloc 2	Organització i gestió de l'activitat física
<p>Aquest segon bloc aborda aquells components relacionats amb la planificació, organització i autoregulació de la pràctica física, així com aquells aspectes relacionats amb la seguretat de la pràctica motriu.</p>	

Bloc 3	Resolució de problemes en situacions motrius
<p>Els sabers d'aquest bloc es relacionen amb una varietat d'experiències motrius desenvolupades a través de jocs i esports i les seues capacitats condicionals i coordinatives implicades. Mitjançant aquest sabers l'alumnat s'enfronta a situacions motrius on contínuament ha d'ajustar la seua actuació a l'entorn dinàmic i a les altres persones, i a prendre decisions per tal d'ajustar la seua conducta a un resultat.</p>	

Bloc 4	Autorregulació emocional i interacció social en situacions motrius
<p>Mitjançant aquests sabers l'alumnat té l'oportunitat de desenvolupar la capacitat d'expressió emocional i comunicativa a través de l'acció motriu. Aquesta proposta es centra en l'experimentació del cos i el moviment com a mitjà d'expressió d'emocions i sentiments, i en el desenvolupament del benestar social a través de l'establiment de relacions socials saludables en l'adquisició de valors com la resolució dialogada de conflictes, el respecte i el treball cooperatiu.</p>	
Bloc 5	Manifestacions de la cultura motriu
<p>Aquest bloc de sabers permet l'estudi de la cultura física present en la societat actual i la comprensió dels seus vincles amb la salut, l'expressió corporal i l'esport des d'una perspectiva crítica i transformadora. La proposta es centra en aquells aspectes socioculturals, polítics i econòmics que tenen impacte en la cultura motriu i en la reflexió sobre la necessitat de construir relacions basades en la igualtat social i econòmica.</p>	

Bloc 6	Interacció eficient i sostenible amb l'entorn.
<p>Aquest bloc inclou els sabers relacionats amb la promoció i participació en activitats físicoesportives en entorns naturals i urbans, interactuant de manera segura i sostenible, reduint l'impacte ambiental i desenvolupant actuacions dirigides a la conservació i millora d'aquests contextos. A més a més, en aquest bloc s'inclouen també els sabers relacionats amb l'alimentació saludable i sostenible, el consum responsable i la mobilitat activa i segura.</p>	

8.2. Subblocs i grups

BLOC 1. Vida activa i saludable CE1, CE3, CE4, CE5
Subbloc 1.1. Salut física
Grup 1. Característiques de les activitats físiques saludables
Mètodes de valoració de les capacitats físiques i coordinatives aplicades a entorns laborals i a la millora personal.
Beneficis, riscos i exercicis desaconsellats: hàbits postural, ergonomia i exercici físic en general.
Programes d'activitat física personal (FIIT-PV) per a les diferents capacitats físiques.
Tecnologies facilitadores de l'avaluació i anàlisi fisiològic de l'exercici físic.
Grup 2. Cura del cos
Mites i falses creences en l'àmbit de l'activitat física i l'esport
Mètodes de recuperació de l'esforç.
Subbloc 1.2. Salut social
Programes de prevenció del consum de tabac, alcohol, altres drogues i la ludopatia associada a l'esport.
Perspectiva de gènere i inclusivitat al món de l'esport, l'activitat física i l'oci actiu.
Ajudes ergogèniques legals i dopatge
Subbloc 1.3. Salut mental
Grup 1. Mètodes i tècniques de relaxació i meditació
Mètodes de relaxació i respiració.
Tècnica bàsica de meditació.
Hàbits de descans.
Grup 2. Ús i abús de la tecnologia

Efectes de l'ús excessiu de la tecnologia.

Etiqueta aplicada a l'activitat física i esport.

BLOC 2. Organització i gestió de l'activitat física

CE1, CE2, CE4, CE5

Subbloc 2.1. Mesures preventives i de seguretat

Normes de seguretat i tècniques per a la prevenció i actuació en una situació d'emergència.

Gestió crítica i ús sostenible de materials per a la pràctica física i esportiva.

Actuacions de primers auxilis.

La farmaciola

Subbloc 2.2. Eines digitals per a la gestió de l'activitat física

Aprofitament i gestió del bon ús de la tecnologia relacionada amb el moviment, l'activitat física, l'esport i la salut, en diferents entorns d'aprenentatge digital: planificació, control i anàlisi.

Creació i cura de continguts

Subbloc 2.3. Ordenació de l'activitat física i l'esport

Organització d'esdeveniments esportius i d'activitat física en general.

Gestió de grups: estil de lideratge, organització i dinamització de grups.

BLOC 3. Resolució de problemes en situacions motrius

CE1, CE2, CE4, CE5

Jocs i esports col·lectius, individuals i d'adversari.

Jocs i esports inclusius, adaptats i específics.

Lògica interna dels jocs i esports.

Aspectes reglamentaris.

**BLOC 4. Autorregulació emocional i interacció social
en situacions motrius**

CE1, CE2, CE3, CE4, CE5

Subbloc 4.1. Gestió emocional

Rols en contextos de practico fisicoesportiva.

Control i gestió d'emocions.

Tècniques corporals de regulació física i emocional.

Subbloc 4.2. Habilitats socials

Interacció i habilitats socials: escolta activa, diàleg, negociación, asertivitat, comunicació efectiva i altres.

Subbloc 4.3. Justícia social en l'esport i en l'activitat física

Valors esportius i olímpics.

Identificació de conductes contràries a la convivència.

BLOC 5. Manifestacions de la comunicació i de la cultura motriu

CE1, CE2, CE3, CE4, CE5

Subbloc 5.1. Elements comunicatius i cultura artisticoexpressiva

Elements de la comunicació.

Valors i cultura artisticoexpressiva

Muntatges i intervencions artisticoexpressives

Dramatització i teatre

Activitats i arts circenses

El ritme i el cos en moviment

Dansa i ball

Subbloc 5.2. Cultura motriu i tradicional

La Pilota Valenciana com a bé d'interés cultural

Modalitats de Pilota Valenciana de joc directe i indirecte

Subbloc 5.3. Esport com a manifestació cultural

Esport, convivència i justícia social

BLOC 6. Interacció eficient i sostenible amb l'entorn

CE1, CE2, CE3, CE4, CE5

Subbloc 6.1. Iniciatives i activitats saludables i sostenibles en el medi natural i urbà.

Beneficis de la pràctica d'activitat física i esportiva a l'entorn natural.

Mobilitat activa, segura i sostenible.

Oci saludable i sostenible: possibilitats de l'entorn natural i urbà per a la pràctica segura d'activitat física i esportiva. Previsió de riscos, primers auxilis i protocols d'acció en cas d'emergència.

Coneixement del patrimoni urbà i natural de l'entorn. Propostes de millora: accessibilitat, ús esportiu, seguretat i sostenibilitat. Promoció i ús creatiu.

Mesures de protecció i conservació del medi natural i urbà durant la pràctica fisicoesportiva. Servei a la comunitat.

Entitats relacionades amb l'educació Ambiental: relacions, actuacions, recursos...

Subbloc 6.2. Alimentació saludable i sostenible

Característiques i valoració d'una dieta equilibrada

Consum responsable: alternatives sostenibles per a una dieta saludable, variada i equilibrada.

Ultraprocessats: Conseqüències per a la salut. Anàlisi i crítica.

9. SITUACIONS D'APRENTATGE 1r BATXILLERAT

Les situacions d'aprenentatge han de contemplar el conjunt de competències específiques, així com la interrelació dels sabers bàsics associats a aquestes. Aquest enfocament és clau per a crear situacions que permeten treballar simultàniament competències específiques relacionant-les entre si. També han de facilitar l'evocació de coneixements anteriors per a la seua consolidació i l'adopció d'hàbits en les pràctiques que se'n deriven.

Per tal de promoure l'adquisició i el desenvolupament de les competències específiques formulades, les situacions d'aprenentatge han de tenir les característiques que exposem i complir els criteris següents:

Ser significatives per a l'alumnat, per a la qual cosa en el disseny s'ha de tindre en compte que l'alumnat siga conscient del seu grau inicial d'expertesa. A més a més, s'establiran connexions entre els seus coneixements, les habilitats, les experiències, les actituds i els valors, promovent que aprenga, de manera efectiva, a vincular-los i a aplicar-los en diferents contextos d'aprenentatge de forma significativa i contextualitzada. En aquest sentit cal assenyalar que no és el mateix partir dels interessos de l'alumnat que connectar el que es pretén ensenyar amb els interessos de l'alumnat. Fer-ho d'aquesta manera afavoreix la relació de les tasques amb els coneixements, habilitats i valors de la societat actual, alhora que amplien i ajusten les formes actuals de pensar i d'actuar. La variabilitat metodològica adaptable, mitjançant una avaluació continua del procés, facilita aquesta tasca i ajuda a fer que l'alumnat desenvolupe al màxim el seu potencial.

Ser funcionals i transferibles a la vida quotidiana de l'alumnat, a més d'orientar-se cap a les seues necessitats futures. Les situacions es dissenyaran des d'una perspectiva de funcionalitat, de manera que l'alumnat siga capaç de plantejar-se preguntes més enllà del context escolar, gaudint de les emocions generades per la superació personal, la qual cosa li pot fer plantejar-se qüestions més profundes i estimulants que li permeten adaptar el contingut après a noves situacions i reflexionar-ne sobre les causes i efectes. Aquest tipus de situacions desenvolupen en l'alumnat la capacitat d'aplicar i transferir els aprenentatges a diversos contextos de l'àmbit escolar i social. Les situacions d'aprenentatge connectades a la vida quotidiana de l'alumnat ajuden a mantenir el seu interès i això condueix a una millora de l'aprenentatge. Aquesta transferibilitat de l'aprenentatge, juntament amb l'augment del nivell de desenvolupament competencial, permetrà a l'alumnat respondre a preguntes i resoldre els problemes i reptes amb sentit crític en diferents contextos.

Implicar cognitivament l'alumnat, la qual cosa en fomenta l'autonomia, la creativitat i augmenta la capacitat de produir idees resolutives i innovadores. S'entén la creativitat com la necessitat reflexiva de donar solucions alternatives a un problema o acostar-nos-en a la resolució. Aquest procés reflexiu permet abordar futurs desafiaments i dificultats quotidianes i, juntament amb actituds resilients, afavoreix la capacitat de gestió emocional. El treball del pensament crític,

mitjançant situacions d'aprenentatge que impliquen la resolució de problemes per a la mobilització de sabers de manera individual o en equip, promou una ciutadania activa i desperta, necessària en l'àmbit de l'Educació Física en la lluita contra els mites i contra les persones pseudoexpertes. També la tecnologia pot ser facilitadora per a plantejar tasques competencials. L'alumnat té l'oportunitat d'interactuar, compartir i debatre fent una cura de continguts prèvia i, el que és més important, aprenent a gestionar-ne el bon ús.

Millorar la pràctica autònoma, potenciant la capacitat de raonament de l'alumnat i plantejant-li tasques i propostes que el porten a prendre decisions, a reflexionar, i a resoldre problemes a partir de la interpretació de la informació. Aquest tipus de situacions han d'incentivar capacitats relacionades amb l'autoreflexió i el pensament crític que li permeten en el futur prendre les decisions adequades per a la seua vida. Per això, s'han de provocar situacions on el o la discent haja de revisar i reflexionar sobre com està conduint els seus aprenentatges. En aquest sentit, és necessari que hi haja moments i situacions per guiar i acompanyar activament el seu progrés i poder proporcionar-li més informació sobre què s'espera del seu aprenentatge o en quin grau ha de fer determinada tasca o mostrar determinat comportament, facilitant-li els recursos i instruments d'avaluació necessaris per a l'acompliment dels indicadors de resolució dels criteris d'avaluació.


Ser flexibles, tant des del punt de vista del temps com del material necessari per desenvolupar-les, de manera que el procés educatiu es puga adaptar als canvis i imprevistos del dia a dia en un centre educatiu. L'atenció al ritme individual de l'alumnat en el procés d'aprenentatge depèn en bona part d'aquesta flexibilitat. Com a marc general de les situacions d'aprenentatge, amb l'objectiu d'atendre la diversitat d'interessos i les necessitats de l'alumnat, s'incorporaran els principis del disseny universal, assegurant-nos que no existisquen barreres que impedisquen l'accessibilitat física, cognitiva, sensorial i emocional per a garantir-ne la participació i l'aprenentatge.

Fomentar la capacitat d'autoeficàcia de l'alumnat. L'augment d'aquest sentiment de competència es fomenta a través de nous reptes i activitats amb major grau de dificultat. A mesura que l'alumnat avança en la seua pràctica se li proporcionen o retiren progressivament les ajudes fent-li la situació cada vegada més exigent. Aquesta progressiva eliminació de les ajudes, juntament amb el reforç informatiu i les oportunitats de rebre suport al llarg del procés, manté l'alumnat en aquest nivell de desafiament òptim a mesura que progressa en el seu desenvolupament competencial. Cal recordar també que l'entorn d'aprenentatge ha de ser segur, tant des d'un punt de vista físic com emocional, més encara si cap en una matèria com Educació Física, ja que aquest aspecte és condició prèvia perquè es produïsca l'aprenentatge efectiu.

1r BATXILLERAT: ALFREDO ALANDES I JOAN FAUS BOSCÀ

1r Batxillerat Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'avaluació	Sabers Implicats	Activitats d'avaluació	Puntuació a l'avaluació
PRIMERA AVALUACIÓ	1. <i>Camí a París 2024: L'atletisme com a referent de l'olimpisme</i>	C.E 2 C.E 5	C.A 1.2/1.4 C.A 2.2/2.3 C.A 3.2 C.A 5.2/5.3	BLOC 1 BLOC 2 BLOC 3 BLOC 4	1. Assumeix l'assignació i el treball destinat a cadascun dels rols a les Olimpíades, així com a les sessions preparatòries de cadascuna de les proves. 2. Manté una participació activa el dia de les Olimpíades, obté resultats a cadascuna de les proves que hi participa en benefici del grup i executa adequadament les proves amb la tècnica correcta. 3. Avalue i assigne una nota als meus companys d'equip amb relació al treball fet a les Olimpíades i al llarg de les sessions preparatòries.	1 punt. 2 punts. 1 punt.
	2. <i>A la veu d'OMNIKIN: Pilotagem amb el KinBall</i>	C.E 2 C.E 4 C.E 5	C.A 2.1/2.2/ 2.3 C. A 5.3	BLOC 3 BLOC 4	4. Resol amb èxit diferents situacions de joc aplicant els elements tècnic-tàctics aplicats el joc/esport de forma individual i en equip.	2 punts
	3. <i>Construeix el teu propi Joc Alternatiu</i>	C.E 2 C.E 4 C.E 5	C.A 2.1/2.2/ 2.3 C. A 5.3	BLOC 3 BLOC 4 BLOC 5	5. Confecciona i posa en pràctica diferents jocs alternatius diferenciant la seua tipologia amb els companys de classe.	2 punts

	4. Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma.	CE 1 CE 2	C1.3 C2.1	BLOC 3 BLOC 4	6. Sóc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.	2 punts
	Activitats de reforç i ampliació	CE 1 C.E 2 C.E 3 C.E 4 C.E 5	C.1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4 C5.1 C5.2 C5.3	BLOC 1 BLOC 2 BLOC 4	Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, ludics i inclusius) Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar. Participar en activitats extraescolars i complementàries Alumnat participant el projecte Erasmus relacionat amb el foment d'estils de vida saludables i el seu impacte al municipi.	+/- 1 punt
1r Batxillerat	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'avaluació	Sabers Implicats	Activitats i d'avaluació	Puntuació a l'avaluació
	5. Miscel·lània de Pilota Valenciana: Un repàs a totes les modalitats.	C.E 2 C.E 5	C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.3 C5.3	BLOC 2 BLOC 3 BLOC 5	1. Construeix una protecció per poder jugar a les diferents modalitats de pilota valenciana. 2. Coneix i aplica en la pràctica aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris de les diferents modalitats de pilota assajades, inclosa la pràctica del joc alternatiu del màdel. 3. Comprén i elabora un dossier teòric-pràctic d'un apartat de Pilota	10% - 15% 15% - 20% 30%

SEGONA AVALUACIÓ					Valenciana, sent expert en les preguntes relacionades al Concurs de Vries	
	6. Educació Física Inclusiva	C.E 2 C.E 5	C5.3 C4.1 C3.2 C2.3	BLOC 1 BLOC 3 BLOC 4	4. Coneix diferents tipus de discapacitats i es sensibilitza amb la pràctica esportiva reglada i no reglada. 5. Confecciona i posa en pràctica diferents jocs/esports per treballar cadascuna de les discapacitats amb els companys de classe.	20% - 25%
	7. Aconsegueix el carnet de monitor de Gimnàs	C.E 1 C.E 5	C1.1 C1.2 C4.1 C5.1 C5.2 C5.3	BLOC 1 BLOC 2 BLOC 4 BLOC 6	6. Elabora mitjançant l'app down dog un entrenament autònom de força amb material o sense, realitzant una posada en pràctica de l'entrenament de forma visual. 7. Elabora i posa en pràctica amb els companys un entrenament a la sala de musculació amb un objectiu específic de millora d'un esport o per a diversos sectors de la població.	20% (2ª Av) NOTA MODIFICADA  20% (3ª Av)
	8. Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma.	CE 1	C1.3 C2.1	BLOQUE 3 BLOQUE 4	Sóc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.	20%
	Activitats de reforç i ampliació	C.E 1 C.E 2 C.E 3 C.E 4 C.E 5	C.1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4		Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, ludics i inclusius) Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar.	+/- 1 punt

C.5.1 C5.2
C5.3

Participar en activitats extraescolars i complementàries

Alumnat participant el projecte Erasmus relacionat amb el foment d'estils de vida saludables i el seu impacte al municipi.

