



# PROPOSTA PEDAGÒGICA LOMLOE

**CURS: 2023/2024**

## Educació Física-3er ESO

<input type="radio"/>	<i>ESO: Programació elaborada seguint el decret 107/2022, pàgina <input type="text"/> i següents.</i>
<input type="radio"/>	<i>BTX: Programació elaborada seguint el decret 108/2022, pàgina <input type="text"/> i següents.</i>

## ÍNDEX

### 1.- INTRODUCCIÓ.

### 2.- CONTEXTUALITZACIÓ.

### 3.- OBJECTIUS DE LA MATÈRIA.

### 4.- PERFIL D'EIXIDA I COMPETÈNCIES CLAU DE L'ETAPA.

### 5.- CONCRECIÓ CURRICULAR.

### 6.- COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES.

### 7.- SABERS BÀSICS.

### 8.- RELACIÓ ENTRE ELS ELEMENTS CURRICULARS.

### 9.- ORIENTACIONS METODOLÒGIQUES.

- Agrupacions:
- Espais:
- Centre:
- Exterior del centre:
- Digitals:
- Altres:
- Recursos i materials.
- Models metodològics.

### 10.- SITUACIONS D'APRENTATGE.

### 11.- VALORACIÓ GENERAL DEL PROGRÉS DE L'ALUMNAT.

- Instruments de recollida d'informació.
- Criteris de qualificació de (matèria)
- Estratègies per al reforç i plans de recuperació per a la matèria suspesa.

### 12.- RESPOSTA EDUCATIVA PER A LA INCLUSIÓ.

### 13.- AVALUACIÓ DEL PROCÉS D'ENSENYAMENT I DE LA PRÀCTICA DOCENT.

### 14.- ACTIVITATS COMPLEMENTÀRIES.

### ANNEX I: AVALUACIÓ PRÀCTICA DOCENT

## 1. INTRODUCCIÓ

Extret de la pàgina  del decret  /2022).

L'actual Llei orgànica destaca el principi d'una educació de qualitat i per a tota la ciutadania, a més de reconèixer la necessitat d'atendre el desenvolupament sostenible d'acord amb l'Agenda 2030 (ODS). Aquests principis son abordables en l'àmbit de l'Educació Física des d'una situació privilegiada cap a una millora de la salut personal i social i una alfabetització motriu i competencial respecte als nous reptes als quals s'enfronta l'alumnat.

L'adquisició de les competències clau està necessàriament lligada a la consecució dels objectius plantejats en la LOMLOE. L'Educació Física ajuda a complir aquests objectius d'etapa, especialment els que tenen a veure amb el desenvolupament de la personalitat i les habilitats socials. Així mateix, contribueix a l'objectiu de conèixer i acceptar el funcionament del propi cos i dels altres, respectant-lo i afermant hàbits de cura i salut corporal. A més, el contacte de l'escola amb la realitat que l'envolta és un fet necessari si es vol aconseguir, amb el cos en moviment, una adquisició competencial de l'alumnat respecte a un estil de vida actiu i saludable.

## 2. CONTEXTUALITZACIÓ

Educació Física en 3er ESO compta amb 5 grups (a, b, c, d, e i PDC), encara que, a efectes pràctics, realment són 5 grups, ja que el grup de PDC es parteix en dos i entra a les classes amb dos grups ordinaris diferents. Són dos les hores de docència setmanals, en classes de 55 minuts. No existeixen desdoblaments ni grups flexibles, no existeix codocència i s'imparteix com a assignatura troncal en tots els grups. És Ana Baixauli, professora titular del departament, qui imparteix la matèria en tots els grups. Per a dur a terme la mateixa, es compta amb les pistes poliesportives i amb el gimnàs, alternant les instal·lacions amb el professorat del departament, intentant fer setmanalment una sessió d'interior i una d'exterior, combinant alhora diverses situacions d'aprenentatge, mantenint motivat al alumnat en totes les sessions.

3er ESO és un curs que evoluciona, els sabers bàsics van un pas més enllà, donant per descomptat els ja impartits i iniciant la cerca de nous continguts relacionats amb la matèria, amb major capacitat, major bagatge i millor predisposició, atorgant major autonomia a l'alumnat i posant l'accent en els diversos aspectes propis de la matèria (condició física, activitats rítmiques i expressives, etc.) tenint en compte el nivell maduratiu dels discents i el perfil d'eixida de l'etapa.

### 3. OBJECTIUS DE LA MATÈRIA

Extret de la pàgina  del decret  /2022).

L'objectiu primordial és conèixer i acceptar el funcionament del propi cos i el dels altres, respectar les diferències, afermar 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. 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, contribuint a la seua conservació i millora.

### 4. PERFIL D'EIXIDA I COMPETÈNCIES CLAU DE L'ETAPA

Competències Clau extretes de la pàgina  del decret  /2022).

La relació de les competències clau i la contribució de la matèria es pot consultar en la pàgina  del decret  /2022).

#### APORTACIÓ DE la matèria A LES COMPETÈNCIES CLAU (X: poc / XXX: molt)

C. Clau	Lingüística	Pluriling	Mat, ccia, tecnologia	Digital	Personal, social, aprendre	Ciutadana	Emprenedora	Consciència i expressió cultural
<b>Aportació</b>	XX	X	XX	XXX	XXX	XXX	XXX	XX

## 5. CONCRECIÓ CURRICULAR

En el nivell de 3er ESO es contribuirà a l'adquisició dels **sabers bàsics del bloc 1**, a través de l'estudi i la pràctica d'activitats físiques saludables, emprant diferents variables de l'entrenament (freqüència, intensitat, duració, tipus, etc.), treballant els principis de l'entrenament, per adoptar hàbits saludables i positius aplicables a la vida quotidiana. Per treballar la resistència aeròbica i anaeròbica i la força, s'aprofitarà el poliesportiu i els parcs del municipi. Es reforçaran els continguts relacionats amb l'escalfament general i s'introduirà el calfament específic.

En referència als **sabers bàsics del bloc 2**, es treballaran protocols de primers auxilis, emprant l'ús de les TIC i realitzant maniobres com la RCP, amb el suport de personal extern de Xirivella mitjançant xarrades de seguretat. Valoració de la correcta execució de les activitats físiques: lesions esportives y hàbits no saludables.

Es contribuirà a l'adquisició dels **sabers bàsics del bloc 3**, millorant les capacitats físiques bàsiques per mitjà de jocs i esports individuals, col·lectius i d'adversari, com per exemple el bàdminton i voleibol, posant en pràctica fonaments tècnics i tàctics, a l'institut i fora d'ell.

Quant als **sabers bàsics del bloc 4**, l'alumnat treballarà habilitats comunicatives i socials, aprenent a controlar l'estrès i la frustració, fent ús del diàleg i el control emocional, mitjançant treballs cooperatius i per parelles.

Es contribuirà a l'adquisició dels **sabers bàsics del bloc 5**, a través del treball d'activitats artístic-expressives de manera inclusiva, obviant estereotips i fomentant la creativitat i l'autoconfiança. L'alumnat durà a terme muntatges amb música (muntatges de cordes i habilitats), es realitzaran danses i balls tradicionals (danses valencianes), treballant així el ritme i la coordinació. Pel que fa al treball de la cultura motriu i tradicional, vivenciaran jocs i esports, en el centre, al trinquet i als carrers del poble.

Finalment, es desenvoluparan els **sabers bàsics del bloc 6** mitjançant activitats realitzades en el medi natural, fent ús de les TIC i posant l'accent en mesures de protecció com la conservació del medi ambient, la reducció de l'impacte ambiental i la mobilitat sostenible, aprofitant la riquesa natural dels nostres voltants. Es fomentaran eixides en grups per conèixer el nostre entorn rural.

## 6. COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES

Extret de la pàgina  del decret  /2022).

-CE1: 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 comportaments quotidians i el benestar físic i mental.

-CE2: Resoldre amb èxit diferents reptes i situacions motrius a través de les propostes físiques i esportives específiques, aplicant les tècniques, tàctiques i estratègies de joc adequades.

-CE3: Participar en processos de creació de naturalesa artístic-expressiva mitjançant l'ús del cos, el gest i el moviment com a mitjans d'autoconeixement per a expressar idees i sentiments.

-CE4: Interaccionar de manera sostenible amb el patrimoni natural i cultural mitjançant activitats físiques i artístic-expressives.

-CE5: Seleccionar i fer un ús crític i segur de les TIC com a facilitadores de l'activitat física i d'una vida activa i saludable.

## 7. SABERS BÀSICS

Extret de la pàgina  del decret  /2022).

-Bloc 1. Vida activa i saludable: salut física, mental i social. Actitud positiva cap a la participació regular en activitats físiques i esport.

-Bloc 2. Organització i gestió de l'activitat física. Planificació, organització i autoregulació de la pràctica física i aquells aspectes relacionats amb la seguretat de la pràctica motriu.

-Bloc 3. Resolució de problemes en situacions motrius a través de jocs i esports i les seues capacitats condicionals: participació segura, presa de decisions, etc.

-Bloc 4. Autorregulació emocional i interacció social en situacions motrius: vivenciar situacions de gestió de conflictes i regulació emocional fomentant el joc net i l'esportivitat.

-Bloc 5. Manifestacions de la cultura motriu: artísticoexpressiva, esport i cultura motriu tradicional, la Pilota Valenciana, els jocs i esports populars, etc.

-Bloc 6. Interacció eficient i sostenible amb l'entorn. adopció d'actituds i valors connectats amb la conservació del medi natural, el seu ús sostenible i mesures de seguretat, entre altres.