3ºESO Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'Avaluació	Sabers Implicats	Activitats d'avaluació	Puntuació a l'avaluació
TERCERA AVALUACIÓ	9. Programa saludable d'activitat física i esportiva a la Piscina.	C.E 1 C.E 2 C.E 5	C5.2 C5.3 C4.3 C2.1 C1.1 C1.2	BLOC 1 BLOC 2 BLOC 3 BLOC 6	1. Seleccionar un programa de pràctica dels estils de natació en funció del nivell d'experiència i forma física de cada alumne/a. 2. Conèixer i aplicar tècniques bàsiques de primers auxilis.	15% - 20%
	10. Anàlisi d'un pòdcast de "Vida Sana"	C.E 1 C.E 4	C1.3 C1.4 C5.2	BLOC 1 BLOC 6	3. Confeccionar una presentació i exposar-la a classe d'un pòdcast relacionat amb l'alimentació saludable, així com mites i falses creences en l'activitat física i esportiva.	20%
	11. Tu sí que balles	C.E 3	C3.1 C3.2	BLOC 4 BLOC 5	4. Elaborar i posar en pràctica una coreografia amb els diferents tipus de balls treballats a classe: Cha-cha-cha, salsa, merengue i bachata.	20%

	12. L'ús de la bicicleta com a mitjà de transport sostenible	C.E 4 C.E 5	C5.3 C4.1 C4.2	BLOC 2 BLOC 6	5. Saber fer un bon ús de la bicicleta com a mitjà de transport, respectant les normes d'educació viària. 6. Posar en pràctica mitjançant circuits, diferents habilitats bàsiques que es poden realitzar a la bicicleta. 7. Aplicar coneixements bàsics de mecànica amb motiu de canviar la càmera a una roda punxada.	20%
	5. Creixement en valors, actitud responsable, cooperativa i autònoma.	CE 1 CE 2	C1.3 C2.1	BLOC 3 BLOC 4	13. Sóc capaç d'actuar de manera responsable, mantenir hàbits saludables i estar actiu a classe.	20%
	Activitats de reforç i ampliació	CE 1 C.E 2 C.E 3 C.E 4 C.E 5	C.1.1 C1.3 C2.1 C2.2 C2.3 C3.2 C3.3 C4.3 C4.4 C.5.1 C5.2 C5.3		Participar en alguna de les activitats ofertades en el P.A.L.I (Patis actius, ludics i inclusius) Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar. Participar en activitats extraescolars i complementàries Alumnat participant el projecte Erasmus relacionat amb el foment d'estils de vida saludables i el seu impacte al municipi.	+/- 1 punt

10. COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES 2n BATXILLERAT

10.1. Competència Específica 1

Implementar i valorar un programa d'activitat física i esportiva saludable, adequat a les característiques personals i dirigit al benestar físic, mental i social.

10.1.1. Descripció de la competència

L'adquisició d'aquesta competència es materialitza continuant l'enfocament holístic del concepte de salut tractat al llarg de tota l'etapa educativa, partint del fet que la connexió de la ment amb el cos i el moviment contribueix a la millora de tots els aspectes relacionats amb una vida activa i saludable.

Ateses les característiques intrínseques de la matèria, és necessari continuar prioritant l'aprenentatge vivencial i experimental de comportaments, hàbits, coneixements i capacitats per adquirir que faciliten el fet de mantindre un estil de vida actiu i saludable amb responsabilitat, autonomia i capacitat de gestió per a una vida activa, dins i fora de l'entorn familiar i social.

En aquesta etapa educativa l'alumnat ha d'integrar els hàbits de vida activa, ha de completar el desenvolupament de capacitats físiques i motrius ampliant la participació regular en diferents propostes d'activitats físiques i esportives, tant dins com fora del centre educatiu. Des d'aquesta participació es permet experimentar les sensacions intrínseques a l'esforç i al moviment, així com desenvolupar un sentit crític per a prendre decisions i establir fites reals cap a la millora de la forma física i la salut amb seguretat i cap a l'eficiència.

El focus d'aquesta competència es troba en l'aplicabilitat dels coneixements per a tota la vida, amb un nivell elevat d'autonomia, d'autogestió, i de capacitat d'aprendre, de decidir i d'assumir responsabilitats i compromisos cap a la salut individual i col·lectiva coherents amb la vida fora de l'àmbit educatiu.

En el curs de 2n de Batxillerat, l'alumnat ha de tindre interioritzat el concepte multidimensional, dinàmic i complex de salut física, mental, emocional i social, plantejat des de l'OMS amb la finalitat de garantir una vida saludable de totes les persones, tal com es descriu en els objectius de desenvolupament sostenible (ODS).

Els sabers que es vinculen a aquesta competència en aquest curs són els components físics i fisiològics amb impacte directe en la salut i el benestar, com els relacionats amb els aparells cardiorespiratori, musculoesquelètic, digestiu, i el sistema nerviós, especialment. Això es completa amb els components metabòlics, els processos energètics de les diferents exigències físicomotrius realitzades i l'aplicació de tècniques i mètodes que afavoreixen l'autonomia de l'alumnat, la regulació emocional i la motivació. Cal, a més, respectar la diversitat de pensament, la diversitat física i la diversitat de gènere. En aquest sentit, l'entorn de la pràctica física i educativa ha de ser necessàriament inclusiu per a possibilitar que tot l'alumnat en participe d'aquesta i dels seus beneficis amb els mínims riscos.

Es busca facilitar el desenvolupament competencial d'hàbits i rutines saludables per a l'adolescència i transferibles a la vida adulta. Per aquesta raó, el bon ús de la tecnologia es presenta com a part del procés d'aprenentatge d'aquesta competència, aprofitant aquest recurs per a millorar les pràctiques físicoesportives, motivar la joventut per a implicar-la en el seu procés de millora i que cresca amb actitud crítica per una vida activa.

Aquesta competència específica es relaciona directament amb les altres quatre competències específiques de la matèria quant a la fita general d'aconseguir afrontar els nous reptes que planteja la societat per tal d'adoptar un estil de vida saludable i assentar les bases cap a possibles eixides acadèmiques i professionals, a més de consolidar les adquirides en el curs anterior i d'aquesta manera facilitar-ne l'assoliment. Així mateix, el coneixement adquirit amb aquesta competència específica connecta amb les competències clau i especialment amb la competència personal, social i d'aprendre a aprendre, desenvolupant en l'alumnat una personalitat autònoma, adaptabilitat als canvis i capacitat de dirigir aprenentatges, de proposar idees i de resoldre problemes amb autonomia.

10.2. Competència Específica 2

Planificar i promoure situacions físicoesportives aplicant els elements tècnics, tàctics i reglamentaris adients.

10.2.1. Descripció de la competència

Aquesta competència permet a l'alumnat elaborar programes d'educació física relacionats amb l'activitat física i l'esport per a contribuir a millorar la capacitat de lideratge de projectes motors en diferents contextos relacionats amb una vida sana i activa, la qual cosa permet exercitar els atributs i habilitats de lideratge i aprofundir en la comprensió de les dinàmiques de grup i en l'aplicació d'habilitats de treball en equip.

A través d'aquesta competència, l'alumnat demostra una comprensió de la importància social i cultural que té l'activitat física i l'esport com a recurs útil en la seua vida, analitza els problemes socials actuals associats i reflexiona sobre els beneficis individuals i socials de la participació en activitats físiques i esportives. D'altra banda, és important el treball de la planificació i coordinació d'esdeveniments esportius, així com la comprensió dels procediments de seguretat necessaris per a la prevenció de lesions, de manera que es contribueix al creixement i al desenvolupament dels agents implicats.

Un aspecte clau d'aquesta competència és la demostració de la capacitat d'ajudar els altres a desenvolupar i a implementar aquests tipus d'activitats motrius en la seua vida quotidiana. Es tracta que l'alumnat dispose dels recursos necessaris per a ser crítics enfront de les pràctiques físiques i esportives que tinguen efectes negatius per al seu benestar físic, mental i social, i que siga capaç de crear un clima motivacional adequat perquè es despleguen identitats actives i es produeix un canvi favorable en els coneixements i valors bàsics dels participants relacionats amb

la pràctica d'activitat física. Aquests tipus de propostes contribueixen a desenvolupar la capacitat de l'alumnat d'avaluar les seues capacitats físiques i el seu comportament relacionant-les amb el seu estil de vida.

Es pretén que, a través de la planificació i l'organització d'activitats motrius relacionades amb els jocs i amb els esports individuals, col·lectius i d'adversari, l'alumnat incorpore els elements de la cultura motriu que l'envolta, incorpore aspectes de crítica social i de compromís ètic amb la igualtat i la cohesió social en què el diàleg i la pluralitat de valors i idees contribueixen a una interacció dialogada i es rebutge tota classe de discriminació i violència.

Aquesta competència desenvolupa aprenentatges relacionats amb la presa de decisions i amb la seqüenciació d'accions motrius, adaptant les habilitats específiques a les exigències canviants dels diferents jocs i esports. A més, l'organització i planificació d'esdeveniments esportius permet a l'alumnat anar més enllà de la simple pràctica esportiva i desenvolupar un rol proactiu que transforme el seu context social més pròxim per a fomentar la difusió de les diferents manifestacions esportives. Aquestes pràctiques motrius estan al servei d'una convivència democràtica i d'una resolució dialogada dels conflictes mitjançant l'intercanvi cooperatiu i respectuós d'informació cuidant la relació interpersonal i adoptant un punt de vista creatiu i crític en la construcció del nou coneixement. La selecció d'aquestes propostes està condicionada per les característiques i els interessos de l'alumnat i pel context pròxim, així com pels aspectes culturals de les activitats motrius implicades i per la possibilitat de reutilitzar-les dins dels projectes que es realitzen.

Aquesta competència específica s'interrelaciona amb les altres quatre competències específiques de la matèria i especialment amb la tercera competència específica relacionada amb l'esport com a manifestació de la cultura motriu. A més a més, el coneixement relacionat amb aquesta competència específica connecta amb les competències clau i especialment amb la competència personal, social i d'aprendre a aprendre, la qual cosa hauria de desenvolupar en l'alumnat una personalitat autònoma per a gestionar constructivament els canvis i fomentar la participació social. Addicionalment, contribueix a l'assoliment de la competència clau emprenedora i possibilita la creació d'idees innovadores i de presa de decisions, amb sentit crític i ètic, aplicant coneixements tècnics i estratègies específiques, per a considerar tant les experiències d'èxit com les de fracàs com oportunitats per a aprendre.

10.3. Competència Específica 3

Analitzar i promoure projectes de naturalesa artisticoexpressiva amb l'ús del cos i el moviment com a elements comunicatius de la cultura motriu.

10.3.1. Descripció de la Competència

Aquesta competència consisteix a dominar autònomament les capacitats comunicatives assolides durant l'etapa d'ESO i el primer curs de Batxillerat. La comunicació no és només una interacció amb l'entorn, sinó que implica una gran varietat d'habilitats i valors alguns dels quals s'han adquirit en els cursos anteriors, de manera que en aquest curs cal dur a terme propostes de més complexitat que impliquen una perspectiva reflexiva, crítica i responsable. Es continua amb aprenentatges que ajuden al desenvolupament integral de l'individu, ja en l'últim estadi abans de la vida adulta. Per això, aquesta competència implica la unió de l'educació emocional i l'expressió corporal a través de pràctiques corporals artístiques que centren els objectius en les experiències motrius vivenciades i en la consolidació d'hàbits de salut, en el sentit més ample. Per aquest camí es continua un treball de consciència, percepció, domini del llenguatge i gestió de les emocions, a través de situacions variades i obertes, i es col·labora així en una relació directa amb les competències clau de comunicació lingüística, social i ciutadana i d'aprendre a aprendre.

Aquests continguts més elaborats són els que impliquen un pas més cap a la creació i l'autonomia per a desenvolupar elements artístics. Segon de Batxillerat implica un tancament d'etapa en què l'alumnat tindrà l'oportunitat de mostrar i evolucionar en la seua capacitat expressiva i comunicativa de manera que pugui desenvolupar-se plenament per a començar el següent cicle acadèmic o laboral, o en la vida adulta en general.

L'Educació Física tancarà un cicle de desenvolupament de les capacitats de caràcter cognitiu, motor i de les habilitats socials i afectivomotivacionals. D'aquesta manera, l'alumnat de segon de Batxillerat hauria de ser capaç, no sols de gestionar les seues emocions i de mostrar les seues habilitats socials, sinó d'actuar per a resoldre conflictes de manera dialogada i madura, mostrant accions i actituds de coneixements dels factors socials, econòmics i culturals que formen els valors universals, respectant i fent respectar la diversitat.

L'alumnat de segon de Batxillerat ja té un bagatge competencial i de requeriments adaptatius que conformen la seua personalitat i les seues motivacions cap al futur.

Aquesta competència específica s'interrelaciona amb les altres quatre competències específiques de la matèria i especialment amb la segona competència específica relacionada amb els jocs i esports. De la mateixa manera, el coneixement relacionat amb aquesta competència específica connecta amb les competències clau i especialment amb la competència en consciència i expressió culturals i investiga les especificitats i intencionalitats de les manifestacions artístiques i culturals del patrimoni, analitzant els seus llenguatges i elements i seleccionant diverses tècniques corporals per al disseny i la producció de propostes artístiques i culturals. Addicionalment,

contribueix a l'assoliment de la competència clau personal, social i d'aprendre a aprendre i mostra sensibilitat cap a les emocions i experiències dels altres, i també a la competència en comunicació lingüística participant en interaccions comunicatives amb actitud cooperativa i respectuosa.

10.4. Competència Específica 4

Dissenyar, adoptar i valorar actuacions que fomenten estils de vida saludables i sostenibles amb seguretat i ecoresponsabilitat dirigides a transformar i millorar l'entorn natural i urbà.

10.4.1. Descripció de la competència

Aquesta competència implica la consolidació dels aprenentatges i coneixements adquirits per l'alumnat en l'etapa de l'Educació Secundària Obligatòria i del primer curs de Batxillerat relacionats amb el desenvolupament d'estils de vida saludables i sostenibles aplicant principis d'ètica ambiental i de seguretat que tenen impacte en la comunitat i l'entorn.

Aquesta consolidació s'aborda des d'una perspectiva crítica, reflexiva i ecoresponsable, en la qual l'alumnat de Batxillerat no solament dissenya i implementa actuacions per a preservar l'entorn natural i urbà mentre duu a terme activitats físiques i esportives que poden incloure en el seu temps d'oci, sinó que també en valora l'impacte en la societat.

Per a l'assoliment d'aquesta competència, s'han d'establir pautes de disseny, organització i implementació d'activitats físiques i esportives adaptades al medi aplicant principis de sostenibilitat i responsabilitat social que redueixen l'impacte ambiental, com per exemple reduir els residus i fomentar-ne la recollida. En aquest sentit, s'adoptaran protocols relacionats amb la protecció de l'entorn i amb els principis de prevenció, seguretat i activació dels serveis d'emergència. A més a més, es continuen desenvolupant les competències específiques i aprofundint en els corresponents sabers adquirits assolits en les etapes educatives anteriors i relacionats amb la mobilitat activa i sostenible, amb el consum responsable i amb l'alimentació saludable.

Amb l'assoliment d'aquesta competència es desenvolupa de manera integral el perfil d'eixida de l'alumnat, que augmenta la seua autonomia personal i social en la planificació, gestió i pràctica d'activitat física i esportiva en entorns naturals i urbans, ampliant i aprofundint en les competències relacionades amb estils de vida saludables i sostenibles treballades en cursos anteriors.

Aquesta competència específica s'interrelaciona amb les altres quatre competències específiques de la matèria, especialment amb la CE1, relacionada amb la millora de la salut i l'assoliment d'estils de vida saludables i sostenibles.

Així mateix, el seu desenvolupament contribueix a l'assoliment de les competències clau i destaca significativament la relació amb la competència clau matemàtica i en ciència, tecnologia i enginyeria, emprenent accions amb evidència científica per a preservar la salut física i mental i el medi ambient, practicant el consum responsable i transformant l'entorn de manera sostenible, i

també amb la competència personal, social i d'aprendre a aprendre contribuint a adoptar una vida saludable i sostenible orientada al futur.

10.5. Competència Específica 5

Explorar i planificar actuacions i projectes futurs en els àmbits personal, laboral i acadèmic relacionats amb l'activitat física, l'esport i l'oci actiu, mitjançant experiències viscudes i l'ús de les noves tecnologies.

10.5.1. Descripció de la competència

La pràctica en general, la visita d'espais de relació amb el món de l'activitat física i l'esport, i l'acompanyament que durant tota l'ESO i el Batxillerat ha seguit el nostre alumnat a la recerca d'una identitat pròpia de la seua cultura motriu ajuden a aconseguir aquesta competència. A més, l'ús de la tecnologia pot ser facilitadora d'aquest fet i millorar la gestió, la recerca i cura de continguts, i la comparativa i estadística en l'àmbit laboral i acadèmic.

La competència contribueix a completar el perfil d'eixida de l'alumnat que marca la LOMLOE quant al Batxillerat i fa un pas avant respecte al curs anterior planificant i avaluant de manera directa i indirecta les diferents fonts d'informació, accions i pràctiques que marquen fites reals per als seus objectius futurs al món de l'activitat física, l'esport o una Educació Física per a tota la vida, fet que consolida en contextos locals i globals el sentit crític i ètic que han après durant l'Educació Obligatoria i el primer curs de Batxillerat.

Aquesta competència específica s'interrelaciona especialment amb les altres quatre CE i consolida les adquirides en el curs anterior, la qual cosa en facilita l'assoliment. Especialment amb la CE1 relacionada amb l'oportunitat que comporta la planificació saludable de l'activitat física en diferents àmbits professionals, així com la possibilitat de planificar una millora de la condició física, ja que és un requisit laboral en alguns casos, tant en el funcionariat com en l'empresa privada. Hi ha una relació especialment significativa amb la CE2 en entendre l'esport com a element que abasta quasi totes les esferes de la nostra societat, en el cas del món laboral això és evident. A més, el coneixement relacionat amb aquesta competència específica connecta amb les competències clau i especialment contribueix a l'assoliment de la competència clau emprenedora, i d'aquesta manera possibilita la creació d'idees innovadores a l'hora de prendre decisions, amb sentit crític i ètic, aplicant coneixements tècnics i estratègies específiques i considerant tant les experiències d'èxit com de fracàs com oportunitats per a aprendre.

Amb la planificació i col·laboració real dins i fora del centre, en esdeveniments esportius o en visites a empreses i instal·lacions relacionades amb l'activitat física, esport i l'oci actiu, l'alumnat pot acumular i consolidar experiències per a millorar el pensament crític, des d'un punt de vista inclusiu, de comerç just, sostenibilitat, i altres temes de transcendència social que l'ajuden a orientar-se cap a una autonomia personal, en una visió propedèutica, o directament cap al món laboral.

11. SABERS BÀSICS 2n BATXILLERAT

L'assoliment de les competències específiques presentades en l'apartat anterior requereix l'aprenentatge, l'articulació i la mobilització dels sabers que es detallen seguidament i que es presenten organitzats en quatre blocs atenent la naturalesa i l'estructura interna de l'Educació Física.

11.1. Descripció dels blocs.

Bloc 1	Vida activa i saludable
Aquest bloc aborda els tres elements bàsics que integren el concepte de salut segons l'OMS: salut física, mental i social.	

Bloc 2	Organització i gestió de l'activitat física
Els sabers d'aquest bloc de continguts tenen a veure amb la gran varietat d'experiències motrius desenvolupades a través de jocs i esports i les seues capacitats condicionals així com amb la planificació, organització i mesures preventives en la pràctica física. El bloc se subdivideix en mesures preventives i de seguretat, eines digitals per a la gestió de l'activitat física, jocs i esports, i aprofitament del temps d'oci mitjançant el joc.	

Bloc 3	Manifestacions de la comunicació i de la cultura motriu.
Aquest bloc té com a focus les formes de gestió de conflictes, la identificació dels sentiments per a la regulació emocional, el coneixement de les respostes comunicatives del propi cos davant de diferents missatges i contextos emocionals i l'aprofundiment dels coneixements relacionats amb les manifestacions artisticoexpressives i l'esport des d'una perspectiva social i cultural. El bloc se subdivideix en gestió emocional i habilitats comunicatives, elements comunicatius i cultura artisticoexpressiva, i cultura motriu tradicional i esport com a manifestació cultural.	

Bloc 4	Interacció eficient i sostenible amb l'entorn
Aquest bloc inclou els sabers relacionats amb la promoció i participació en activitats físicoesportives en entorns naturals i urbans, amb una interacció segura i sostenible, reduint l'impacte ambiental i desenvolupant actuacions dirigides a la conservació i millora d'aquests contextos. En aquest bloc s'inclouen també els sabers relacionats amb l'alimentació saludable i sostenible, el consum responsable i la mobilitat activa i segura.	

11.2. Subblocs i grups.

BLOC 1. Vida activa i saludable CE1, CE3, CE4, CE5
Subbloc 1.1. Salut física
Grup 1. Característiques de les activitats físiques saludables
Mètodes d'avaluació i autoavaluació de les capacitats físiques i coordinatives per a la millora personal i l'accés laboral.
Actituds, hàbits posturals i ergonomia.
Programes d'activitat física (FITT-PV). Sistemes d'entrenament.
Tecnologies facilitadores de l'avaluació i anàlisi fisiològica de l'exercici físic.
Grup 2. Cura del cos
Mites i falses creences de l'activitat física, l'esport, la nutrició i altres continguts relacionats amb la cura del cos en altres àmbits.
Mètodes i tècniques de recuperació de lesions i l'esforç.
Subbloc 1.2. Salut social
Actuacions de prevenció del consum de tabac, alcohol, altres drogues i la ludopatia associada a l'esport.
Diversitat, perspectiva de gènere i inclusivitat al món de l'esport, l'activitat física i l'oci actiu.
Ajudes ergogèniques legals i dopatge.
Subbloc 1.3. Salut mental
Grup 1. Mètodes i tècniques de relaxació i meditació
Mètodes de relaxació i estiraments.
Tècniques de meditació.
Hàbits de descans.
Valoració de l'activitat física i l'esport com a components resolutius d'estats depressius.

Grup 2. Ús i abús de la tecnologia

Autogestió del temps d'ús de la tecnologia per a la millora de la salut.

Hàbits de correcció en relació amb la netiqueta aplicada a l'activitat física i a l'esport.

BLOC 2. Organització i gestió de l'activitat física

CE1, CE2, CE4, CE5

Subbloc 2.1. Mesures preventives i de seguretat

Protocols, normes de seguretat i tècniques per a la prevenció i actuació en una situació d'emergència en les nostres pràctiques i en la vida quotidiana.

Política crítica i sostenible sobre la gestió de materials i espais per a la pràctica física i esportiva.

Subbloc 2.2. Eines digitals per a la gestió de l'activitat física

Actitud proactiva respecte a l'ús de la tecnologia relacionada amb el moviment, l'activitat física, l'esport i la salut, en diferents entorns d'aprenentatge digital: planificació, control i anàlisi. Creació i cura de continguts.

Eixides professionals relacionades amb l'Educació Física.

Subbloc 2.3. Jocs i esports

Jocs i esports individuals, col·lectius i d'adversari.

Jocs i esports inclusius.

Organització i assistència a esdeveniments o jornades esportives, tornejos i competicions esportives.

Normativa i reglament esportiu

Rols esportius: àrbitre/a, organitzador/a, entrenador/a, practicant, espectador/a i altres.

Valors esportius i olímpics.

Activitats i dinàmiques d'animació sociocultural.

BLOC 3. Manifestacions de la comunicació i de la cultura motriu

CE1, CE2, CE3, CE4, CE5

Subbloc 3.1. Gestió emocional i habilitats comunicatives

Grup 1. Gestió emocional

Control i gestió d'emocions. El diàleg i la mediació.

Tècniques corporals de regulació física i emocional.

Grup 2. Habilitats comunicatives

Habilitats comunicatives: escolta activa, negociació, assertivitat i comunicació efectiva.

Gestió de grups: estil de lideratge, organització i dinamització de grups.

Subbloc 3.2. Elements comunicatius i cultura artisticoexpressiva

Elements comunicatius, cultura i contracultura.

Muntatges i intervencions artisticoexpressives.

Arts escèniques.

Activitats i arts circenses.

El ritme i el cos en moviment. Dansa i ball.

Expressió corporal i les seues aplicacions.

Subbloc 3.3. Cultura motriu tradicional

Contribucions de l'esport a la inclusió

La Pilota Valenciana com a bé d'interés cultural. Pilota com a esport professional.

Intervencions en el desenvolupament esportiu local.

BLOC 4. Interacció eficient i sostenible amb l'entorn

CE1, CE4, CE5

Subbloc 4.1. Iniciatives i activitats saludables i sostenibles en l'entorn.

Evidència científica dels beneficis de la pràctica física i esportiva en el medi natural.

Mesures per a reduir la petjada de carboni en activitats a l'aire lliure.

Transport actiu, segur i sostenible.

Oportunitats de l'entorn per a l'oci actiu, segur i sostenible. Promoció i usos creatius.

Prevenició de riscos en la pràctica fisicoesportiva en entorns naturals i urbans. Protocols d'emergència, primers auxilis i supervivència.

Propostes de millora de la salut i la sostenibilitat amb impacte en la comunitat i en l'entorn.

Riquesa natural i topogràfica de l'entorn.

Subbloc 4.2. Alimentació saludable i sostenible

Consum responsable: perspectiva crítica i alternatives saludables i sostenibles.

Hàbits nutricionals saludables i sostenibles.

Nutrició esportiva.

Subbloc 4.2. Alimentació saludable i sostenible

Tecnologia i aplicacions facilitadores de la pràctica física i esportiva al medi natural, urbà i en el temps d'oci.

12. SITUACIONS D'APRENTATGE 2n BATXILLERAT

Les situacions d'aprenentatge han de preveure el conjunt de competències específiques, així com la interrelació dels sabers bàsics que hi té associats. Aquest enfocament és clau per a crear situacions que permeten treballar simultàniament competències específiques relacionant-les entre si. També han de facilitar l'evocació de coneixements anteriors per a la seua consolidació i l'adopció d'hàbits en les pràctiques que se'n deriven.

Per tal de promoure l'adquisició i el desenvolupament de les competències específiques formulades, les situacions d'aprenentatge han de tindre les característiques i complir els criteris següents:

Ser significatives per a l'alumnat. Per aquest motiu, en el seu disseny s'ha de tindre en compte que l'alumnat siga conscient del seu grau inicial d'expertesa. A més, s'establiran connexions

entre els seus coneixements, les habilitats, les experiències, les actituds i els valors, i es promourà que aprenguen de manera efectiva a vincular-los i a aplicar-los en diferents contextos d'aprenentatge de manera significativa i contextualitzada. En aquest sentit, cal assenyalar que no és el mateix partir dels interessos de l'alumnat que connectar el que es pretén ensenyar amb els interessos de l'alumnat. Fer-ho d'aquesta manera afavoreix la relació de les tasques amb els coneixements, habilitats i valors de la societat actual, al mateix temps que amplia i ajusta les seues formes actuals de pensar i d'actuar. La variabilitat metodològica adaptable, mitjançant una avaluació continua del procés, facilita aquesta tasca i ajuda a fer que l'alumnat desenvolupe al màxim el seu potencial.

Ser funcionals i transferibles a la vida quotidiana de l'alumnat, a més d'orientar-se cap a les seues necessitats futures. Les situacions es dissenyaran des d'una perspectiva de funcionalitat, de manera que l'alumnat siga capaç de plantejar-se preguntes més enllà del context escolar i gaudisca de les emocions generades per la superació personal, fet que li fa plantejar-se qüestions més profundes i estimulants que li permeten adaptar el contingut après a noves situacions i reflexionar sobre les seues causes i efectes. Aquest tipus de situacions desenvolupen en l'alumnat la capacitat d'aplicar i transferir els aprenentatges a diversos contextos de l'àmbit escolar i social. Les situacions d'aprenentatge connectades a la vida quotidiana de l'alumnat ajuden a mantindre el seu interès i això condueix a una millora de l'aprenentatge. Aquesta transferibilitat de l'aprenentatge, juntament amb l'augment del nivell de desenvolupament competencial, permetrà a l'alumnat respondre preguntes i resoldre els problemes i reptes amb sentit crític en diferents contextos.

Implicar cognitivament l'alumnat, la qual cosa fomenta l'autonomia, la creativitat i augmenta la seua capacitat de produir idees resolutives i innovadores. S'entén la creativitat com la necessitat reflexiva de donar solucions alternatives a un problema o d'acostar-nos-en a la resolució. Aquest procés reflexiu permet abordar futurs desafiaments i dificultats quotidianes i, juntament amb actituds resilients, afavoreix la capacitat de gestió emocional. El treball del pensament crític mitjançant situacions d'aprenentatge que impliquen la resolució de problemes per a la mobilització de sabers de manera individual o en equip promou una ciutadania activa i desperta, necessària en l'àmbit de l'Educació Física en la lluita contra els mites i els pseudoexperts. També la tecnologia pot ser facilitadora a l'hora de plantejar tasques competencials. L'alumnat té l'oportunitat d'interactuar, compartir i debatre fent una cura prèvia de continguts i, el que és més important, aprenent a gestionar-ne el bon ús.

Millorar la pràctica autònoma, potenciant la capacitat de raonament de l'alumnat, plantejant-li tasques i propostes que el porten a prendre decisions, a reflexionar i a resoldre problemes a partir de la interpretació de la informació. Aquest tipus de situacions ha d'incentivar capacitats relacionades amb l'autoreflexió i el pensament crític que li permeten en el futur prendre les decisions adequades per a la vida. Per això, s'han de provocar situacions en què l'alumnat haja de revisar i

reflexionar com està conduint els seus aprenentatges. En aquest sentit, és necessari que hi haja moments i situacions per a guiar i acompanyar activament el seu progrés i poder proporcionar-li més informació de la que s'espera, o en quin grau ha de fer determinada tasca o mostrar determinat comportament. Amb aquesta finalitat es facilitaran els recursos i instruments necessaris per a l'acompliment dels indicadors de resolució dels criteris d'avaluació.

Ser flexibles, tant des del punt de vista del temps com del material necessari per a desenvolupar-les, de manera que el procés educatiu es pugui adaptar als canvis i imprevistos del dia a dia en un centre educatiu. L'atenció al ritme individual de l'alumnat en el procés d'aprenentatge implica en bona mesura aquesta flexibilitat. Com a marc general de les situacions d'aprenentatge, amb l'objectiu d'atendre la diversitat d'interessos i necessitats de l'alumnat, s'incorporaran els principis del disseny universal, assegurant-nos que no hi haja barreres que impedisquen l'accessibilitat física, cognitiva, sensorial i emocional per a garantir la seua participació i l'aprenentatge.

Fomentar la capacitat d'autoeficàcia de l'alumnat. L'augment d'aquest sentiment de competència es fomenta a través de nous reptes i activitats amb més grau de dificultat. A mesura que l'alumnat avança en la pràctica se li proporcionen o retiren progressivament les ajudes i la situació es fa cada vegada més exigent. Aquesta progressiva eliminació de les ajudes, juntament amb el reforç informatiu i les oportunitats de rebre suport al llarg del procés, manté l'alumnat en un nivell de desafiament òptim, a mesura que progressa en el desenvolupament competencial. Cal recordar també que l'entorn d'aprenentatge ha de ser segur, tant des d'un punt de vista físic com emocional, més encara si cal en una matèria com Educació Física, ja que aquest aspecte és una condició prèvia perquè es produïska l'aprenentatge efectiu.

2n BATXILLERAT: CAROLINA RESCALVO GALAVÍS I BEGOÑA ALONSO HERMOSA

2n BATX Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'avaluació	Sabers Implicats	Activitats d'avaluació
PRIMERA AVALUACIÓ	0. Reptes i Jocs Cooperatius	CE 2	CAV 5.2.1 CAV 5.2.2	BLOC 1 SUBBLOC 1.2	1. Resolc de manera cooperativa diferents reptes aportant al grup les meues habilitats i idees d'una manera respectuosa i empàtica.
		CE 3	CAV 5.2.3 CAV 5.3.2	BLOC 3 SUBBLOC 3.1	2. Coopere i mostre interés a superar els reptes, aportant idees i ajudant als seus companys, acceptant, en tot moment, les normes.
	1. Condició física: Fitness en sala polivalent	CE 1	CAV 5.1.1 CAV 5.1.2 CAV 5.1.3	BLOC 1 SUBBLOC 1.1 SUBBLOC 1.2	3. Adapte i practique les capacitats físiques relacionades amb la salut: força general, resistència aeròbica i flexibilitat.
		CE 4		SUBBLOC 1.3	4. Adopte una postura corporal correcta durant la pràctica d'activitats físiques a la sala polivalent i, identifique i corregeixo una mala postura.
		CE 5	CAV 5.4.1	BLOC 2 SUBBLOC 2.1 SUBBLOC 2.2	5. Integre un estil de vida actiu mitjançant la pràctica de l'activitat física i esportiva autoregulada, i l'establiment de connexions entre els hàbits de comportament quotidians i el benestar físic i mental.
			CAV 5.5.1 CAV 5.5.3	BLOC 4 SUBBLOC 4.1	6. Conec els principals perfils de sortida relacionades a l'àmbit físic i esportiu, així com les ofertes esportives que tenim al nostre municipi.
					7. Elabore el meu propi programa d'activitat física saludable aplicant els coneixements adquirits al llarg de les sessions.
	2. Esports d'implement: Tennis taula, Pàdel, Frontó i Tennis.	CE 2	CAV 5.2.1 CAV 5.2.2	BLOC 2 SUBBLOC 2.2	8. Afronte situacions motrius en diferents contextos adaptant els elements tècnics, tàctics i reglamentaris dels esports de raqueta i pala.
		CE 4	CAV 5.4.1 CAV 5.4.2	SUBBLOC 2.3 BLOC 4	

			SUBBLOC 4.1 SUBBLOC 4.3	<p>9. Organitze i adapte diverses activitats motrius d'una forma sostenible amb l'ús de noves tecnologies/App's.</p> <p>10. Reconec l'utilització de les instal.lacions esportives públiques i el seu ús com a medi d'oci.</p>
	CE 2	CAV 5.2.1	BLOC 2 SUBBLOC 2.1	1. Conec l'esport d'esgrima, les seues normes, la dinàmica, l'estructura i els elements fonamentals.
	CE 3	CAV 5.2.2 CAV 5.2.3		
	CE 4	CAV 5.3.1 CAV 5.3.2 CAV 5.4.1	BLOC 3 SUBBLOC 3.2	<p>2. Afronte i adopte nous patrons motrius responent a un nou context d'aprenentatge: posició inicial, guàrdia, desplaçaments, moviments bàsics d'atac i defensa...</p> <p>3. Participe activament, independentment del grau de destresa aconseguit, valorant especialment la iniciativa, la presa de decisions i la interacció amb tots els companys/es.</p> <p>4. Respecte les normes del joc, la cura de la integritat pròpia, dels companys/es i del material, tenint en compte a les característiques dels esports de combat.</p> <p>5. Elabore el meu propi material utilitzant i valorant l'ús de material reciclat per tal de dur a terme l'esport.</p>
	3. En guàrdia! (Esgrima)			
	CE 1	CAV 1.1/1.3		<ul style="list-style-type: none"> - Participar en l'organització d'alguna de les activitats oferides al P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius). - Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar. - Participar en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física.
	CE 2	CAV 2.1/2.2/2.3		
	CE 3	CAV 3.2/3.3		
	CE 4	CAV 4.3/4.4		
	CE 5	CAV 5.1/5.2/5.3		
	Activitats de reforç i ampliació			

2n BATX <i>Avaluació</i>	<i>Situació d'Aprenentatge</i>	<i>Competència Específica</i>	<i>Criteris d'avaluació</i>	<i>Sabers Implicats</i>	<i>Activitats d'avaluació</i>
SEGONA AVALUACIÓ	4. Activitats aquàtiques: CF, estils, Aquagym i Salvament	CE 1	CAV 5.1.2 CAV 5.1.3	BLOC 1 SUBBLOC 1.1	1. Treballe la condició física al medi aquàtic.
		CE 2	CAV 5.2.1 CAV 5.2.3	SUBBLOC 1.2 SUBBLOC 1.3	2. Aprenc a nivell coordinatiu/cognitiu diversos estils de natació en funció del nivell d'experiència i forma física.
		CE 4	CAV 5.4.2 CAV 5.4.3	BLOC 2 SUBBLOC 2.1 SUBBLOC 2.3	3. Conec aspectes bàsics de la seguretat i protocols de socorrisme aquàtic i primers auxilis.
				BLOC 4 SUBBLOC 4.1 SUBBLOC 4.3	4. Conec, practique i aplique diverses activitats aquàtiques amb suport musical: aquagym, aquaeròbic...
		CE 2	CAV 5.2.1 CAV 5.2.2	BLOC 2 SUBBLOC 2.3	1. Conec diverses formes de joc com a medi d'oci utilitzant les habilitats socials per a la resolució de conflictes.
		CE 3	CAV 5.2.3 CAV 5.3.2	BLOC 3 SUBBLOC 3.1	2. Resolc amb èxit diferents situacions de joc aplicant els elements tècnic-tàctics aplicats del joc/esport, fomentant l'esperit de fair play i honestitat i respectant la normativa.
	Activitats de reforç i ampliació	CE 1	CAV 1.1/1.3		- Participar en l'organització d'alguna de les activitats oferides al P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius).
		CE 2	CAV 2.1/2.2/2.3		- Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar.
		CE 3	CAV 3.2/3.3		- Participar en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física.
	CE 4	CAV 4.3/4.4			
	CE 5	CAV 5.1/5.2/5.3			