**8. RELACIÓ ENTRE ELS ELEMENTS CURRICULARS**

<b>COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES (CE)</b>	<b>SABERS BÀSICS (SB)</b>	<b>CRITERIS D'AVALUACIÓ (CAV)</b>
<b>CE1</b>	1, 2, 3, 4 i 6	(CAV 1.1, 1.2 i 1.3)
<b>CE2</b>	3 i 5	(CAV 2.1, 2.2 i 2.3)
<b>CE3</b>	1, 4 i 5	(CAV 3.1, 3.2 i 3.3)
<b>CE4</b>	2, 5 i 6	(CAV 4.1, 4.2, 4.3, 4.4 i 4,5)
<b>CE5</b>	1, 2, 3, 5 i 6	(CAV 5.1, 5.2, 5.3)

## 9. ORIENTACIONS METODOLÒGIQUES

La intervenció didàctica és “tota actuació del professor en el procés d'ensenyament-aprenentatge amb la intenció d'educar i ensenyar”. Aquest tipus d'intervenció, marcarà tant la tècnica com l'estil d'ensenyament que s'adoptarà en cada situació.

### Agrupacions.

A causa de la riquesa de la nostra matèria, s'empraran diferents agrupacions (individuals, parelles, grups reduïts i grans grups), en funció dels continguts a desenvolupar i dels objectius a perseguir.

### Espais.

#### Centre:

Gimnàs, pistes poliesportives i aules.

#### Exterior del centre:

Poliesportiu i parcs i zones esportives del municipi.

#### Digitals:

Aula Amparo Nevado i aules d'informàtica.

#### Altres:

Entorn urbà i natural proper del centre.

### Recursos i materials.

#### Analògics:

Material específic de la matèria.

#### Digitals:

Tauletes, ordinadors, portàtils, projectors d'aula i dispositius electrònics de l'alumnat.

#### Humans:

Personal del departament i personal extern de federacions i associacions.

### Models metodològics.

Les dues tècniques principals que guien el procés són la instrucció directa i indagació. Com a exemple dels mateixos citar els estils d'ensenyament tradicionals (comandament directe, modificació del comandament directe o assignació de tasques), estils d'ensenyament individualitzadors (treball per grups, ensenyament modular, ensenyament programat i programes individuals), estils d'ensenyament participatius (ensenyament recíproc, grups reduïts i microensenyament), afavorint l'aprenentatge per observació



(“neurones espill”) i estils d'ensenyament cognoscitius (descobriment guiat i resolució de problemes). En aquests estils, l'alumnat s'implica cognitivament donant resposta als problemes plantejats. En moltes activitats, es combina la teoria amb la pràctica, ja que sobre la base dels actuals estudis de la neuroeducació (Alarcón et al., 2018) millora l'assimilació i retenció de la informació.

<b>10. SITUACIONS D'APRENTATGE</b>
------------------------------------

SITUACIÓ D'APRENTATGE N° 1: Títol: Arrancant motors!	TEMPORALITZACIÓ 1ª avaluació Nº sessions: 6	
<p><b>Descripció/Justificació:</b> amb la situació d'aprenentatge que posa inici al curs, l'alumnat aprendrà a dirigir calfaments específics als seus companys i companyes, afermant el treballat en el 1er cicle, mostrant gran varietat d'exercicis i recursos dirigits als continguts treballats, extrapolant aquests calfaments a les activitats físiques i exercicis físics que realitzen fora del centre escolar.</p>		
Sabers bàsics	Competències específiques	Criteris d'avaluació
<p><u>Bloc 1. Vida activa i saludable</u> -Calfament específic autònom. -Tècniques de relaxació i estiraments.</p> <p><u>Bloc 2. Organització i gestió de l'activitat física</u> -Higiene i activitat física.</p> <p><u>Bloc 3. Resolució de problemes en situacions motrius</u> -Activitats i jocs de resistència aeròbica, força general i flexibilitat.</p>	<p><b>CE 1:</b> 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.</p>	CAV 1.1
	<p><b>CE 2:</b> 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.</p>	CAV 2.1
	<p><b>CE 5:</b> 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.</p>	CAV 5.1 CAV 5.2

SITUACIÓ D'APRENTATGE N° 2: Títol: Resistirem!		TEMPORALITZACIÓ 1ª avaluació Nº sessions: 6
<p><b>Descripció/Justificació:</b> una de les capacitats físiques bàsiques es la resistència, per això es fonamental que l'alumnat adquirisca nocions bàsiques per millorar la seua condició física (ZAS, Vo2 máx, FCM, etc.) i les pose en pràctica aprofitant els nostres recursos i de l'entorn, sent conscients de la importància dels beneficis de la mateixa per a la nostra salut, diferenciant els tipus de resistència (aeròbica-anaeròbica) i treballant-los a classe. L'alumnat ha 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 i aprofundint en les diferents variables que s'han de tindre en compte a l'hora del disseny del pla (F, I, D, d, etc.).</p>		
Sabers bàsics	Competències específiques	Criteris d'avaluació
<p><u>Bloc 1. Vida activa i saludable</u> -Freqüència, intensitat, duració, tipus, progressió i varietat (FITT-PV). -Les pulsacions (ppm) i el càlcul de la Zona d'Activitat física Saludable (ZAS). -Síndrome general d'adaptació, llinar aeròbic i anaeròbic, sobreentrenament i dolor muscular d'aparició tardana (DOMS). -Mètodes d'entrenament i noves tendències en fitness. -Programació autònoma de l'exercici. -Coneixement anatòmic, fisiològic i funcional dels sistemes corporals relacionats amb el moviment, l'activitat física i la salut.</p>	<p><b>CE 1:</b> 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.</p>	<p>CAV 1.1 CAV 1.2</p>
	<p><b>CE 2:</b> 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.</p>	<p>CAV 2.1</p>
<p><u>Bloc 2. Organització i gestió de l'activitat física</u> -Aplicacions, recursos web i dispositius específics: seguiment i control de l'esforç. Gestió pràctica d'activitat física. -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.</p>	<p><b>CE 5:</b> 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.</p>	<p>CAV 5.1 CAV 5.2 CAV 5.3</p>