2n BATX Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'Avaluació	Sabers Implicats	Activitats d'avaluació
TERCERA AVALUACIÓ	6. Organització d'esdeveniments	CE 2	CAV 5.2.1	BLOC 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conec les fases d'organització d'un esdeveniment esportiu: estructura, normativa, difusió, reunió delegats, execució, avaluació... 2. Col·labore en el disseny i l'organització de campionats esportius entre companys/es, acceptant en tot moment les normes. 3. Planifiqui i dirigeix esdeveniments esportius com la Setmana de la Dona, el Dia de l'Esport, els Patis Actius, Lúdics i Inclusius..., portant a terme cadascuna de les fases d'organització, i aportant idees i ajudant a companys/es. 4. Utilitze aplicacions tecnològiques per gestionar els tornejos, lligues, partits... com per exemple: <i>Copa Fàcil, Winner...</i>
			CAV 5.2.2	SUBBLOC 2.1	
		CE 4	CAV 5.2.3	SUBBLOC 2.2	
			CAV 5.4.1	SUBBLOC 2.3	
		CAV 5.5.1	BLOC 4		
		CAV 5.5.2	SUBBLOC 4.1 SUBBLOC 4.3		
	7. ¡Tu cara me suena!	CE 2	CAV 5.2.3	BLOC 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conec i treball la desinhibició mitjançant diverses maneres de comunicar-me: la veu, els moviments i la postura corporal, l'espai, les expressions facials, els gestos, el contacte visual, el tacte... 2. Integre els elements de la comunicació verbal i no verbal a l'hora de representar personatges públics. 3. Elabore i presente, davant els companys/es, un projecte artístic que represente un/s personatge/s escollits i en el que pose en pràctica els elements apresos al llarg de les sessions. 4. Col·labore en la creació d'un audiovisual (making off) que recopile els assajos i situacions importants del procés de creació.
		CAV 5.3.1	SUBBLOC 2.1		
CE 3		CAV 5.3.2	BLOC 3		
		CAV 5.5.2	SUBBLOC 3.1 SUBBLOC 3.2		
		CE 5			

8. Puçol Handball Tour	CE 2	CAV 5.2.1 CAV 5.2.2 CAV 5.2.3	BLOC 2 SUBBLOC 2.1 SUBBLOC 2.2 SUBBLOC 2.3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conec la normativa de l'handbol i resolc amb èxit diversos aspectes tècnics i tàctics, fomentant sempre el treball en equip i la superació personal. 2. Respecte i assumisc els rols assignats a mi mateix, a cada company/a i als rivals i execute, de manera autònoma i responsable, les tasques que em corresponen. 3. Realitze activitats d'oci actiu i sostenible fora del centre promovent accions per a preservar l'entorn i el medi natural i reduir l'impacte ambiental.
	CE 4	CAV 5.4.1 CAV 5.4.2	BLOC 4 SUBBLOC 4.1	
Activitats de reforç i ampliació	CE 1	CAV 1.1/1.3		<ul style="list-style-type: none"> - Participar en l'organització d'alguna de les activitats oferides al P.A.L.I (Patis actius, lúdics i inclusius). - Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar. - Participar en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física.
	CE 2	CAV 2.1/2.2/2.3		
	CE 3	CAV 3.2/3.3		
	CE 4	CAV 4.3/4.4		
	CE 5	CAV 5.1/5.2/5.3		

1. INSTRUMENTS I ACTIVITATS D'AVALUACIÓ

%	Continguts	Instruments	Activitats d'avaluació
30%	Exploració i planificació de situacions fisicoesportives aplicant elements tècnics, tàctics i reglamentaris adequats, utilitzant-les per a promoure actuacions i projectes futurs en l'àmbit personal i acadèmic, mitjançant experiències viscudes i l'ús de les noves tecnologies.	Test, escala de valoració, rúbriques, full de registre	Examen test, treball, formularis, exposicions, examen pràctic (heteroavaluació, coavaluació o autoavaluació), reptes individuals o col·lectius...
70%	Disseny i valoració d'actuacions que fomenten estils de vida saludables i sostenibles amb seguretat i ecorresponsabilitat dirigits a transformar i millorar l'entorn natural i urbà.	Registre anecdòtic Full de control diari (Aules)	Avaluació de la pràctica diària i l'assistència, així com el respecte, participació i interès per l'assignatura.
+10%	Activitats proposades i patis actius	Full de registre	Activitats amb Strava, participació en carreres populars... Participació patis actius.

2n BATX Avaluació	Situació d'Aprenentatge	Competència Específica	Criteris d'avaluació	Sabers Implicats	Activitats "d'avaluació"
PRIMERA AVALUACIÓ	1-Reptes i Jocs Cooperatius	CE 2	C2.1 C2.2	BLOC 1	<p>1- Resolc de manera cooperativa diferents reptes aportant al grup les meues habilitats i idees d'una manera respectuosa i empàtica.</p> <p>2- Coopere i mostre interès a superar els reptes, aportant idees i ajudant als seus companys, acceptant, en tot moment, les normes.</p> <p>3- Adapte i practique les capacitats físiques relacionades amb la salut: força general, resistència aeròbica i flexibilitat.</p> <p>4 -Adopte una postura corporal correcta durant la pràctica d'activitats físiques a la sala polivalent i, identifique i corregeixo una mala postura.</p> <p>5- Integre un estil de vida actiu mitjançant la pràctica de l'activitat física i esportiva autoregulada, i l'establiment de connexions entre els hàbits de comportament quotidians i el benestar físic i mental.</p> <p>6- Conec els principals perfils de sortida relacionades a l'àmbit físic i esportiu.</p> <p>7-Afronte situacions motrius en diferents contextos adaptant els elements tècnics, tàctics i reglamentaris dels esports de raqueta i pala.</p> <p>8-Organitze i adapte diverses activitats motrius d'una forma sostenible amb l'us de noves tecnologies/App's.</p> <p>9-Reconec l'utilització de les instal.lacions esportives públiques i el seu ús com a medi d'oci.</p> <p>-Participar en l'organització d'alguna de les activitats oferides al P.A.L.I (Patis actius, ludics i inclusius)</p> <p>-Realitzar propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar.</p> <p>-Participar en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física.</p>
		CE3	C3.2	BLOC 3	
		CE 1	C1.1 C1.3		
	2-Condició física: Fitness	CE 4	C4.1 C4.3	BLOC 1 BLOC 2	
		CE 5	C5.1 C5.3		
	3-Esports d'implement: Tennis taula, Badminton, palas	CE 2	C2.1 C2.2	BLOC 2	
		CE 4	C4.1 C4.2	BLOC 4	
	4-Activitats de reforç i ampliació	CE 1	C.1.1 C1.3		
		C.E 2	C2.1 C2.2 C2.3		
		C.E 3	C3.2 C3.3		
		C.E 4	C4.3 C4.4		
		C.E 5	C.5.1 C5.2 C5.3		

2n BATX <i>Avaluació</i>	<i>Situació d'Aprenentatge</i>	<i>Competència Específica</i>	<i>Criteris d'avaluació</i>	<i>Sabers Implicats</i>	<i>Activitats d'avaluació</i>
SEGONA AVALUACIÓ	5- Aprenentatge de la tècnica de carrera, salts i marxa mitjançant l'ATLETISME	CE 1	C1.1 C1.2	BLOC 1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconec els aspectes fonamentals per a l'execució correcta i eficient de diverses habilitats motrius bàsiques. 2. Treballa de forma autònoma i dirigida les capacitats físiques adaptades a les disciplines practicades. 3. Organitza competicions esportives de diferents modalitats atlètiques
		CE 2	C1.3 C2.1 C2.2 C2.3	BLOC 2	
	CE 2	C2.1 C2.2 C2.3	BLOC 2	<ol style="list-style-type: none"> 4. Conec diverses formes de joc com a medi d'oci utilitzant les habilitats socials per a la resolució de conflictes 5. Resolc amb èxit diferents situacions de joc aplicant els elements tècnic-tàctics aplicats del joc/esport fomentant l'esperit de fair play i honestitat. 6. Valore la Pilota Valenciana com a part del patrimoni cultural del nostre territori. Conec les principals modalitats i les practique organitzant tornejos de manera autònoma fent ús de d'aplicacions digitals. 	
	CE 3	C3.2 C3.3	BLOC 3		
	3-CE 1	C.1.1 C1.3			
	C.E 2	C2.1, 2.2, 2.3			
	C.E 3	C3.2 C3.3			
	C.E 4	C4.3 C4.4			
	C.E 5	C.5.1 C5.2 C5.3		<ul style="list-style-type: none"> -Participe en l'organització d'alguna de les activitats oferides al P.A.L.I (Patis actius, ludics i inclusius) -Realitze propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar. -Participe en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física. 	
7-Activitats de reforç i ampliació					

2n BATX					
<i>Avaluació</i>	<i>Situació d'Aprenentatge</i>	<i>Competència Específica</i>	<i>Criteris d'Avaluació</i>	<i>Sabers Implicats</i>	<i>Activitats d'avaluació</i>
	8. Esports adaptats	CE 1	C1.1 C1.3	BLOC 1	1. Conec la diversitat integrant diferents manifestacions esportives adaptades. 2. Respecte altres maneres d'actuar, pensar i compartir, amb l'interès per superar els reptes, aportant idees i ajudant a companys/es, acceptant, en tot moment, les normes. 3. Analitze i supere algunes de les barreres a les que s'enfronten les persones amb diversitat funcional
		CE 2	C2.1 C2.3	BLOC 2	
		CE 3	C 3.1 C3.2	BLOC 3	
		CE 5			
	9. Desplaçaments actius i oci: bicicleta+platja	CE 1	C1.2 C1.3	BLOC 1	4-Realitze activitats d'oci actiu i sostenible fora del centre promovent accions per a preservar l'entorn i el medi natural i reduir l'impacte ambiental. 5-Utilitze el medi natural com a recurs per al desenvolupament de diferents activitats físiques i del temps d'oci 6-Treballa la mecànica bàsica de la bicicleta i del seu funcionament. 7-Conec la seguretat i prevenció de riscos a les activitats fora del centre, sobretot les normes de circulació. 8.Conec els mitjans de prevenció i seguretat de les activitats al medi natural, especialment a la muntanya. 9.Realitze activitats d'oci actiu i sostenible fora del centre promovent accions per a preservar l'entorn i el medi natural i reduir l'impacte ambiental. 10.Promoc diverses activitats físiques i motrius en diferents contextos.
		CE 2	C2.2 C2.3	BLOC 2	
		CE 4	C4.1 C4.2 C4.3	BLOC 4	
		CE 5	C.5.1		
	10. Activitats al medi natural: Senderisme, Orientació i Plogging	CE 1	C1.2 C1.3 C2.2 C2.3	BLOC 1 BLOC 2	8.Conec els mitjans de prevenció i seguretat de les activitats al medi natural, especialment a la muntanya. 9.Realitze activitats d'oci actiu i sostenible fora del centre promovent accions per a preservar l'entorn i el medi natural i reduir l'impacte ambiental. 10.Promoc diverses activitats físiques i motrius en diferents contextos.
		CE 4	C4.1 C4.2 C4.3	BLOC 4	
		CE 5	C5.1 C5.2		
	11-Activitats de reforç i ampliació	C.E 1	C.1.1 C1.3		-Participi en l'organització d'alguna de les activitats oferides al P.A.L.I (Patis actius, ludics i inclusius) -Realitze propostes d'activitat física i esportiva fora del centre escolar. -Participi en activitats extraescolars proposades pel departament d'Educació Física.
C.E 2		C2.1 C2.2			
C.E 3		C2.3			
C.E 4		C3.2 C3.3			
C.E 5		C4.3 C4.4 C.5.1 C5.2 C5.3			

1 INSTRUMENTS I ACTIVITATS D'AVALUACIÓ

%	Continguts	Instruments	Activitats d'avaluació
100%	Actituds, participació i assistència	Full de control diari (Aules)	Avaluació de la pràctica diària i l'assistència, així com el respecte, participació i interès per l'assignatura.
+10%	Activitats proposades i patis actius	Full de registre	Activitats amb Strava, participació en carreres populars... Participació patis actius.

13. PROGRAMACIONS D'AULA

Article 22.

Respecte a les programacions d'aula, s'han de tindre en compte les consideracions següents:

1. Cada docent ha d'elaborar i avaluar la programació d'aula de cadascuna de les matèries o àmbits que imparteix per a cada nivell i grup en coherència amb la proposta pedagògica de cada matèria.
2. La programació d'aula és el document on cada docent ha de projectar les intencions educatives en l'organització i desenvolupament de les situacions d'aprenentatge significatives. Estes s'han d'oferir a l'alumnat en el context de la vida quotidiana per tal de donar una resposta educativa ajustada a les característiques, els interessos i les necessitats col·lectives i individuals.
3. En les programacions d'aula, s'han de preveure les adequacions necessàries per a atendre l'alumnat amb necessitat específica de suport educatiu des d'una perspectiva inclusiva i d'acord amb els principis del DUA.
4. La programació d'aula ha d'incloure almenys els elements següents:
 - a) Les situacions d'aprenentatge adaptades a les característiques del grup.
 - b) Els criteris d'avaluació associats a les situacions d'aprenentatge plantejades.
 - c) L'organització dels espais d'aprenentatge.
 - d) La distribució del temps.
 - e) La selecció i organització dels recursos i materials.
 - f) Les mesures d'atenció per a la resposta educativa per a la inclusió.

La programació d'aula que es genera a partir aquests continguts haurà de generar unitats i projectes integrant diversos sabers tant en el mateix bloc com entre els altres, deixant a criteri del professorat l'enfocament d'aquestes manifestacions, a favor d'una Educació Física sensiblement holística, competencial i integrada en la seua vida

14. ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

La resposta educativa inclusiva requereix, d'un conjunt d'actuacions educatives que donen una resposta satisfactòria a la diversitat de l'alumnat, contribuint d'aquesta manera a la igualtat d'oportunitats i de resultats. Ens fa repensar com podem donar resposta a la gran diversitat d'alumnat que tenim a les nostres aules, alumnat que presenten actituds diferents per a l'aprenentatge, diferents motivacions i expectatives, diversitat de capacitats i de ritmes de desenvolupament.

El conjunt del professorat **ha d'assumir la responsabilitat de dissenyar i desenvolupar programacions didàctiques i situacions d'aprenentatge accessibles i ajustades a la diversitat de l'alumnat** en totes les dimensions.

En el disseny i desenvolupament d'un **currículum per a la inclusió**, l'estructura i el contingut del mateix ha de respondre als **principis d'accés, participació i aprenentatge** i per tant en els processos de planificació com en el seu desenvolupament, sempre tindrem present la diversitat de tot l'alumnat així com els següents eixos vertebradors que guiaran la nostra pràctica pedagògica diària:

- a) Estimular la motivació i la implicació de l'alumnat en el seu procés d'aprenentatge i permetre que se senti reconegut i representat.
- b) Aplicar mitjans de representació i d'expressió múltiples i diversos que possibiliten les individualitzacions i personalitzacions per a donar resposta als diferents ritmes d'aprenentatge, motivacions, interessos i circumstàncies de l'alumnat.
- c) Complementar continguts i criteris d'avaluació referents al coneixement, el respecte i la valoració de la diversitat personal, social i cultural, així com a la perspectiva, identitat i expressió de gènere i a la diversitat sexual i familiar existent en la societat, que s'incorporen de manera transversal a totes les àrees, matèries i mòduls del currículum.
- d) Utilitzar metodologies actives i seqüències didàctiques disciplinàries i interdisciplinàries que promouen la interacció, la col·laboració i la cooperació, que facen servir els recursos de l'entorn i que preparen l'alumnat per a la participació social i la inserció laboral.

e) Aplicar processos i instruments participatius d'avaluació de l'alumnat que tinguen en consideració tots els elements que intervenen i influeixen en el procés d'aprenentatge, i que faciliten la planificació de la resposta educativa, la identificació i l'organització dels suports i, en última instància, la titulació de l'alumnat o l'acreditació de les competències assolides, per tal de facilitar la seua inserció sociolaboral.

f) Seleccionar i elaborar materials curriculars i didàctics que promouen la interacció, permeten diversos nivells de participació i aprenentatge, utilitzen opcions múltiples de motivació, representació de la informació i expressió i respecten els criteris d'accessibilitat, igualtat i no-discriminació. Tindrem especialment en compte que els materials curriculars visibilitzen la situació de les dones des de la perspectiva cultural i històrica, que inclouen models de referència i eliminen prejudicis sexistes i discriminatoris.

g) Realitzar les adaptacions de l'àrea, la matèria o el mòdul dels programes específics d'atenció a la diversitat tot prenent com a referència les programacions didàctiques del nivell. Així mateix, en el cas de desenvolupar mesures de nivell IV amb PAP que duguen incloses mesures d'adaptacions curriculars individuals significatives han de tindre com a referència les unitats didàctiques del grup-classe.

Per a donar una resposta inclusiva al grup-classe en tots els nivells de resposta, tal com indica la nostra ordre 20/2019, de 30 d'abril a l'article 14, els equips docents en la programació didàctica elaboraran una **adequació personalitzada de les programacions d'AULA**. Amb la finalitat que tot l'alumnat pugui participar en les activitats del seu grup classe i assolir els objectius i les competències clau de l'etapa, el professorat ha d'adequar les programacions didàctiques als diferents ritmes, estils i capacitats d'aprenentatge.

El marc, a partir del qual programar, que ens permetrà flexibilitzar els mètodes i materials és **el del disseny universal**. Aquest enfocament metodològic en va permetre trencar les barreres d'aprenentatge presents en els processos d'ensenyament perquè tot l'alumnat siguin quals siguin les seues particularitats, puguin accedir en igualtat d'oportunitats a un currículum comú sense la

necessitat de realitzar adaptacions individuals aconseguint d'aquesta manera una educació el més inclusiva possible.