<p><u>Bloc 3. Resolució de problemes en situacions motrius</u> -Activitats i jocs de resistència aeròbica, força general i flexibilitat. -Exercicis específics de resistència, tonificació i flexibilitat (ROM).</p> <p><u>Bloc 4. Autoregulació emocional i interacció social en situacions motrius</u> -Estrés.</p> <p><u>Bloc 6. Interacció eficient i sostenible amb l'entorn</u> -Les TIC en les activitats al medi natural (GPS, pulsòmetre, tracks, etc.).</p>		
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

SITUACIÓ D'APRENTATGE N° 3: Títol: Esports col·lectius, fair play com a objectiu		TEMPORALITZACIÓ 1ª avaluació Nº sessions: 8
<p><b>Descripció/Justificació:</b> a través d'esports col·lectius, l'alumnat coneixerà nocions reglamentàries de diversos esports, assumint valors d'inclusió i joc net, tolerància i respecte a les normes. Es mitjançant aquests continguts, més motivants per a l'alumnat, amb els que pretenem que desenvolupen 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, interactuant amb les persones i l'entorn; mitjançant 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.</p>		
Sabers bàsics	Competències específiques	Criteris d'avaluació
<u>Bloc 3. Resolució de problemes en situacions motrius</u> -Esports col·lectius. -Fonaments tècnico-tàctics esportius. -Pensament estratègic.	<b>CE 2:</b> 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.	CAV 2.1 CAV 2.2
<u>Bloc 4. Autoregulació emocional i interacció social en situacions motrius</u> -Estratègies de resolució de conflictes: Autonomia emocional.		
<u>Bloc 5. Manifestacions de la cultura motriu</u> -Estereotips i diversitat de gènere.	<b>CE 5:</b> 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.	CAV 5.1 CAV 5.2

SITUACIÓ D'APRENTATGE N° 4: Títol: Coneixent el nostre entorn		TEMPORALITZACIÓ 1ª avaluació Nº sessions: 4
<p><b>Descripció/Justificació:</b> mitjançant aquesta situació d'aprenentatge fomentarem que l'alumnat assolisca la capacitat d'interactuar activament amb l'entorn natural i urbà, fent un ús respectuós del medi físic, social i cultural, apreciand i respectant el medi ambient, part integral de l'educació ambiental. Aquesta situació emfatitza l'aprenentatge d'aspectes com el valor dels espais a l'aire lliure, els beneficis ambientals de la salut, pràctiques com el transport actiu, la mobilitat sostenible, 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. A més a més, valoraran la riquesa natural i topogràfica de la Comunitat Valenciana i d'altres regions amb les activitats complementaries proposades.</p>		
Sabers bàsics	Competències específiques	Criteris d'avaluació
<p><u>Bloc 6. Interacció eficient i sostenible amb l'entorn</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Mesures de protecció i conservació del medi ambient.</li> <li>-Mobilitat sostenible.</li> <li>-La riquesa natural i topogràfica de la Comunitat Valenciana.</li> <li>-Les TIC en les activitats al medi natural (GPS, pulsòmetre, tracks, etc.).</li> </ul>	<p><b>CE 4:</b> Interaccionar de manera sostenible amb el patrimoni natural i cultural mitjançant activitats físiques i artisticoexpressives.</p>	<p>CAV 4.1 CAV 4.3</p>

SITUACIÓ D'APRENTATGE N° 5: Títol: Quant saps d'esport?		TEMPORALITZACIÓ 2ª avaluació Nº sessions: 6
Sabers bàsics	Competències específiques	Criteris d'avaluació
<p><u>Bloc 1. Vida activa i saludable</u></p> <p>-Mites i falses creences en l'àmbit de l'activitat física i l'esport. -Efectes negatius i conductes de prevenció del consum de tabac, alcohol, altres drogues i la ludopatia associada a l'esport. -Ajudes ergogèniques legals i dopatge.</p>	<p><b>CE 1:</b> 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.</p>	<p>CAV 1.1 CAV 1.3</p>
<p><u>Bloc 2. Organització i gestió de l'activitat física</u></p> <p>-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.</p>	<p><b>CE 2:</b> 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.</p>	<p>CAV 2.3</p>
<p><u>Bloc 5. Manifestacions de la cultura motriu</u></p> <p>-Processos de reflexió sobre temàtiques socials. -Consum responsable en l'àmbit de l'activitat física i l'esport: capacitat crítica i seguretat personal.</p>	<p><b>CE 5:</b> 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.</p>	<p>CAV 5.1 CAV 5.2 CAV 5.3</p>

SITUACIÓ D'APRENENTATGE N° 6: Títol: De salts per la vida		TEMPORALITZACIÓ 2ª avaluació Nº sessions: 8
<p><b>Descripció/Justificació:</b> mitjançant les habilitats de corda, l'alumnat té l'oportunitat de vivenciar 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, fomentat la creativitat i l'autoconfiança per mitjà dels muntatges que crearan. 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, millorant la seua condició física, ampliant el treball de resistència de la 1ª avaluació.</p>		
Sabers bàsics	Competències específiques	Criteris d'avaluació
<p><u>Bloc 1. Vida activa i saludable</u> -Mètodes d'entrenament i noves tendències en fitness (entrenament HIIT).</p> <p><u>Bloc 3. Resolució de problemes en situacions motrius</u> -Activitats i jocs de resistència aeròbica, força general i flexibilitat.</p> <p><u>Bloc 5. Manifestacions de la cultura motriu</u> -Valoració de les activitats artístiques com a bé cultural. -Estereotips i diversitat de gènere. -Escenografia. -Jocs malabars. -El clown i el mim. -Arts circenses: combinacions i fusió amb altres disciplines. -Lluita escènica. -Muntatges audiovisuals amb i sense suport musical.</p>	<p><b>CE 2:</b> 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.</p> <p><b>CE 3:</b> Participar en processos de creació de naturalesa artísticoadressiva mitjançant l'ús del cos, el gest i el moviment com a mitjans d'autoconeixement per a expressar idees i sentiments.</p> <p><b>CE 5:</b> 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.</p>	<p>CAV 2.1</p> <p>CAV 3.1 CAV 3.2</p> <p>CAV 5.3</p>



SITUACIÓ D'APRENTATGE N° 7: Títol: Reciclem i juguem		TEMPORALITZACIÓ 2ª avaluació Nº sessions: 8
<p><b>Descripció/Justificació:</b> mitjançant aquesta situació d'aprenentatge 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, posant en pràctica esports amb material autoconstruït. 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 aprèn més sobre el cos i el moviment, a través del desenvolupament d'aquests esports, aprèn també a treballar de manera col·laborativa i respectuosa amb la resta, adquirint la capacitat de pensament sistèmic i creatiu, millorant la seua capacitat per a fer connexions amb el seu voltant i la possibilitat de convertir-se en ciutadans ambientalment responsables.</p>		
Sabers bàsics	Competències específiques	Criteris d'avaluació
<p><u>Bloc 3. Resolució de problemes en situacions motrius</u> -Esports individuals i d'adversari. -Fonaments tècnico-tàctics esportius.</p> <p><u>Bloc 6. Interacció eficient i sostenible amb l'entorn</u> -Mesures de protecció i conservació del medi ambient.</p>	<p><b>CE 2:</b> 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.</p>	<p>CAV 2.1 CAV 2.2 CAV 2.3</p>
	<p><b>CE 4:</b> Interaccionar de manera sostenible amb el patrimoni natural i cultural amb activitats físiques i artisticoexpressives.</p>	<p>CAV 4.1 CAV 4.4</p>

SITUACIÓ D'APRENTATGE N° 8: Títol: Va de bo!		TEMPORALITZACIÓ 3ª avaluació Nº sessions: 8
Sabers bàsics	Competències específiques	Criteris d'avaluació
<p><u>Bloc 3. Resolució de problemes en situacions motrius</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Jocs i esports col·lectius i d'adversari.</li> <li>-Fonaments tècnico-tàctics esportius.</li> <li>-Pensament estratègic.</li> </ul> <p><u>Bloc 5. Manifestacions de la cultura motriu</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Valoració de les activitats artístiques com a bé cultural.</li> <li>-Entitats pròximes.</li> <li>-Nyago i les seues variants.</li> <li>-Raspall i les seues variants.</li> <li>-El joc a paret: frontó i frare.</li> <li>-Els valors de la pilota: bonhomia, equitat i pacte esportiu.</li> <li>-Dona pilota.</li> <li>-Referents esportius.</li> </ul>	<p><b>CE 2:</b> 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.</p>	<p>CAV 2.1 CAV 2.2</p>
	<p><b>CE 4:</b> Interaccionar de manera sostenible amb el patrimoni natural i cultural mitjançant activitats físiques i artisticoexpressives.</p>	<p>CAV 4.5</p>
	<p><b>CE 5:</b> 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.</p>	<p>CAV 5.2</p>