Una estratègia metodològica complementària al marc del disseny universal **és el currículum multinivell** que “És una estratègia metodològica que s'utilitza per a ensenyar uns mateixos conceptes a estudiants que tenen nivells de competència, coneixements i estils d'aprenentatge diferents mitjançant una experiència d'aprenentatge compartida” (González del Yerro, 2017).

Des d'aquesta perspectiva que assumeix la personalització de l'ensenyament, la seua flexibilitat en funció de les característiques personals de cada alumne, eliminarem la necessitat de segregar alumnes perquè seguisquen programes diferenciats i es fa compatible el que es determina en el programa individual d'un alumne (en el nostre cas, el que s'estableix en el seu Pla d'Actuació Personalitzat (PAP) amb les activitats d'ensenyament i aprenentatge dirigides a tot l'alumnat del seu grup classe.

Una altra de les claus fonamentals és considerar i tindre presents les **barreres d'accés** que s'hagen detectat en el nostre grup classe. Ja que les haurem de tindre en compte sempre independentment de la metodologia o estratègia d'ensenyament que utilitzem. **Hem de garantir l'accessibilitat física, sensorial, cognitiva i emocional en el disseny de les nostres activitats d'aula, i en aquesta tasca serà fonamental l'anàlisi de les barreres i fortaleces de cada grup classe i de cada alumne i alumna en particular.**

D' altra banda, l'organització de l'aula, l'eix de la qual és la diversitat, proporciona oportunitats perquè cada alumne i alumna gaudisquen d'un aprenentatge ajustat a les seues capacitats, motivacions i interessos personals a través de propostes metodològiques diverses, i d'un sistema d'avaluació que valore i tinga en consideració les diferències individuals.

En aquest sentit farem especial cura a oferir:

- Varietat d'opcions sobre què i com aprendre, de materials i mitjans (ús de TIC), de formes d'expressió i d'oportunitats per a comunicar l'aprés.
- Diversitat de formes d'organització de l'espai dins de l'aula (mitjançant tallers i racons, ambients, etc.) i del temps i ritme d'aprenentatge (més a qui més ho necessita).

- Riquesa d'estímul i d'espais coordinats d'aprenentatge.
- Disponibilitat per a conèixer tant el coneixement com la identitat de l'alumnat i les seues famílies.
- Abundància d'oportunitats perquè l'alumnat interactue amb els seus iguals, per a pensar junts, dialogar, gaudir i recolzar-se en l'aprenentatge mútuament, en parelles, en xicotets grups o en gran grup.
- Múltiples maneres de contextualitzar el que s'està aprenent a través d'experiències reals i metodologies que promoguen processos d'investigació i experimentació, integrant i aplicant, a problemes de la vida quotidiana, les competències apreses (conèixer, fer i ser).

15. ORIENTACIONS METODOLÒGIQUES

15.1. Metodologia general i específica de l'àrea d'Educació Física. Recursos didàctics i organitzatius.

A) Metodologia General.

En aquest apartat desenvoluparem els principis metodològics que regeixen la proposta pedagògica i els acords recollits a la PGA, i que són:

- **Necessitat de partir del nivell de desenvolupament del subjecte:** Prestar una especial atenció al nivell de desenvolupament motor en relació amb el tipus d'aprenentatge. Serà de vital importància identificar etapes sensibles i crítiques per a desenvolupar els continguts més adequats.
- **Rellevància lògica:** El contingut ha de ser correcte des del punt de vista científic i guardar coherència amb l'estructura interna de la matèria, progressant “del general al particular i del fàcil al complex”.
- **Interessar a l'alumnat:** Les activitats planificades hauran de presentar-se de manera interessant (adaptada als interessos de l'alumnat) i garantir l'èxit de l'alumnat (per exemple, disposant diferents nivells de dificultat).
- **Intensa activitat per part de l'alumnat:** La “Teoria Constructivista” (*Vygotsky, 1934) sosté que el subjecte crea la seua manera de pensar i de conèixer de manera activa, és a dir, mitjançant la interacció entre la informació que ell obté de l'experiència amb les seues estructures anteriors de coneixement.
- **Aprenentatge significatiu.** La “Teoria de l'Aprenentatge Significatiu de *Ausubel” planteja que la modificació dels esquemes mentals de coneixement es produeix gràcies a la comprensió dels nous continguts i no per repetició.

- **Aprentatge funcional.** L'aprenentatge ha de ser aplicable a situacions que es plantegen fora del context escolar. Per a això ha d'existir una contextualització real del currículum.
- Aprentatge compartit: Ha d'afavorir-se el treball per grups, d'ací l'interès de la proposta plantejada en la Proposta Pedagògica d'una organització dels alumnes/as en grups cooperatius. Això redundarà en l'increment del caràcter. Fomentant la socialització i la càrrega actitudinal.

B) Metodologia Específica.

Quan parlem d'Estratègies d'Ensenyament hem de diferenciar entre dos apartats, d'una banda, està el Mètode d'Ensenyament i d'altra banda ens trobem amb l'Estil d'Ensenyament. Basant-nos en la Classificació de Miguel Ángel Delgado Noguera.

Seguint el que ens marca *Muska *Mosston i orientats pels mètodes que hem seleccionat, ens basarem fonamentalment en els estils de Descobriment guiat i Resolució de problemes, tots dos considerats com a estils cognoscitius que afavoreixen i permeten una alta construcció de l'aprenentatge per part de l'alumne. També s'utilitzaran els estils d'Assignació de tasques i Comandament directe en les sessions que ho requerisquen.

A més, a vegades utilitzarem dins de les sessions de les nostres situacions d'aprenentatge, estils participatius com l'ensenyament recíproc o el microensenyament.

Altres metodologies utilitzades a les diferents situacions d'aprenentatge:

- Aprentatge Cooperatiu.
- Aprentatge basat en projectes.
- Aprentatge Servei.
- Flipped Classroom.
- Gamificació.
- Modelo de educación Deportiva.
- Model comprensiu horitzontal.
- Puzle de Aronson.

C) Recursos Didàctics i organitzatius.

Els recursos materials tindran una incidència fonamental bàsicament. Treballarem amb molts tipus d'ells (materials convencionals i alternatius), que incitaran a l'alumne/a l'acció dins de la classe d'Educació Física i els motivarà molt per a aconseguir nous aprenentatges. A l'**Annex 1** de la següent proposta pedagògica es presenta l'inventari de material del departament.

A banda del material del departament, l'alumnat també confeccionarà el seu propi material contribuint a la sostenibilitat amb la utilització de material reciclat. Alguns exemples de material construït per l'alumnat són: malabars, protecció de pilota valenciana, gomes de força, instruments per a jugar a diversos esports alternatius, entre altres.

Altres materials amb possibilitat d'utilització són: Material fungible, Material bibliogràfic i Material didàctic. A través de l'ús de la plataforma Aules es pujarà material teòric, vídeos, articles d'interès, tasques, es desenvoluparan test i exàmens, etc. per a les diferents Situacions d'Aprenentatge Integrades.

D) Normes d'organització a les sessions d'Educació Física

1. Acudir a les classes d'Educació Física: En sonar el timbre del canvi de classe, els alumnes recolliran les seues pertinences i acudirán al vestuari a canviar-se de roba. Acudir passats més de 5 minuts de l'inici de la classe suposarà un retard. Si la classe és després de l'esbarjo o a primera hora del matí, els/les alumnes/as acudirán al gimnàs o a la pista corresponent en sonar la música. En cas d'arribar tard tindran un retard.
2. Vestuari: El vestuari és un espai de canvi de roba i higiene personal, per això estarà totalment prohibit, menjar, beure, jugar a la pilota, barallar-se, o qualsevol altra activitat que interferisca la neteja personal. La indumentària per a la classe d'EF, serà sempre esportiva, amb sabatilles d'esport, calcetins, pantalons curts o llargs, samarreta o dessuadora, segons clima. Les sabatilles s'hauran d'ajustar a la pràctica esportiva i per a evitar lesions hauran de tindre amortiment en el turmell i subjecció en aquest.
3. Gimnàs: L'alumnat que té la classe al gimnàs acudirà directament sempre que el professor/a estigi dins. Haurà d'esperar a la zona exterior del gimnàs si el professor/a no ha arribat. Grimpar i baixar les espatlleres sense permís exprés del professor estarà totalment prohibit. Igual que llançar-se contra els matalassos. Aquesta actitud suposarà una amonestació per part del professorat d'Educació Física.
4. Departament del professorat d'Educació Física: Aquest espai està limitat per a l'ús exclusiu del professor/a d'EF, per tant, està totalment prohibit entrar en el despatx sense el permís exprés del professor/a.
5. Magatzem: El magatzem, igual que el despatx del professor/a està limitada la seua entrada sense el permís exprés del professor/a. En finalitzar la classe, el material esportiu serà guardat en el seu lloc, sense deixar-lo tirat en el gimnàs o en l'entrada del magatzem. Per a això, els/a alumnes/as ajudaran al professor/a en aquest menester.
6. Material didàctic: Tot el material esportiu, serveix per a afavorir el procés d'ensenyament-aprenentatge, per això, no s'haurà d'utilitzar per a distraure's mentre comença la classe o finalitza aquesta. S'haurà de comptabilitzar en finalitzar cada sessió per a evitar extraviaments. Per acord del departament no es presta material esportiu per al seu ús fora de les classes d'EF. Únicament s'utilitzarà material del departament per al desenvolupament dels patis actius, lúdics i inclusius. En el cas que algun material es deteriora o extravia es comunicarà al professor/a. Si es perd o es trenca un material per

una mala utilització del mateix el responsable es farà càrrec de la seua reparació o reposició.

7. Pistes poliesportives: Durant les classes d'EF, tot espai que s'utilitza és una aula més, per tant, totes les normes aplicables al gimnàs les podem aplicar a aquests espais. Les pistes poliesportives són l'aula del departament d'Educació Física, per tant cap alumne del centre pot fer ús d'aquestes en hores lectives i el professorat de guàrdia mai ha de baixar amb l'alumnat. Únicament pot estar a les pistes esportives, en el cas que la guàrdia es du a terme a l'hora d'Educació Física. El professor/a de guàrdia disposa d'una xarxa de pilotes a consergeria amb motiu de poder utilitzar-la. Per a la seua retirada i devolució, ha de signar un registre i comptabilitzar les pilotes. Anotará qualsevol incidència amb el material a la columna corresponent.
8. Elements de seguretat: Els extintors, mànegues contra incendis, portes d'emergència i senyalització d'evacuació són elements de seguretat que ajuden a protegir la integritat física dels usuaris del centre, qualsevol ús indegut serà sancionat.
9. Justificació de faltes: L'assistència a classe és obligatòria havent de justificar-se les absències el primer dia d'incorporació a aquestes, mitjançant el justificant mèdic si la causa ha sigut malaltia, o justificant del pare, mare, tutor o tutora si la causa ha sigut una altra de significativa rellevància, incloent-hi la signatura del qual ho realitza i el número de telèfon. Cas de trobar-se l'alumne o alumna en el Centre i estar impossibilitat per a la pràctica activa en la classe (indisposició, lesió...), haurà d'assistir a classe portant almenys l'equip mínim (samarreta, pantalons, calcetins i sabatilles d'esport) i presentar-se al professor/a romanent en el lloc de la pràctica mentre dura la classe, havent de fer altres tasques que li indicarà el professor/a, sempre el professorat realitzarà una adaptació de la sessió per a l'alumnat lesionat o amb alguna necessitat especial. Tenint en compte que l'Avaluació és un procés continu, la falta d'assistència no justificada tindrà un efecte negatiu sobre la valoració dels processos d'aprenentatge.
A més, s'efectuaran els passos reglamentaris perquè es prenguen les mesures adequades (avisos al professor/a tutor/a, pares o tutors, junta avaluadora, comissió de disciplina, etc.). Els certificats mèdics de l'alumne/a amb algun problema físic que condiciona la pràctica parcial, temporal o total de la classe d'Educació Física, es presentaran durant el primer trimestre de curs, excepte, és clar, si el problema sorgira una vegada avançada la marxa del curs.
10. Presentació de treballs: No s'acceptarà cap treball més enllà del dia establert com a límit a aquest efecte. No haver assistit a classe no justifica la presentació dels treballs fora de termini. Sent obligació de l'alumne/a conèixer la matèria donada, les activitats

proposades, treballs, etc. En la plataforma Aules, el professorat d'Educació Física indicarà la data de lliurament de treballs, tasques, etc. i les dates de diferents proves.

11. Sessions dutes a terme en el Poliesportiu de Puçol: Durant el present curs 2024/2025, en els cursos de 1r i 2n Batxillerat es duran a terme de manera sistemàtica i puntual el desenvolupament de diferents situacions d'aprenentatge per a millorar així la qualitat en l'ensenyament de l'alumnat utilitzant espais que generalment per horari no es poden durar durant l'Educació Secundària Obligatòria.

a. Organització de l'horari en 1r Batxillerat: En aquest cas i aprofitant que des de l'aplicació de la LOMLOE s'ha passat de 2 hores setmanals a 3 hores setmanals, s'estableix el criteri en la confecció d'horaris d'ajuntar de manera correlativa, 2 de les 3 hores setmanals per als 4 grups de l'institut. D'aquesta manera, cada grup realitzarà durant tot el curs i dins de les 2 hores correlatives, les classes d'Educació Física en el poliesportiu municipal. En tindre cada grup horaris diferents, s'estableix el següent:

- i. **1r Batxillerat A**: Dilluns de 08.00 a 09.50. L'alumnat acudeix directament al poliesportiu i a les 09.35 són acompanyats pel professor d'Educació Física. L'alumnat no té permís per tornar al centre en un altre mitjà de transport (a motor o no).
- ii. **1r Batxillerat B**: Divendres de 08.00 a 09.50. L'alumnat acudeix directament al poliesportiu i a les 09.35 són acompanyats pel professor d'Educació Física. L'alumnat no té permís per tornar al centre en un altre mitjà de transport (a motor o no).
- iii. **1r Batxillerat C**: Dijous de 08'00 a 09'50. L'alumnat acudeix directament al poliesportiu i a les 09.35 són acompanyats pel professor d'Educació Física. L'alumnat no té permís per tornar al centre en un altre mitjà de transport (a motor o no).
- iv. **1r Batxillerat D**: Dilluns de 08.00 a 09.50. L'alumnat acudeix directament al poliesportiu i a les 09.35 són acompanyats pel professor d'Educació Física. L'alumnat no té permís per tornar al centre en un altre mitjà de transport (a motor o no).

b. Organització de l'horari a 2n Batxillerat: Amb l'aplicació de la LOMLOE s'ha recuperat l'optativitat d'aquesta matèria, passant de l'oferta opcional amb 2 hores, a l'oferta d'optativa amb 4 hores. A la confecció dels horaris, s'ha intentat fer coincidir aquestes classes abans o després dels patis amb motiu de poder dur a terme el desplaçament a qualsevol altre espai fora del centre educatiu. Principalment, les classes que es duran a terme al poliesportiu o en un altre espai

diferent al centre (platja, poliesportiu, parc de cal·listència, gimnàs...) serà al següent horari:

- i. Dimecres de 14'20 a 15'15. L'alumnat pot ser convocat a les 14'00 a la porta del centre educatiu, amb motiu d'utilitzar el segon temps d'esbarjo per dur a terme el desplaçament al lloc específic i fer la classe.
 - ii. Dijous de 11'15 a 12'10. L'alumnat pot ser convocat a les 10'45 a la porta del centre educatiu, amb motiu d'utilitzar el primer temps d'esbarjo per dur a terme el desplaçament al lloc específic i fer la classe.
- c. Situacions d'aprenentatge específiques a Batxillerat: Hi ha situacions d'aprenentatge a 1r de Batxillerat que suposaran que l'alumne accepti les normes per poder dur-les a terme:
- i. Natació: L'alumnat ha de seguir les normes específiques de la instal·lació. Haurà de portar barret de bany, ulleres i banyador. Qualsevol alumne que no presenta cap justificant que acredite que no pot realitzar la classe al medi aquàtic, li suposarà una valoració negativa en aquesta part de la matèria.
 - ii. Bicicleta: Per poder dur a terme aquesta situació d'aprenentatge, l'alumnat ha de portar la bicicleta a les sessions corresponents. A les sessions que es duen a terme al centre, dos alumnes poden compartir una mateixa bicicleta. Per a la sortida al parc d'educació vial, cada alumne ha de portar la seua bicicleta.

E) Instal·lacions esportives del centre i voltants.

- 2 pistes de futbol sala amb dimensions òptimes, equipades amb les seues respectives porteries. Les porteries estan el procés de ser reposades al llarg del present curs degut al seu mal estat.
- 2 camps de bàsquet pintats al sobre d'una de les pistes de futbol sala amb 4 cistelles.
- Un rocòdrom en una de les parets externes del gimnàs.
- 3 taules de tennis taula a una porxada pròxima al gimnàs.
- Gimnàs cobert amb unes dimensions de 40x20 metres.

F) Instal·lacions utilitzades al Poliesportiu Municipal de Puçol.

- Piscina coberta de 25 metres.
- 2 pistes poliesportives exteriors.
- 4 Frontons.
- Carrer de Pilota Valenciana.
- 3 pistes de tennis.
- Pista Poliesportiva Interior.
- Sala de Musculació.

- Pista d'Esquaix
- Sala Polivalent.

15.2. Activitats i estratègies d'ensenyament-aprenentatge. Activitats complementàries.

A) Activitats

Seguint a Jordi Díaz, les activitats (A) utilitzades seran: **1) A. de desenvolupament:** treball de diferents tipus de continguts propis de la unitat didàctica. **2) A. d'iniciació:** permeten descobrir els coneixements previs dels alumnes/as, les seues necessitats, grau de desenvolupament i coneixement. **3) A. de reforç:** són totes aquelles encaminades a recuperar o a reforçar aspectes concrets. **4) A. d'ampliació:** permeten la possibilitat d'ampliar uns certs aspectes d'aquests continguts. **5) A. d'aprofundiment:** són totes aquelles que es programen amb la intencionalitat d'obrir noves vies de desenvolupament de continguts concrets. **6) A. d'adequació a l'entorn:** el preveure activitats que connecten als alumnes/as amb l'entorn més pròxim proporcionarà un major coneixement i aprofitament dels recursos que aquest ens ofereix. **7) Activitats d'AVALUACIÓ:** es faran treballs teòric – pràctics, exàmens escrits i proves pràctiques de tipus tècnic, físic o expressiu.