SITUACIÓ D'APRENTATGE N° 9: Títol: Esports alternatius e inclusius		TEMPORALITZACIÓ 3ª avaluació Nº sessions: 8
<p><b>Descripció/Justificació:</b> l'esport escolar i les competències motrius implicades poden millorar el desenvolupament físic, cognitiu i emocional de l'alumnat, 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. Volem treballar jocs i esports inclusius que generen i fomenten hàbits per a una pràctica esportiva adequada a cada etapa de la vida.</p>		
Sabers bàsics	Competències específiques	Criteris d'avaluació
<p><u>Bloc 3. Resolució de problemes en situacions motrius</u> -Activitats i jocs de resistència aeròbica, força general i flexibilitat. -Jocs col·lectius.</p>	<p><b>CE 2:</b> 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.</p>	<p>CAV 2.1 CAV 2.2</p>
<p><u>Bloc 5. Manifestacions de la cultura motriu</u> -Diversitat funcional física, psíquica i sensorial. -Entitats pròximes. -Pràctica i conscienciació.</p>	<p><b>CE 4:</b> Interaccionar de manera sostenible amb el patrimoni natural i cultural mitjançant activitats físiques i artísticosexpressives.</p>	<p>CAV 4.3</p>

SITUACIÓ D'APRENTATGE N° 10: Títol: Expressió corporal: espai i ritme	TEMPORALITZACIÓ 3ª avaluació Nº sessions: 6	
<p><b>Descripció/Justificació:</b> amb aquesta situació d'aprenentatge, pretenem explorar les situacions comunicatives que es donen de manera conscient i inconscient amb el cos, el gest i el moviment. 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 la dansa i el ball, s'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.</p>		
Sabers bàsics	Competències específiques	Criteris d'avaluació
<p><u>Bloc 4. Autoregulació emocional i interacció social en situacions motrius</u> -La comunicació no verbal conscient i inconscient. -Contextualitzacions de la comunicació corporal en la vida quotidiana.</p> <p><u>-Bloc 5. Manifestacions de la cultura motriu</u> -Respecte de la propietat intel·lectual. -Valoració de les activitats artístiques com a bé cultural. -La dansa, el teatre i les arts vives: desenvolupament de la identitat artística. -Projectes interdisciplinaris artístics. -La llum i el so. -Interpretació de textos. -Ús de la tecnologia. -La postura corporal com a element expressiu. -Les emocions. -Elements de la comunicació verbal i no verbal. -Escenografia -Percussió corporal. -Muntatges audiovisuals amb i sense suport musical. -Danses urbanes: mitjans de difusió i protecció de la identitat personal. -Dansa contemporània.</p>	<p><b>CE 3:</b> Participar en processos de creació de naturalesa artísticopressiva mitjançant l'ús del cos, el gest i el moviment com a mitjans d'autoconeixement per a expressar idees i sentiments.</p> <p><b>CE 5:</b> 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.</p>	<p>CAV 3.1 CAV 3.2 CAV 3.3</p> <p>CAV 5.1 CAV 5.2</p>

## 11. VALORACIÓ GENERAL DEL PROGRÉS DE L'ALUMNAT

### Instrumentes de recollida d'informació.

Els instruments de recollida de la informació, atendran a les tres dimensions diferents de l'avaluació que impliquen la participació activa de diferents protagonistes en el procés d'ensenyament-aprenentatge:

-Heteroavaluació: en aquest enfocament el docent avalua i qualifica l'assoliment de l'alumnat. Per a la recollida de la informació, farem ús de diferents instruments d'avaluació i qualificació, com a rúbriques objectives, escales de qualificació, portfolis, tests físics, treballs i proves teòriques. Tots ells suposaran gran part de la qualificació dels discents, a causa de la dimensió pràctica de l'Educació Física.

-Coavaluació: a través d'aquesta, s'afavoreix que siguin els propis estudiants els que avaluen l'assoliment dels objectius perseguits pels companys/es, fomentant així la participació activa i la responsabilitat compartida en el propi procés d'avaluació. Per a la recollida de la informació, farem ús de diferents instruments: rúbriques de coavaluació, llistes d'acarament, escales de valoració, comentaris i feedbacks, etc.

-Autoavaluació: els/les alumnes/as autoavaluaran el seu progrés per mitjà d'instruments com a qüestionaris, formularis, diaris i portfolis.

### Criteris de qualificació.

En el present cicle, s'avaluen i qualifiquen un total de 17 criteris d'avaluació i qualificació. No tots els criteris recullen els mateixos processos cognitius o motors, ni contribueixen de la mateixa manera al desenvolupament de l'alumne en la matèria de l'Educació Física durant el curs. Aquests es relacionen amb les diverses competències específiques que l'alumnat ha d'aconseguir al finalitzar la etapa. La nota obtinguda per l'alumnat es la suma de la qualificació obtinguda en aquestes competències específiques. Prèviament, s'ha establert un percentatge per a cadascuna d'aquestes, definit aquest pel Departament. Així, els percentatges atorgats a cadascuna per al curs queden establerts de la següent manera:

CE 1: 20%

CE 2: 40%

CE 3: 10%

CE 4: 10%

CE 5: 20%

### Nota trimestral:

Per a fer el càlcul que permeti aconseguir una qualificació entre l'1 i el 10 de cada discent, al final de cada avaluació, es farà una **mitjana ponderada de les competències específiques treballades**, recollint les dades amb els instruments anteriorment descrits.

Si l'alumnat obté una qualificació molt negativa (**menys del 30%**) en alguna **competència**, **no podrà aprovar** el trimestre, igual que si obté **menys d'un 3 en algun instrument d'avaluació**. **No assistir al 20%** de les classes en una avaluació (entenen aquestes absències com faltes no justificades) suposarà la qualificació negativa del

trimestre.

Per a atendre la diversitat, s'adapta l'avaluació a l'alumnat que no pot fer la part pràctica per prescripció mèdica, per lesions o problemes de salut temporals. Aquests discents, no estan exempts de les classes, per a superar les avaluacions de les tasques motrius faran tasques on exerceixen funcions com a ajudant del docent, jutge-àrbitre/a o supervisor/a del material. També, realitzen fitxes de treball vinculades amb el contingut principal de la sessió.

Per acabar, segons la legislació vigent, la qualificació final numèrica obtinguda per l'alumnat en cada avaluació, serà expressada en els següents termes: insuficient (IN), per a qualificacions de 0 a 4,99, suficient (SU) per a qualificacions del 5 al 5,99, be (BE), per a qualificacions de 6 a 6,99, notable (NT) per a qualificacions del 7 al 8,99 i finalment, excel·lent (EX) per a qualificacions del 9 al 10.

#### Nota final:

La nota final de l'alumnat reflectirà la consecució dels objectius d'etapa i el desenvolupament de les competències clau establides en el perfil d'eixida. Així, la superació de les competències específiques de la matèria lligades als criteris d'avaluació i qualificació del curs i a les competències clau, demostraran el seu grau de consecució. Per a donar-li coherència a tot el procés, s'ha de relacionar i vincular tots els elements curriculars que marca la legislació amb els instruments creats. El mètode per a l'obtenció de la nota final segueix el patró anteriorment descrit, obtenint aquesta **nota final** fent la **mitjana aritmètica de les tres avaluacions**.

A més a més, la qualificació quantitativa anirà acompanyada d'un comentari qualitatiu destacant l'esforç, treball, assistència, adquisició de coneixements, actitud a l'aula, etc., per part del docent.

Exemples:

- SEMPRE / A VEGADES / HA DE participa activament i voluntàriament en classe i en les activitats que proposa el professorat (treballs voluntaris, extraescolars...)
- SEMPRE / A VEGADES / HA DE presenta els materials i les activitats ordenades (portfolis, treballs, mapes, fitxes...) correctament i en temps.
- És una persona BASTANT / PROU / POC autònoma en relació a la feina, a la recerca de respostes i solucions, a la recerca d'informació, etc.
- Progressa ADEQUADAMENT / LENTAMENT en l'adquisició de competències i en l'assoliment dels objectius de la matèria.
- SEMPRE / A VEGADES / HA DE s'esforça i es coordina adequadament en el treball d'equip.
- SEMPRE / A VEGADES / HA DE col·labora i ajuda els seus companys.
- Ha de portar l'equipament esportiu/higiene personal per a la pràctica de la matèria.
- Ha d'arribar amb puntualitat a totes les classes.

### **Estratègies per al reforç i plans de recuperació per a la matèria suspesa.**

Si l'alumnat aconsegueix una puntuació inferior a 5 en una competència específica, ha de recuperar la mateixa amb una nota igual o superior a 5, sent avaluat de nou de la mateixa per mitjà de l'instrument d'avaluació i qualificació pertinent.

Si existeix alumnat amb la matèria pendent del curs anterior, se'ls deriva als exàmens de recuperació extraordinaris (avisats amb antelació), sent informat de les competències específiques que ha d'assumir, avaluades per mitjà dels criteris d'avaluació del curs en qüestió. Aquests/es alumnes seran informats prèviament a la matriculació (en juny), i a l'inici del curs (en setembre), on se'ls detallarà tota el comentat anteriorment.

## **12. RESPOSTA EDUCATIVA PER A LA INCLUSIÓ**

D'acord amb l'establert a l'article 19 del RD 217/2022 i tenint en compte els principis d'educació comú i d'atenció a la diversitat del D 107/2022, s'han de disposar els mitjans necessaris per a respondre a les necessitats educatives concretes de l'alumnat, considerant les seues circumstàncies i els diferents ritmes d'aprenentatge.

Les mesures adoptades formen part del PDC i s'orienten a permetre a tot l'alumnat el desenvolupament de les competències, previst el perfil d'eixida i la consecució dels objectius de l'ESO. Totes les mesures educatives per a l'alumnat amb necessitats específiques de suport educatiu a la matèria d'Educació Física s'han d'ajustar al que disposa la normativa vigent en matèria d'inclusió educativa, Ordre 20/2019 i Ordre 38/2017.