B) Estratègia en la Pràctica

Podem distingir tres estratègies diferents d'aplicació en la pràctica: **Global, Analítica i Mixta**, el caràcter de la nostra programació variarà en funció dels objectius que ens plantem en les situacions d'aprenentatge. No obstant això, les estratègies no són úniques pel que també combinarem global - analítica (mixta), global amb **polarització de l'atenció**, global amb **modificació de la situació real**. Treballar de manera global implica presentar les tasques o jocs amb aquest principi fonamental, ampliant la presa de decisions de l'alumne dins de la situació concreta d'aprenentatge; no obstant això, considerem necessari treballar incidint en:

- La modificació de la situació real, perquè ens ajudarà a progressar i a l'atenció a la diversitat.
- Orientar l'atenció cap als aspectes que més interessin en cada activitat.
- També desenvoluparem estratègies analítiques (pura, seqüencial, progressiva) però en menor mesura, centrant-nos abans de res en les estratègies Globals.
- Les estratègies a utilitzar són dinàmiques i han d'adaptar-se a les característiques del grup. Nosaltres plantejarem aquestes estratègies en la Programació Didàctica, però serem conscients de la necessitat d'adaptar-se a les situacions concretes que se'ns planten en les sessions i les característiques concretes dels alumnes/as, per la qual cosa la programació serà oberta i flexible. Abans de res, desenvolupament d'Estratègies Globals.

D'altra banda, resulta convenient utilitzar **estratègies didàctiques variades**, que combinen, de la manera en què cadascun considere més apropiada, les estratègies expositives, acompanyades d'activitats d'aplicació i les estratègies d'indagació.

Les estratègies expositives: Presenten a l'alumnat/a, oralment o mitjançant textos, un coneixement ja elaborat que ha d'assimilar. Resulten adequades per als plantejaments introductoris i panoràmics i per a ensenyar fets i conceptes; especialment aquells més abstractes i teòrics, que difícilment l'alumnat pot aconseguir només amb ajudes indirectes.

Les estratègies d'indagació: Presenten a l'alumnat una sèrie de materials en brut que ha d'estructurar, seguint unes pautes d'actuació. Es tracta d'enfrontar-ho a situacions problemàtiques en les quals ha de posar en pràctica i utilitzar reflexivament conceptes, procediments i actituds per a així adquirir-los de manera consistent. L'ús d'aquestes estratègies està més relacionat amb l'aprenentatge de procediments, encara que aquests comporten al seu torn l'adquisició de conceptes, atès que tracten de posar a l'alumnat en situacions que fomenten la seua reflexió i posen en joc les seues idees i conceptes. També són molt útils per a l'aprenentatge i el desenvolupament d'hàbits, actituds i valors. En les diferents situacions d'aprenentatge plantejades, les estratègies d'indagació es donen en tot el conjunt de les activitats pràctiques desenvolupades, de caràcter motriu o no.

C) ACTIVITATS COMPLEMENTÀRIES I EXTRAESCOLARS

- Ofereixen la possibilitat de donar a conèixer activitats físicoesportives diferents i diverses a les quals entren en la programació del curs: Activitats en la naturalesa, esports alternatius, eixides fora del recinte escolar...
- Fomenten una educació corporal a l'aire lliure que desenvolupa els aspectes lúdics i creatius en la personalitat de l'alumne.
- Ens facilita treballar de manera interdisciplinària amb altres àrees com: Ciències Naturals, Dibuix, Geografia, francès...
- Ajuda a mostrar diferents maneres d'ocupar els moments d'oci dins del camp motriu.
- La nostra proposta **d'ACTIVITATS COMPLEMENTÀRIES I EXTRAESCOLARS** per al curs 2024-2025

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS I COMPLEMENTÀRIES CURS 2024-2025

AVALUACIÓ	1r ESO	2n ESO	3r ESO	4t ESO	1r BATXILLERAT	2n BATXILLERAT
1			Surf/padel surf. Activitats nàutiques a la platja.		Olimpiades Atletisme (Novembre)	Visita per realitzar activitat de Crossfit a TheBoxPz
2	SETMANA BLANCA (13 al 17 gener)	SETMANA BLANCA (13 al 17 gener)	SETMANA BLANCA (13 al 17 gener)	SETMANA BLANCA (13 al 17 gener)	SETMANA BLANCA (13 al 17 gener)	SETMANA BLANCA (13 al 17 gener)
	JORNADES DONA I ESPORT (Març)	JORNADES DONA I ESPORT (Març)	JORNADES DONA I ESPORT (Març)	JORNADES DONA I ESPORT (Març)	JORNADES DONA I ESPORT (Març)	JORNADES DONA I ESPORT (Març)
	Pilota a l'Escola (data a determinar per la FPV)	1ª proposta: Eixida de senderisme a la Serra Calderona (tots els segons).				
3	Dia Blau Escoles Borriana (29-30 abril)			Cursa d'orientació esportiva a El Puig (Maig)	Trail No competitiu Intercentres – 30 d'abril	
	DÍA DE L'ESPORT Jornada amb coles	DÍA DE L'ESPORT Jornada amb coles	DÍA DE L'ESPORT Jornada amb coles	DÍA DE L'ESPORT Jornada amb coles	DÍA DE L'ESPORT Jornada amb coles	DÍA DE L'ESPORT Jornada amb coles
		Eixida caminant a la mar per a realitzar <u>jocs i esports a la platja.</u>			Ruta en bici al parc d'educació vial de Rafelbunyol (Maig)	Jornada Handbol Platja a la platja de Puçol en bici

16. AVALUACIÓ DE L'ALUMNAT

16.1. Criteris d'avaluació

16.1.1. E.S.O

Els criteris d'avaluació s'exposen en relació a cadascuna de les cinc competències específiques de la matèria, i s'organitzen a la seua vegada en una estructura que recull una gradació on l'alumnat ha d'assolir aquests al finalitzar els dos primers cursos i els dos últims.

COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 1: Integrar un estil de vida actiu mitjançant la pràctica de l'activitat física i esportiva autoregulada, i l'establiment de connexions entre els hàbits de comportament quotidians i el benestar físic i mental

2n ESO	4t ESO
1.1. Utilitzar els recursos del seu entorn relacionats amb l'activitat física, l'alimentació i el benestar personal, aplicant propostes bàsiques de millora de la salut física, mental i social.	1.1. Seleccionar i utilitzar diferents recursos de l'entorn relacionats amb l'activitat física, l'alimentació i el benestar personal posant-los al servei de la salut física, mental i social.
1.2. Aplicar els coneixements anatomicofisiològics adquirits a la creació d'un pla de manteniment i millora de la condició física personal.	1.2. Dissenyar un pla específic de millora de la condició física aplicant mètodes i sistemes de desenvolupament físic adaptats a les característiques individuals i de l'entorn.
1.3. Relacionar l'estil de vida actiu amb els efectes positius sobre la salut i la imatge personal amb les activitats físicoesportives, identificant les conductes de risc.	1.3. Adoptar un estil de vida actiu amb els seus efectes positius sobre la salut, la imatge personal i les activitats físicoesportives, identificant les conductes de risc i aplicant diferents tècniques per a compensar les tensions pròpies de la vida quotidiana.

COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 2: Resoldre amb èxit diferents reptes i situacions motrius a través de propostes físiques i esportives específiques aplicant les tècniques, tàctiques i estratègies de joc adients.

2n ESO	4t ESO
2.1. Participar activament i col·laborar en jocs i activitats fisicoesportives practicant el respecte, la tolerància i el treball en equip.	2.1. Participar activament i col·laborar en l'organització de jocs i activitats fisicoesportives afavorint el respecte, la tolerància i el treball en equip.
2.2 Resoldre amb èxit situacions reals de competició i cooperació senzilles a través de l'aplicació d'habilitats motrius específiques i d'estratègies.	2.2 Resoldre amb èxit diferents situacions reals de competició i cooperació a través de l'aplicació d'habilitats motrius específiques i d'estratègies, fomentant l'autogestió de la pràctica d'activitat física i esportiva.
2.3. Reconèixer els aspectes culturals i socials que envolten el fenomen esportiu prenent consciència dels seus valors positius i dels aspectes que generen desigualtat en diferents contextos d'actuació.	2.3. Valorar críticament els aspectes culturals i socials que envolten el fenomen esportiu sent conscients dels seus valors positius i dels aspectes que generen desigualtat en diferents contextos d'actuació.

COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 3: Participar en processos de creació de naturalesa artisticoexpressiva mitjançant l'ús del cos, el gest i el moviment com a mitjans d'autoconeixement per a expressar idees i sentiments.

2n ESO	4t ESO
3.1. Crear situacions comunicatives amb el gest, el cos i el moviment corporal, mitjançant models i amb creativitat.	3.1. Explorar i generar situacions comunicatives amb el gest, el cos i el moviment corporal.
3.2. Produir moviments creatius amb suport musical, combinant ritmes i segment corporals i mostrant fluïdesa, desinhibició i autoconfiança.	3.2. Ampliar la qualitat i experiència quant a la creativitat relacionada amb el moviment, especialment amb suport musical combinant ritmes i segments corporals i mostrant fluïdesa, desinhibició i autoconfiança.

3.3. Crear i participar en muntatges artístics col·lectius comunicant idees, sentiments i emocions.	3.3. Dissenyar i participar en projectes artístics multidisciplinaris com a mitjà de comunicar idees, sentiments i emocions.
---	--

COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 4: Interaccionar de manera sostenible amb el patrimoni natural i cultural mitjançant activitats físiques i artisticoexpressives.

2n ESO	4t ESO
4.1. Col·laborar en l'organització i disseny d'activitats físicoesportives inclusives respectuoses amb el medi ambient, tenint en compte el paisatge i la toponímia de l'entorn.	4.1. Participar de manera activa en l'organització i disseny d'activitats físicoesportives inclusives respectuoses amb el medi ambient, tenint en compte el paisatge i la toponímia de l'entorn.
4.2. Conèixer i practicar tècniques i procediments de primers auxilis i protocols de seguretat i d'autoprotecció personal inclosa la RCP.	4.2. Millorar mitjançant la pràctica i la relació amb entitats relacionades de l'entorn, les tècniques i procediments de primers auxilis, així com els protocols de seguretat i d'autoprotecció personal inclosa la RCP.
4.3. Participar en les activitats artisticoexpressives de l'entorn natural i urbà, valorar la diversitat personal i cultural.	4.3. Descobrir i participar activament en les activitats artisticoexpressives de l'entorn natural rural, de la nostra costa i urbà, valorar la diversitat personal i cultural.
4.4. Implementar de manera col·laborativa amb la comunitat educativa mesures relacionades amb la mobilitat, el reciclatge i l'alimentació per a promoure un centre sostenible.	4.4. Implementar de manera col·laborativa amb la comunitat educativa propostes per a promoure un entorn sostenible relacionant aquest fet directament amb la matèria d'Educació Física mitjançant la mobilitat, el reciclatge i l'alimentació.
4.5. Reconèixer el valor cultural de la Pilota valenciana mitjançant la pràctica i els element socials que envolten aquest esport.	4.5. Valorar la Pilota valenciana com a bé d'interés immaterial d'especial protecció mitjançant la pràctica de les seues diferents modalitats.

COMPETÈNCIA ESPECÍFICA 5: Seleccionar i fer un ús crític i segur de les tecnologies de la informació i la comunicació com a facilitadores de l'activitat física i d'una vida activa i saludable.

2n ESO	4t ESO
<p>5.1. Emprar recursos tecnològics relacionats amb l'activitat, l'esport i la salut i utilitzar diverses fonts d'informació i tecnologia en funció de la seua eficiència per a la resolució de situacions quotidianes.</p>	<p>5.1. Escollir en funció de la seua idoneïtat els recursos tecnològics relacionats amb l'activitat, l'esport i la salut i avaluar les fonts d'informació i innovació.</p>
<p>5.2. Conèixer fonts d'informació i de contingut digital rellevants i fiables, relacionades amb els sabers de la matèria, emprant estratègies de recerca i organització de la informació.</p>	<p>5.2. Diferenciar les fonts d'informació i de contingut digital rellevants i fiables relacionades amb els sabers de la matèria, actualitzant les estratègies de recerca i organització de la informació i la manera d'interacció <i>netiqueta</i>.</p>
<p>5.3. Elaborar col·laborativament continguts digitals senzills relacionats amb l'activitat física i la salut, integrant la informació de manera crítica.</p>	<p>5.3. Produir continguts relacionats amb l'activitat física i la salut en diferents formats digitals, integrant la informació de manera crítica i participant col·laborativament en els escenaris de comunicació i aprenentatge.</p>

16.1.2. 1r BATXILLERAT

L'avaluació vista des de la seua funció reguladora és un element essencial del procés d'aprenentatge. El desenvolupament per part del professorat dels criteris d'avaluació facilita aquesta tasca detectant les dificultats per a la millora i adquisició de les competències específiques. La creació de descriptors clars, associats a aquests criteris d'avaluació que relacionen els sabers amb tasques competencials per assolir les CE, ha de permetre que el discent i la discent pugui integrar i contextualitzar allò que aprèn facilitant l'autogestió d'aprenentatges.

CE1. Planificar i posar en pràctica un programa saludable d'activitat física i esportiva, adequat a les característiques personals i dirigit al benestar físic, mental i social.	
CrAv1.1	Dissenyar i posar en pràctica de manera autònoma un programa d'activitat física per a la millora de la condició física i la salut, basat en criteris científics, i aprofitant responsablement els recursos de l'entorn i les noves tecnologies.
CrAv1.2	Incorporar propostes per a la gestió de l'esforç en les activitats físiques, aplicant els principis i fases de l'entrenament.
CrAv1.3	Consolidar hàbits d'alimentació saludable atenent un balanç energètic equilibrat, considerant els principis nutricionals des del consum responsable i sostenible.
CrAv1.4	Analitzar críticament els components que participen d'un estil de vida saludable en l'àmbit educatiu i l'àmbit sociofamiliar, discriminant les conductes de risc per a la salut física, mental i social.

CE2. Dissenyar, practicar i dirigir diferents situacions fisicoesportives, adequant el nivell de les habilitats i aplicant els elements tècnics, tàctics i reglamentaris adients.	
CrAv2.1	Resoldre amb eficàcia i eficiència motriu diferents situacions de joc i pràctica esportiva utilitzant els principis tècnics, tàctics i reglamentaris adients, aplicant pautes de seguretat i d'higiene personal i utilitzant les estratègies apropiades per a la resolució de conflictes.
CrAv2.2	Dissenyar i participar en esdeveniments recreatius i esportius aplicant polítiques sostenibles de gestió i ús de materials i instal·lacions.
CrAv2.3	Investigar diferents contextos d'activitat física i d'esports atenent els elements inherents a la justícia social, com la participació i la igualtat d'oportunitats.

CE3. Dissenyar, planificar i desenvolupar projectes de naturalesa artisticoexpressiva amb l'ús del cos i el moviment com a elements comunicatius de la cultura motriu.	
CrAv3.1	Crear i executar propostes artisticoexpressives mostrant domini dels elements corporals i escènics des d'una perspectiva de gènere i inclusiva.
CrAv3.2	Practicar diverses activitats motrius adoptant un comportament personal i social respectuós i responsable, mostrant actituds d'empatia i inclusió davant la diversitat i autoregulant les emocions.
CrAv3.3	Organitzar i participar en partides de Pilota Valenciana reconeixent-ne els valors intrínsecs.

CE4. Adoptar un estil de vida saludable i sostenible aplicant principis d'ètica ambiental i seguretat per a transformar l'entorn.	
CrAv4.1	Organitzar i practicar activitats físicoesportives inclusives en el medi natural i urbà amb seguretat i ecoresponsabilitat fomentant l'oci actiu i estils de vida sostenibles.
CrAv4.2	Identificar i aplicar actuacions saludables i sostenibles per a la protecció, conservació i millora de l'entorn natural i urbà, establint relacions amb entitats relacionades amb l'educació ambiental i la sostenibilitat.
CrAv4.3	Practicar i aplicar normes de seguretat i tècniques de primers auxilis i supervivència en contextos naturals i urbans per a controlar els riscos intrínsecs de les activitats respecte als equipaments, l'entorn i l'actuació i interacció dels participants.

CE5. Identificar oportunitats personals, acadèmiques i laborals relacionades amb l'activitat física, l'esport i l'oci actiu a partir d'experiències personals i mitjançant l'ús de la tecnologia.	
CrAv5.1	Participar en propostes reals o simulades relacionades amb l'activitat física i la salut, l'esport, les activitats artisticoexpressives o la natura, analitzant les possibilitats de l'entorn més pròxim i tenint en compte la sostenibilitat.
CrAv5.2	Detectar i treballar la cura de continguts usant la tecnologia com a element facilitador per a la creació d'escenaris de pràctica activa saludable.
CrAv5.3	Col·laborar en propostes informatives d'eixides acadèmiques i laborals i en visites a espais relacionats amb l'activitat física, l'esport i l'oci actiu.

16.1.3. 2n BATXILLERAT

El grau de desenvolupament i consecució de les diferents competències específiques de la matèria Activitat Física per a la Salut i el Desenvolupament Personal serà elaborat atenent els criteris d'avaluació que es presenten, vinculats als sabers, mitjançant la creació per part del i la docent de descriptors observables i contextualitzats en les situacions d'aprenentatge adients per a fer efectiva la influència del moviment en l'aprenentatge i el desenvolupament integral de l'alumnat.

CE1. Implementar i valorar un programa d'activitat física i esportiva saludable, adequat a les característiques personals i dirigit al benestar físic, mental i social.	
CrAv1.1	Aplicar de manera autònoma un programa d'activitat física adequat al nivell de condició física i a les necessitats i interessos propis i valorar-ne els components que contribueixen al benestar físic, mental i social.
CrAv1.2	Difondre propostes d'intervenció d'activitats físiques i hàbits saludables, dins i fora del centre.
CrAv1.3	Identificar i valorar els components d'un estil de vida saludable en l'àmbit educatiu i l'àmbit sociofamiliar, discriminant les conductes de risc per a la salut física, mental i social.

CE2. Planificar i promoure situacions fisicoesportives aplicant els elements tècnics, tàctics i reglamentaris adients.	
CrAv2.1	Afrontar situacions motrius en diferents contextos, adaptant els elements tècnics, tàctics i reglamentaris a les condicions canviants de l'activitat, i utilitzant les habilitats socials per a la resolució de conflictes.
CrAv2.2	Organitzar i adaptar esdeveniments recreatius i esportius aplicant polítiques sostenibles de gestió i ús de materials i instal·lacions.
CrAv2.3	Promoure situacions d'activitat física i esportiva en diferents contextos atenent als elements inherents de justícia social com la participació i la igualtat d'oportunitats.

CE3. Analitzar i promoure projectes de naturalesa artisticoexpressiva amb l'ús del cos i el moviment com a elements comunicatius de la cultura motriu.	
CrAv3.1	Desenvolupar i valorar propostes artisticoexpressives mostrant un domini dels elements corporals i escènics des d'una perspectiva de gènere i inclusiva.
CrAv3.2	Organitzar i practicar diverses activitats motrius adoptant un comportament personal i social respectuós i responsable, mostrant actituds d'empatia i inclusió davant la diversitat i autoregulant les emocions.
CrAv3.3	Organitzar partides i participar en la difusió de les diferents modalitats de Pilota Valenciana com a bé d'interés cultural.

CE4. Dissenyar, adoptar i valorar actuacions que fomenten estils de vida saludables i sostenibles amb seguretat i ecoresponsabilitat dirigits a transformar i millorar l'entorn natural i urbà.	
CrAv4.1	Practicar i avaluar activitats físicoesportives inclusives en el medi natural i urbà dissenyades amb ecoresponsabilitat i fomentar els estils de vida sostenibles.
CrAv4.2	Promoure actuacions saludables i sostenibles per a la protecció, conservació i millora de l'entorn natural i urbà, establint relacions amb entitats relacionades amb l'educació ambiental i amb la sostenibilitat i avaluant-ne l'impacte en la comunitat.
CrAv4.3	Analitzar, practicar i aplicar protocols de seguretat i tècniques de primers auxilis i supervivència en contextos naturals i urbans per a controlar els riscos intrínsecs de les activitats respecte als equipaments, a l'entorn i a l'actuació i interacció dels participants.

CE5. Explorar i planificar actuacions i projectes futurs en els àmbits personal, laboral i acadèmic relacionats amb l'activitat física, amb l'esport i amb l'oci actiu, mitjançant experiències viscudes i l'ús de les noves tecnologies.	
CrAv5.1	Elaborar una proposta en l'àmbit del centre o col·laborar amb entitats de l'entorn relacionades amb l'activitat física i amb la salut, l'esport, les activitats artisticoexpressives o la natura, analitzant les possibilitats de l'entorn més pròxim i tenent en compte la sostenibilitat.
CrAv5.2	Participar en la creació i en la difusió de continguts relacionats amb escenaris de pràctica activa saludable utilitzant les tecnologies digitals.
CrAv5.3	Cooperar en experiències informatives d'eixides acadèmiques i laborals relacionades amb l'activitat física, l'esport i l'oci actiu.

16.2. Instruments d'avaluació

Les accions avaluadores que es realitzaran durant el procés educatiu amb la finalitat de determinar el grau de consecució de cadascuna de les competències específiques, i per tant, les competències clau relacionades amb les mateixes, utilitzant els sabers bàsics com a les ferramentes i les activitats d'avaluació per determinar el grau d'adquisició, seran les següents: Com es pot observar en els criteris d'avaluació, per tindre objectius complexos i difícils de mesurar i verificar, l'avaluació serà sumativa i formativa. Per això, serà freqüent la utilització d'una FULLA DE CONTROL i/o REGISTRE (quadern del professor/a, la plataforma d'aules docent amb una tasca d'assistència o AAP docent (Idoceo, Additio), on s'anotaran al llarg de la classe els aspectes corresponents: assistència, puntualitat, equipament i higiene, respecte (al material, als companys, al professor...), col·laboració i participació, iniciativa i cerca de solucions, responsabilitat, etc. A més, s'inclourà amb freqüència l'acte d'avaluació de l'alumne/a i l'avaluació per grups com a mitjans complementaris. Implicant així a tots els elements involucrats en ella.

Utilitzarem els següents **INSTRUMENTS** per a l'avaluació formativa de l'alumnat:

- Observació del treball diari mitjançant les anotacions oportunes per part del professor en la **Fulla de Registre** (quadern del professor).
- Tests per a avaluar la condició física.
- Fitxes d'avaluació utilitzant diferents ítems per a comprovar el grau d'adquisició de diferents habilitats motrius individuals o activitats grupals.
- Fitxes d'avaluació i anàlisi que comproven el treball i progrés diari.
- Proves objectives tipus test.
- Proves objectives escrites: qüestions en les quals cal justificar les respostes o/i resolució d'exercicis i problemes.
- Activitats i exposicions orals.
- Treballs escrits o murals paral·lels sobre algun contingut específic de la unitat (individuals, en parelles o en grup).
- Activitats de reflexió i comprensió de textos.
- Projectes finals de les diferents situacions d'aprenentatge.
- Aprenentatge servei.
- Activitats complementàries, d'ampliació i de reforç.
- Qüestionaris teòrics.

Serà necessari demostrar una comprensió bàsica per a obtindre l'aprobat en l'avaluació corresponent.

Els treballs, anotacions i fitxes entregats o comandes hauran de guardar-se de forma ordenada, realitzant un seguiment de les sessions de la classe i treballs demanats (la informació

i material amb el qual es realitzen i dissenyen les pràctiques -presa d'anotacions-, així com els treballs teòric pràctics que individualment o per grups hagen de realitzar). Aquests podran ser demanats per el/la professor/a en el moment que aquest crega oportú i donant-li la valoració assignada per a tal cas.

En qualsevol treball relacionat amb les fitxes o informació donada, caldrà respectar les característiques tècniques que en elles se citen.

Les anotacions s'hauran de presentar nets. La presentació, és a dir, l'estètica, també tindrà una part important en la puntuació final del treball.

Qualsevol material exigit a l'alumnat: raqueta de bàdminton, de frontó, corda de salt, volants de bàdminton, estoreta, bandes elàstiques, material d'autoconstrucció, etc. Haurà de ser aportat en el termini acordat.

Queda prohibida la utilització de qualsevol aparell electrònic (mòbil, Tauleta, ordinador, etc., excepte si el/la professor/a ho requerisca amb finalitats didàctics.

16.3. Criteris de qualificació

Els criteris de qualificació de cadascun dels nivells venen determinats als quadres esmentats a les diferents situacions d'aprenentatge, tant a nivell quantitatiu com a nivell qualitatiu (Activitats/descriptors d'avaluació).

Als cursos d'ESO i Batxillerat, la nota final s'expressarà amb una nota numèrica (escala del 1 al 10).

L'ordre d'avaluació ens diu que l'avaluació del grau d'adquisició de les competències específiques ha d'estar integrat amb l'avaluació dels diferents criteris d'avaluació que es treballaran mitjançant els sabers bàsics com instruments per a consolidar cadascuna de les competències específiques que es relacionaran amb les competències clau i els perfils de sortida de l'alumnat.

L'esperit que guia a aquesta programació es basa fonamentalment en el fet que: els condicionants físics o fisiològics no suposaran mai cap limitació per a l'alumnat. És a dir, tot alumne podrà ser capaç de superar l'àrea d'Educació Física sempre que complisca amb els continguts mínims que es plantegen per a aquesta. Aquests es fonamentaran principalment en tres aspectes:

- L'assistència de forma regular a les sessions.
- La participació i l'actitud ACTIVA I POSITIVA en aquestes.
- L'adquisició de coneixements mínims tant teòrics com pràctics, fàcilment superables, dels diferents sabers bàsics que s'aborden al llarg del curs.

El grau de compliment d'aquests tres aspectes ens donarà, al final de cada període a avaluar, la qualificació del nostre alumnat. Per a cada avaluació i cada nivell serà especificat

amb claredat mitjançant el lliurament dels **critèris de qualificació** determinats a cada situació d'aprenentatge.

16.3.1. Nota mitjana de l'avaluació.

Per a aprovar una avaluació serà necessari obtindre una nota mitjana de **5** a l'ESO i Batxillerat

Excepcionalment no superarà positivament el curs aquell alumne/a pel fet que fins i tot tenint solament com no superada una sola avaluació, aquesta haja sigut per algun dels següents motius:

- La no assistència sense justificar de forma continuada a les sessions.
- Actitud molt negativa de manera regular dirigida tant cap al professor, als companys o cap a la pròpia àrea al llarg d'una avaluació.

Al llarg del curs, el/la professor/a realitzarà els exàmens, tasques de recuperació que considere oportú per a afavorir la recuperació de l'avaluació corresponent.

16.3.2. Nota mitjana del curs.

Quant a la valoració final o qualificació, vindrà determinada per la mitjana aritmètica de les tres avaluacions. En cas que hi haja alguna avaluació avaluada i qualificada amb menys de 5 en el cas de Batxillerat i l'ESO, aquesta avaluació serà estudiada en el context global de l'assignatura, de tal manera que si s'ha produït per una falta d'actitud podrà ser avaluada positivament per l'actuació de l'avaluació contínua. En cap cas, aquest criteri es podrà donar en la situació d'insuficient en els instruments d'avaluació, quedant a criteri del professor/a la realització de proves extraordinàries de recuperació al llarg del curs i abans de la finalització d'aquest.

A Batxillerat, l'alumnat amb dues avaluacions suspeses, el curs ordinari quedarà suspens i el/la alumne/a haurà de presentar-se en la prova extraordinària de juny/juliol. Quedarà a criteri del professor/a responsable del grup el realitzar o no alguna recuperació de les dues avaluacions suspeses, abans de la prova extraordinària. Aquell alumne/a que té la tercera avaluació suspesa per abandó de l'assignatura (bé siga aquest abandó per actitud, treball i/o falta d'esforç) haurà de presentar-se igualment amb tota la matèria en la prova extraordinària de juliol.

16.3.3. Recuperació alumnes/as amb l'assignatura pendent del curs anterior

Els/les alumnes/as aprovaran l'assignatura de cursos anteriors si aproven les dues primeres avaluacions del curs actual, sent la nota de recuperació del curs anterior la mitjana de les dues avaluacions del curs actual. Si no és així, haurà de realitzar un examen teòric dels continguts del curs anterior i/o una o diverses proves pràctica relacionades amb els criteris d'avaluació corresponents. Els exàmens de cursos pendents són al maig i el/la professor/al que fa classe a l'alumne/a en qüestió en aquest curs escolar amb l'assignatura pendent, haurà d'avisar amb la suficient antelació de la data de l'examen, dels continguts a examinar-se i del tipus d'examen a realitzar.

L'alumnat que cursa 2n de Batxillerat i té la matèria de 1r de Batxillerat pendent, haurà de realitzar un examen teòric dels continguts del curs anterior i/o una o diverses proves pràctiques relacionades amb els criteris d'avaluació corresponents, ja que no té l'opció d'aprovar la primera i segona avaluació al passar a ser matèria optativa.

16.3.4. Qualificació diària de l'assignatura

La nota diària de l'assignatura avalua la participació activa en classe, la companyonia, la superació individual, la cooperació, la higiene, l'atenció en classe, l'interès i tota una sèrie de valors que ens fan ser persones democràtiques, responsables, autocrítiques i reflexives amb la societat en la qual vivim. Aquest descriptors d'avaluació els ha d'enregistrar cadascun del professorat a les seues classes, ja que estan directament connectats amb la consecució de les competències específiques de la matèria.

Existeixen una sèrie de criteris que resten sobre la nota diària de l'avaluació amb la qual ha sigut qualificat l'alumne. Aquestes puntuacions negatives restaran sobre la nota diària (sobre 10) que el professor/a ha posat a l'alumne al final de l'avaluació, en funció de la seua participació activa/actitud (anterior paràgraf). Així, es distingeixen les següents puntuacions negatives:

- Falta greu de comportament.
- Indumentària inadequada.
- Falta d'assistència no justificada.
- Lesió no justificada.
- Ús del mòbil de manera inadequada, no permesa.
- Falta d'higiene.
- No treballar adequadament en classe.
- Falta lleu de comportament, amonestació a ITACA.
- Falta de material.
- Retard.

Indumentària inadequada fa referència a l'ús d'un equipament poc còmode, no esportiu (per exemple, "malles vaqueres"). Així mateix, no està permès l'ús de polseres, pendents de cercols o un altre complement que pugua posar en situació de risc la pràctica esportiva.

A més, els/as alumnes hauran de portar un necesser d'higiene cada dia de classe amb el següent material: samarreta, tovalloletes higièniques, botella d'aigua (marcada amb el nom), tovallola per a assecar.

16.3.5. Altra informació per a la qualificació

A més, cal destacar que, dins de la seua qualificació final d'avaluació, l'alumne de l'ESO i de Batxillerat haurà de tindre en compte:

- 4 falta d'assistència a classe no justificades durant l'avaluació suposarà el suspens d'aquesta. Les faltes d'assistència a classe, ja siguen justificades o no, restaran nota en la

pràctica diària, al tindre la matèria un caràcter pràctic. Aquestes faltes es poden compensar amb l'apartat d'ampliació i reforç de cadascuna de les avaluacions.

- 3 falta actitudinal greu suposa el suspens de l'assignatura en l'avaluació.
- 3 falta actitudinal a conseqüència d'indumentària inadequada suposa el suspens de l'assignatura en l'avaluació.
- L'assistència a classe és obligatòria, per tant, en cas de malaltia, els justificants hauran de ser mèdics i seran entregats a la professora o tutor al més prompte possible. A aquest efecte la justificació haurà de presentar-se el dia que l'alumne s'incorpore a la classe.
- Quan no es realitze un examen pràctic o teòric per falta d'assistència justificada, es realitzarà al més prompte possible acordant la data entre el/la professor/a i el/la alumna/a.
- Si un examen pràctic o teòric no es realitza per falta d'assistència no justificada, es considerarà "No presentat" i es qualificarà amb un zero; no es tindrà dret a un nou examen.
- Quan no s'entregue un treball, quadern, etc. per falta d'assistència justificada, s'entregarà a el/la professor/al primer dia que es torne a classe.
- Si un treball no s'entrega en el termini fixat per falta d'assistència no justificada, es considerarà "No presentat" i es qualificarà amb un zero.
- És obligació de l'alumne/al fet que falta a classe sol·licitar als seus companys/as o professor/a la informació relacionada amb la classe perduda.
- Els/as alumnes/as que no realitzen classe per falta d'indumentària adequada, hauran de fer un treball de la sessió que estiga duent a terme en aqueix moment o una lectura recomanada per el/la professora/a.
- Aquells alumnes/as que per problemes mèdics o per cirurgia recent, justificada mitjançant l'informe mèdic pertinent, no puguen dur a terme determinades activitats físiques de manera temporal, podran recuperar la matèria pràctica mitjançant la realització de treballs, exposicions i/o exàmens escrits o altres instruments d'avaluació que el/la professora crea convenients. Hi ha la possibilitat, per a fomentar la lectura, que el/la professor/a aconselle llegir alguns dels llibres de lectura del departament, sobre el qual es podrà demanar un treball, una reflexió, un resum o l'activitat que el/la professor/a en qüestió determine. Aquests alumnes/as han d'assistir a classe per a poder optar a una valoració positiva del curs, establint-se els mateixos criteris de qualificació sobre aquest tema que la resta d'alumnat.

16.3.6. Avaluació grups de resposta educativa de nivell 3 (Grups *PDC)

El professorat de grups amb característiques especials (*PDC) adaptarà els continguts a avaluar en funció del nivell del grup, afavorint l'adquisició dels mínims establerts per llei.

16.3.7. Avaluació de grups amb resposta educativa de nivell 3 (Grup 2n PAC)

L'avaluació de l'alumnat de 2n PAC per les seues característiques serà de la següent forma:

- **AVALUACIÓ DIÀRIA** – 60% de la nota.
 - o Tasca assistencial i participació activa a les classes – 20%
 - o Tasca comportament, respecte a companys, professorat i material – 20%
 - o Tasca col·laboració, puntualitat, cooperació, higiene, indumentària adequada – 20%
- **AVALUACIÓ CONTINGUTS TREBALLATS** – 40% de la nota
 - o Proves Físiques i/o esportives.

16.4. Activitats de reforçament i ampliació

En tots els grups i nivells, podran realitzar-se activitats de reforç/ampliació de caràcter voluntari per a incrementar la nota de l'avaluació en algun dels diferents apartats o en la nota final d'avaluació. Aquest tipus d'activitats podran ser de caràcter teòric i/o pràctic. A més, aquells alumnes/as que col·laboren en totes aquelles activitats de departament que el/la professor/a proposa, més enllà de les pròpies de l'assignatura i curs, també podran ser recompensats, **quedant a criteri del professor/a l'increment d'aquesta nota**. Així, el/la alumne/al fet que desitge optar a una millora de la seua nota final o necessita reforçar els seus coneixements, podrà realitzar les activitats següents:

- Participació en activitats esportives proposades pel professorat (carreres populars, tornejos esportius, etc.), fora de l'horari escolar.
- Participació al projecte PALI (Patis actius, lúdics i inclusius).
- Activitats esportives realitzades fora de l'horari escolar que s'ajusten a les característiques exigides per cada professor/a (ACTIVITATS DEL SUMA KMS).
- Participació i opinió sobre els diferents temes que es van tractant en l'assignatura a través de diferents mitjans (web, articles de premsa, lectures recomanades, etc.).
- Participació en activitats extraescolars/complementàries que no siguen de caràcter obligatori.

16.5. Sistema de recuperació a la convocatòria extraordinària en Batxillerat.

Els/les alumnes/as que no hagen superat l'assignatura al juny podran realitzar la prova extraordinària en les dates corresponents segons la legislació. Segons acord del departament, en l'informe individualitzat de cadascun dels alumnes, es detallarà cadascuna de les activitats d'avaluació-qualificació que hauran de recuperar, així com el valor dels diferents exàmens i/o proves. Els continguts d'aquestes proves versaran sobre continguts teòrics i/o pràctics realitzats al llarg del curs, devent l'alumne recuperar tota la matèria del curs. La qualificació final necessària per a optar a l'aprobat serà de 5 i podran obtindre fins a un 10 en la nota.