A causa del caràcter pràctic de la matèria, si algun alumne/a presenta alguna patologia, malaltia o lesió que li impedisca mantindre el ritme de classe amb normalitat, se li atindrà per mitjà de les mesures ordinàries necessàries, així com mesures extraordinàries, disposades en la llei, atenent així els alumnes amb NESE, avaluant-ho con s'ha detallat a l'apartat 11 d'aquest document.

## **13. AVALUACIÓ DEL PROCÉS D'ENSENYAMENT I DE LA PRÀCTICA DOCENT**

En l'article 7 de l'Ordre 38/2017 d'avaluació s'enuncia el següent: "pel que respecta a l'avaluació dels processos d'ensenyament i aprenentatge, el professorat avaluarà al final de cada curs acadèmic, a més dels aprenentatges de l'alumne, els processos d'ensenyament i la seua pràctica docent". Així doncs, amb el propòsit d'obtenir informació per a valorar el procés d'ensenyament-aprenentatge, s'empra un qüestionari d'avaluació, que emplena l'alumnat una vegada finalitzat el mateix (annex 1).

*Per favor, respecta l'espai d'aquest quadre de text.*



## 14. ACTIVITATS COMPLEMENTÀRIES

Segons el parer de Morals (2014), “les activitats complementàries són eines extraordinàries per a nodrir la curiositat, la sensibilitat, la cultura i l'esport”. Aquest, les considera imprescindibles per a aconseguir el desenvolupament integral de l'alumnat, pel seu caràcter per a complementar els continguts impartits en horari de classe.

A continuació, es presenta una de les activitats complementàries que es proposen en la proposta pedagògica del curs:

### 1<sup>a</sup> Avaluació.

-Senderisme.

### 2<sup>a</sup> Avaluació.

-Eixida en bici.

### 3<sup>a</sup> Avaluació.

-Dia de vela i activitats a la mar.

-Dia de l'esport.

-Mou-te: cursa del municipi.

-Activitats esportives al poliesportiu municipal.

Aquestes activitats son proposades a l'inici del curs, per això és possible que es modifiquen, ampliant o reduint les mateixes.

**ANNEX I: AVALUACIÓ PRÀCTICA DOCENT**

PLANIFICACIÓ DE LA MATÈRIA	0-5	PROPOSTES DE MILLORA
Explicació a inici de curs de la forma de treball: distribució de continguts, criteris d'avaluació, material necessari, possibles activitats extraescolars, lectures previstes...		
Programa l'assignatura tenint en compte el currículum LOMLOE: situacions i espais d'aprenentatge, criteris, perfil d'eixida...		
Distribució ben planificada del temps: unitats, proves escrites, eixides...		
Selecció i seqüenciació progressiva dels continguts de la programació d'aula tenint en compte les particularitats del grup.		
Activitats i estratègies d'aprenentatge ben organitzades i coherents amb el nivell assolit.		
Classes amenes, interessants amb activitats i recursos ajustats a la programació d'aula i a les necessitats i als interessos de l'alumnat.		
Criteris, procediments i els instruments d'avaluació i autoavaluació que permeten fer el seguiment del progrés d'aprenentatge dels seus alumnes i alumnes.		
Es coordina amb el professorat d'altres departaments que puguen tenir continguts afins a la seua assignatura.		

DOCENT	0-5	PROPOSTES DE MILLORA
Organitza el temps de cada unitat i prova escrita a l'inici de cada trimestre.		
Proporciona un pla de treball al principi de cada unitat.		
Relaciona les situacions d'aprenentatge amb aplicacions reals o amb la seua funcionalitat.		
Informa sobre els progressos aconseguits i les dificultats oposades.		
Relaciona els continguts i les activitats amb els interessos de l'alumnat.		
Estimula la participació activa dels estudiants en classe.		
Promou la reflexió dels temes tractats.		
Presenta una relació cordial i accessible a l'alumnat.		
Assisteix normalment a classe.		
És puntual.		

DESENVOLUPAMENT DE L'ENSENYAMENT	0-5	PROPOSTES DE MILLORA
Resumeix les idees fonamentals abans de passar a una nova unitat o tema amb mapes conceptuals, esquemes.		
Quan introdueix conceptes nous, els relaciona, si és possible, amb els ja coneguts; intercala preguntes aclaridores; posa exemples...		
Té predisposició per a aclarir dubtes i oferir assessories dins i fora de les classes.		
Utilitza ajuda audiovisual o d'un altre tipus per a recolzar els continguts en l'aula.		
Promou el treball cooperatiu i manté una comunicació fluïda amb els estudiants.		
Desenvolupa els continguts d'una forma ordenada i comprensible per a l'alumnat.		
Planteja activitats que permeten l'adquisició dels sabers bàsics mitjançant situacions d'aprenentatges variades, interessants i lúdiques.		
Planteja activitats grupals i individuals.		

r