16.6. Avaluació de la pràctica docent i indicadors d'assoliment.

Per a l'avaluació de la pràctica docent hem tingut en compte la RESOLUCIÓ de 5 de febrer de 2016, del director general de Centres i Personal Docent, per la qual es convoca concurs de mèrits per a la selecció i nomenament de directors i directores de centres docents públics de la Generalitat. [2016/849]. Aquesta resolució ens indica una proposta d'avaluació de la pràctica docent (Annex 3). Per a la seua consecució es realitzarà un qüestionari d'autoavaluació. El qüestionari se centra en considerar una sèrie d'indicadors que aportaran informació útil per a la millora de la pràctica docent. El Qüestionari es passarà cada avaluació.

Cada professor/a respondrà a les qüestions d'acord amb la següent escala (pose una «X» en la casella corresponent):

No/Mai/Totalment en desacord.....A

Generalment no/Poques vegades/En desacord.....B

Normalment sí/Quasi sempre/D'acord.....C

Sempre/Totalment d'acord.....D

17. TRACTAMENT DELS ELEMENTS TRANSVERSALS I ESTRATÈGIES PER A DESENVOLUPAR L'EDUCACIÓ EN VALORS.

17.1. Foment de la lectura. comprensió lectora. expressió oral i escrita

Un dels objectius del Departament d'Educació Física és la formació integral de l'alumnat. Per aquest motiu, des de la matèria s'integren aspectes transversals del currículum que ajuden al procés general de formació al llarg de tota la vida, o, dit d'una altra manera, s'inclouen activitats clau per a la promoció de les persones. En aquest sentit, la lectura com a hàbit, modalitat d'oci, sa costum, etc. és una excel·lent activitat educativa que hauria de promocionar-se des de tots els vessants.

Els llibres recomanats estan relacionats amb l'activitat física, l'alimentació i la salut. Aquells alumnes/as de baixa temporal podran llegir algun dels llibres proposats pel professorat tant en format paper digital. També es crearà un fòrum de lectura en AULES on es puga expressar les conclusions després de la lectura de diferents articles d'interès actual i informació relativa a l'Activitat física, l'Esport, la Salut i l'Alimentació. En aquest sentit, se'ls podrà realitzar una prova de valoració de la comprensió de la lectura realitzada. Alguns llibres recomanats: Malament d'altura (2019), Els conqueridors de l'inútil (2009), ACTIVITAT FÍSICA I ESPORT. Claus per a una vida sana. El complement ideal per a la medicina del segle XXI (2019), etc.

17.2. Comunicació audiovisual. Tecnologies de la informació i de la comunicació

Un dels aspectes que es pretén fomentar durant el curs escolar és la utilització de les tecnologies de la informació i la comunicació per a abordar temes relacionats amb l'activitat física i l'esport. Per a això, es durà a terme les següents activitats:

- **Consulta d'informació:** es proposaran diversos enllaços digitals en els quals l'alumnat podrà trobar informació sobre els temes desenvolupats. També es proporcionarà bibliografia d'aula i textos per a complementar-los, a través de la plataforma *Aules aportarem informació i *webgrafia
- **Ús d'AULES:** a través d'Aules el professorat aportarà informació de cadascuna de la Unitats didàctiques integrades, també es plantejaran tasques, reptes, test, jocs didàctics, etc. Podent avaluar-se a través de *Aules, aportant d'aquesta manera un Feedback ràpid a l'alumnat.
- **Ús de les ferramentes Office de Microsoft:** Aprenentatge de l'ús de ferramentes per a la seua aplicació educativa com one drive, teams, sway entre d'altres.
- **Ús d'altres aplicacions informàtiques per al desenvolupament de programes i projectes de centre:** strava, canva, copa fàcil...

17.3. Emprenedoria.

Actualment, adquireix gran rellevància l'actitud dels ciutadans davant les idees i desenvolupaments més innovadors que es generen en la societat. En aquest sentit, el foment de l'esperit emprenedor i sentit de la iniciativa es converteixen en una necessitat social, fonamental per a la creació d'ocupació, millora de la competitivitat i creixement econòmic.

Des de l'educació secundària i més concretament des de la matèria d'Educació Física el repte consisteix a fomentar la iniciativa personal i la motivació per un treball organitzat i amb iniciatives pròpies. Així l'emprenedoria requereix de l'elecció de recursos adequats, la planificació de la metodologia, la resolució de problemes i la revisió permanent de resultats. El treball que es realitza en les diferents situacions d'aprenentatge integrades dels diferents cursos de l'ESO i el Batxillerat potencia el sentit de decisió en l'alumnat alhora que provoca la necessitat de resoldre noves situacions per a continuar aprenent.

17.4. Educació cívica i constitucional

L'educació cívica cerca enfortir les relacions socials i els espais de convivència d'una societat, la qual cosa està estretament relacionat amb la solidaritat i la cooperació. Les regles i normes de convivència que desenvolupa la constitució han de ser els pilars per a construir els fonaments d'una societat més justa i igualitària.

En aquest sentit des de l'àrea d'Educació Física s'han de fomentar les actituds de tolerància, així com el compliment de les normes i reglaments, la qual cosa contribuirà a l'acceptació de codis de conducta i de respecte per a una convivència cívica. A més, l'Educació Física

contribueix al fet que els alumnes respecten les diferències i limitacions de els/as companys/as, que segueixen unes normes democràtiques en l'organització del grup i que cada integrant assumisca les seues pròpies responsabilitats.

18. ANNEXES

18.1. Annex 1. Inventari de Material.

Tipus	Característiques	Juny	Anotar material deteriorat/perdut
POSTES DE BÁDMINTON	2 blancos/2 negros	4	
POSTES DE VOLEIBOL comprobar	verdes	4	
AROS PEQUEÑOS	plástico	10	
AROS GRANDES	plástico	9	
CONOS BAJOS (CHINOS)	plástico	129	
CONOS ALTOS	plástico	40	
SET DE CONOS PEQUEÑOS	plástico/flexibles	4	
PICAS	Madera	15	
RED VOLEI	Cuerda	3	
STICKS FLOORBALL EXCEL AZULES	plástico	13	
HINCHADOR/COMPRESOR	eléctrico	1	
BALONES DE VOLEIBOL	material sintético	14	
BALONES FÚTBOL-SALA	material sintético	7	
BALONES BALONCESTO	material sintético	19	
BALONES BALONMANO	material sintético	16	
MINIVALLAS	material sintético	12	
COLCHONETAS INDIVIDUALES	forro de plástico	48	
BALONES MEDICINALES 3Kg	goma	9	
BALÓN MEDICINAL 5 Kg	goma	3	
BALONES MEDICINALES 2 Kg	goma	13	
RAQUETAS DE BÁDMINTON	acero	43	
RAQUETAS DE TENIS	aluminio	12	
PELOTAS DE TENIS	sin presurizar	140	
VOLANTES DE BADMINTON	material sintético	9 LOTES	
PALAS	plástico	44	
FRISBEES BLANCOS	plástico	12	
CARRO PORTACOLCHONETAS		1	
REDES DE BADMINTON		3	
PLINTÓN	Madera/sintético	1	
BANCOS SUECOS 2 M	Madera	13	
COLCHONETAS QUITAMIEDOS	forradas	2	
COLCHONETAS 2MX1M	nuevas/forradas	29	
CINTAS MÉTRICAS		4	
ESPALDERAS	madera	24	
CUERDAS INDIVIDUALES	pvc	25	
CUERDAS LARGAS NYLON	nylon	13	
CUERDAS LARGAS PVC	PVC	6	

BALONES DE RUGBY	material sintético	9	
BALONES COLPBOL	plástico	8	
PELOTAS RUGBY FOAM	foam	6	
PELOTAS DE KIN-BALL	pvc/tela	3	
GOMAS NEGRAS ELÁSTICAS	goma	2	
JUEGO DE PETANCA	plástico	3	
BALONES FOAM	foam	17	
BALONES MULTIUSOS	plástico	16	
STICKS FLOORBALL EXCEL ROJOS	plástico	13	
STICKS FLOORBALL PEQUEÑOS	plástico	45	
STEPS AERÓBIC check	plástico	8	
ESCALERAS DE COORDINACIÓN	plástico	2	
FRISBEES COLORES CHECK	plástico	4	
RINGOS FOAM	Foam	2	
CUERDAS INDIVIDUALES NYLON	nylon	8	
PELOTAS GOALBALL	plástico/cuero	6	
PORTERIAS CHAMPIONS		2	
PALAS PINPON		15	
GOMAS RESISTENCIA AMARILLAS		3	
GOMAS DE RESISTENCIA VERDES		10	
ALTAVOCES		5	
PETOS CHECK		67	
PELOTAS DE PINPON		75	
OVERGRIPS		123	
MARCADORES GOMA AMARILLOS		12	
PADS HOCKEY		17	
PILOTES DE BADANA		8	
PELOTAS FRONTÓN		3	
PELOTAS SOFT ESPUMA PEQUEÑAS		11	
BRÚJULAS		5	
SET HERRAMIENTAS BICICLETA		6	
FITBALLS		12	
PICAS COLORES CORTAS		14	
PICAS COLORES LARGAS		5	
PELOTAS DE FLOORBALL		15	
ALETAS NATACIÓN		18	
ANTIFACES		46	
MARCADOR DEPORTES PLAYA		3	
SACOS PORTABALONES REJILLA		8	
CÁMARAS DE REPUESTO KINBALL		2	
LOTE DE REDES PORTERÍAS		2	
PETOS NUEVOS ELKSPORT		15	
LOTE DE TROFEOS DECATHLON (P.A)		12	
LOTE DE MEDALLAS DECATHLON (P.A)		31	
CINTAS EQUIPOS		30	

MATERIAL DE CROSSFIT/ENTRENAMIENTO FUNCIONAL			
CONJUNTO DE DISCOS ASAS 4,5 KG		2	
CONJUNTO DE DISCOS ASAS 7 KG		1	
BARRAS LASTRADAS 3 KG		5	
MANCUERNAS 4 KG		2	
DISCOS BODY PUMP 2´5 KG		2	
DISCOS BODY PUMP 5 KG		2	

18.2. Annex 2. Autorització 2n Batxillerat.

AUTORITZACIÓ PER A L´ALUMNAT DE L´OPTATIVA D´EDUCACIÓ FÍSICA

VISITA AL CENTRE D´ENTRENAMENT THEBOX PUZOL - 2n BATXILLERAT

S'informa les famílies de l'alumnat de 2n de Batxillerat que cursen l'optativa d 'ACTIVITAT FÍSICA PER A LA SALUT I EL DESENVOLUPAMENT PERSONAL', que aquest trimestre tindrà lloc la visita al centre d'entrenament THEBOX PUZOL, contemplada com activitat complementària dins de la programació didàctica d'aquest curs i que té les següents característiques:

Lloc i dia de l'activitat:

- Dijous 26 de setembre
- Dijous 10 d'octubre
- Dijous 24 d'octubre

Horari: 10:45 – 12:10. Dins de l'horari de l'assignatura.

Desplaçament: caminant.

Professorat acompanyant: Carolina Rescalvo.

Preu: 3€ per sessió. En total 9€.

Per a dur a terme aquesta activitat serà necessari:

- Calçat esportiu
- Roba esportiva lleugera
- Motxilla amb aigua i una tovallola menuda.

D/Sra.: DNI: Com a pare/mare o tutor/a legal de l'ALUMNE
 del curs

Firma del pare/mare o tutor/a

Puçol, de de 202.....

18.3. Annex 3. Rúbriques d'avaluació de la pràctica docent.

1	Planificación de la actividad docente	A	B	C	D
1.1	Se han definido adecuadamente unos mínimos exigibles, así como contenidos de ampliación.				
1.2	En las programaciones de mis clases, los criterios de evaluación y calificación son objetivos y claros y los alumnos/as los conocen y entienden en todo momento				
1.3	Tengo previstos sistemas de recuperación para el alumnado que no haya superado inicialmente los objetivos de aprendizaje, de alumnado con pendientes del propio curso y, en su caso, del curso anterior.				
1.4	Tengo previsto el calendario de pruebas, procesos y sistemas de evaluación.				
1.5	Tengo planificadas medidas adecuadas para la atención de la diversidad del alumnado.				
2	Desarrollo de la actividad docente				
2.1	En las actividades de enseñanza y aprendizaje, utilizo métodos y estrategias, incluyendo el uso de tecnologías audiovisuales, de la información y de la comunicación, para conseguir una enseñanza efectiva.				
2.2	Oriento el trabajo personal de mis alumnos y alumnas, para favorecer su autoaprendizaje.				
2.3	Promuevo la motivación y el interés del alumnado con recursos didácticos y estrategias variadas.				
2.4	Participo y realizo actividades, trabajos o proyectos de investigación e innovación educativa relacionados con mi práctica docente, participando en grupos de trabajo, elaborando materiales educativos y difundiendo, en su caso, sus conclusiones en la comunidad educativa.				
2.5	Participo regularmente en actividades de formación de carácter reglado, dirigidas a la actualización de mis conocimientos científico-técnicos, didácticos o psicopedagógicos para mejorar mi competencia profesional.				
2.6	Participo en la evaluación de la función docente del departamento, del claustro o en las actividades del centro, con reflexiones y propuestas de mejora.				
2.7	Evalúo de forma sistemática y objetiva mi propia práctica docente en función de los resultados del alumnado y grupos que tengo asignados y tomo las medidas que corresponden				
2.8	Utilizo la programación didáctica general y la concreto en otras programaciones (unidades didácticas, temas, programaciones de aula u otras).				
2.9	Utilizo un sistema de control del desarrollo de la programación semanal o quincenal en mis actividades docentes.				

2.10	Trato de mostrar actitudes personales que me ayudan en mi tarea docente, como autocontrol, exigencia, autoexigencia, entusiasmo, flexibilidad, sensibilidad social, responsabilidad, creatividad, iniciativa, espíritu de superación, compromiso y proactividad, etc.				
3	Seguimiento de los aprendizajes del alumnado y decisiones adoptadas para favorecer la mejora de estos.				
3.1	Utilizo instrumentos y procedimientos de evaluación variados y aplico diferentes criterios.				
3.2	Llevo un registro individualizado de los progresos y realizaciones del alumnado.				
3.3	Conservo las pruebas de evaluación el tiempo reglamentario.				
3.4	Controlo con eficacia las incidencias del alumnado: asistencia a clase, presentación de trabajos, convivencia, etc.				
3.5	Tengo un registro de visitas o entrevistas con padres o madres del alumnado.				
3.6	Oriento adecuadamente al alumnado y/o sus familias acerca de mecanismos para mejorar su rendimiento académico.				
3.7	Analizo los resultados de evaluación con cada grupo de alumnos y alumnas y los valoramos conjuntamente.				
3.8	Propongo actividades para mejorar los resultados a los grupos que tengo asignados				
4	La gestión del aula				
4.1	Planifico mi actividad docente con antelación, preparando materiales, estructurando la intervención, organizando el aula u otras que sean necesarias, reservando aulas específicas, etc.				
4.2	En el desarrollo de la clase tengo previsto y realizo una presentación inicial de objetivos y contenidos que enlace con temas anteriores.				
4.3	Promuevo la motivación y participación del alumnado.				
4.4	En mis clases, realizo una síntesis final de contenidos y avances.				
4.5	Llevo un adecuado control de la asistencia del alumnado informando con rapidez de las ausencias de los menores de edad.				
4.6	Atiendo a las diferentes capacidades de rendimiento del alumnado, incluso proponiendo diferentes actividades según el nivel.				

4.7	En todo momento, superviso que el alumnado trabaje con las debidas condiciones de seguridad atendiendo a las medidas de prevención de riesgos.				
4.8	En mis clases promuevo un ambiente de trabajo que fomenta el respeto y la colaboración.				
5	Participación en las actividades del centro				
5.1	Trabajo en equipo y me coordino con el resto del profesorado del departamento y, en especial, con el equipo docente del grupo de alumnos y alumnas que compartimos.				
5.2	Participo activamente en las actividades del departamento, apporto propuestas constructivas y valoro otras que se puedan presentar.				
5.3	Intervengo y participo, activamente, en el Claustro o Consejo, realizo propuestas constructivas y valoro otras que se puedan presentar.				
5.4	Conozco la realidad sociocultural del entorno del centro y actúo en consecuencia recogiendo toda la información necesaria del contexto socioeducativo y académico del alumnado y sus familias mediante la aplicación de distintas técnicas (entrevistas, cuestionarios, análisis de documentos, reuniones, etc.).				
5.5	Informo y atiendo las peticiones, sugerencias y observaciones de las familias y el alumnado, permitiendo la colaboración mutua.				
5.6	Favorezco la integración y participación de las familias en el centro.				
5.7	Favorezco y promuevo la integración y participación de las familias en el centro.				
5.8	Preveo y actúo en los conflictos generales, de orden académico o disciplinario que afecten al alumnado u otros integrantes de la comunidad educativa.				
5.9	Colaboro, activamente, en los proyectos académicos del centro.				
5.10	Trabajo en equipo y ayudo a los compañeros y compañeras a resolver los problemas técnicos que aparezcan en el proceso educativo, para lo que propongo y comparto materiales, documentación, orientación y apoyo.				
5.11	Me coordino con el resto del profesorado en las tareas que sea necesario (programación, atención al alumnado con necesidades de apoyo educativo, evaluación y promoción, organización, etc.).				
5.12	Desarrollo otras labores pedagógicas no específicas del área o especialidad curricular, relacionadas con la tutoría, orientación, dinamización cultural, inserción profesional y otras.				
5.13	Organizo, favorezco y/o participo en actividades complementarias y extraescolares que dinamicen y contribuyan a mejorar el clima y las relaciones entre los miembros de la comunidad educativa del centro.				

5.14	Colaboro en la realización de pruebas propuestas por la Administración educativa: prueba diagnóstica, obtención títulos de formación profesional, pruebas de acceso, idiomas, PAU, oposiciones o pruebas no escolarizadas.				
5.15	Asisto al centro, cumplo con el horario previsto y empiezo mis actividades lectivas con puntualidad y diligencia.				
5.16	Conozco y cumplo la normativa referente a mis funciones, derechos y obligaciones como funcionario docente.				
5.17	Conozco y cumplo las normas acerca de la organización y funcionamiento de los centros educativos, así como los documentos y normas del propio centro (proyecto educativo, PGA, RRI, plan de convivencia, PAD y otros).				
5.18	Conozco y tengo en cuenta, en todo momento, la normativa acerca de los derechos y deberes del alumnado y demás miembros de la comunidad educativa.				
5.19	Conozco, me preocupo y tomo las medidas necesarias para garantizar los datos personales y confidenciales de alumnado y familias con el debido sigilo y reserva.				