

ADAPTACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD EDUCATIVA DURANTE EL TERCER TRIMESTRE Y LA EVALUACIÓN FINAL DEL CURSO ACADÉMICO 2019-2020

Publicada la instrucción de 17 de abril, de la Dirección General de Centros, Planificación y Ordenación Educativa de la Consejería de Educación de la Junta de Castilla y León, relativa al desarrollo de la actividad educativa durante el Tercer Trimestre y la evaluación final del curso académico 2019-2020, se establece, entre otras medidas, la adaptación de las Programaciones didácticas aprobadas para el presente curso en la Programación General Anual, en lo relativo al tercer trimestre; la evaluación final; así como para la recuperación, consolidación y ampliación de las diferentes materias que permita la adquisición de los aprendizajes y las competencias imprescindibles en cada enseñanza.

Justificación

La situación excepcional que estamos viviendo y que puede prolongarse desde unas semanas, hasta el final de curso, hace que tengamos que realizar adaptaciones en las programaciones de este curso, que estarán vigentes siempre y cuando no sea posible incorporarnos a las clases presenciales.

Esta nueva modalidad de enseñanza nos ha hecho modificar las herramientas metodológicas para continuar con la enseñanza, como la utilización de la aplicación de Edmodo y de teams. A través de esta nueva de trabajo vamos a contribuir al desarrollo de competencias como la digital y la de aprender a aprender.

Las características de la asignatura de educación física, permite que al realizar el seguimiento y puesta en práctica de clases dirigidas online, puedan beneficiarse del sedentarismo al que estamos sometidos al no poder salir de casa, con todos los beneficios que ello tiene para la salud y calidad de vida.

1. SELECCIÓN, CONCRECIÓN Y PRIORIZACIÓN DE CONTENIDOS ESENCIALES DEL PRIMER, SEGUNDO Y TERCER TRIMESTRE PARA CADA CURSO.

1º ESO	PRIMER TRIMESTRE	<p>Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas, adaptando los métodos disponibles dentro de casa.</p> <p>Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones</p>
	SEGUNDO TRIMESTRE	<p>Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>Aplica fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>Conoce fundamentos técnicos para obtener ventaja en balonmano.</p>
	TERCER TRIMESTRE	<p>Participa en la mejora de las capacidades físicas básicas, adaptando los métodos disponibles dentro de casa.</p> <p>Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo.</p> <p>Colabora en las actividades grupales online, respetando a los demás y las normas establecidas.</p> <p>Explica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación.</p>
2º ESO	PRIMER TRIMESTRE	<p>Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>Aplica fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p>
	SEGUNDO TRIMESTRE	<p>Conoce fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de baloncesto.</p>

	TERCER TRIMESTRE	<p>Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas, adaptando los métodos disponibles dentro de casa.</p> <p>Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p> <p>valora el entorno como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>Conoce medias preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas en un entorno no estable.</p> <p>Respeto a los demás en actividades grupales online.</p>
3º ESO	PRIMER TRIMESTRE	<p><i>Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</i></p> <p>Practica de métodos variados, como Yoga, estiramientos globales, masajes y técnicas de relajación física y mental. Manejo de estos métodos de forma autónoma, sin ayuda del profesor y con el objetivo de mantener, sobre todo, una buena salud mental durante el confinamiento (Se aconseja al alumno que lo realice con el resto de la familia).</p> <p><i>Participa activamente en la mejora de capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</i></p> <p><i>Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para mejorar la condición física.</i></p> <p>Llevar a cabo la práctica de métodos de entrenamiento destinados al mantenimiento y/o la mejora de la condición física. Manejo de estos métodos por el alumno de forma autónoma, sin ayuda del profesor y con el objetivo de mantener, sobre todo, una buena salud física.</p>
	SEGUNDO TRIMESTRE	<p><i>Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</i></p> <p><i>Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</i></p> <p><i>Analiza críticamente actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.</i></p> <p>Valoración de las posibilidades lúdicas de los juegos y deportes individuales, debido a la situación actual en la que nos encontramos. Búsqueda de información, estructuración y síntesis de la misma para obtener conclusiones personales, mediante el empleo de tic. Puesta en práctica de alguno de ellos para el disfrute personal.</p>

	<p style="text-align: center;">TERCER TRIMESTRE</p>	<p>Prevención de lesiones y primeros auxilios: <i>Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</i></p> <p>Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. Valoración y aplicación de protocolos de seguridad para controlar dificultades y riesgos durante la participación en actividades físico-deportivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas en su desarrollo.</p> <p>Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades. Adquisición y perfeccionamiento de técnicas básicas de orientación. La brújula, familiarización, manejo, lectura y orientación de mapas y realización de actividades de orientación.</p>
<p style="text-align: center;">4º ESO</p>	<p style="text-align: center;">PRIMER TRIMESTRE</p>	<p>Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. Aplicación de los aprendizajes del primer trimestre para practicar métodos variados tales como Yoga, estiramientos globales, masajes y técnicas de relajación física y mental. Manejo de estos métodos de forma autónoma, sin ayuda del profesor y con el objetivo de mantener, sobre todo, una buena salud mental durante el confinamiento (se aconseja al alumno que lo realice con el resto de la familia).</p> <p>Participa activamente en la mejora de capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. <i>Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para mejorar la condición física.</i> Llevar a cabo la práctica de métodos de entrenamiento destinados al mantenimiento y/o la mejora de la condición física. Manejo de estos métodos por el alumno de forma autónoma, sin ayuda del profesor y con el objetivo de mantener, sobre todo, una buena salud física.</p>
	<p style="text-align: center;">SEGUNDO TRIMESTRE</p>	<p>Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.</p> <p>Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.</p> <p>Aplicación de los aprendizajes del segundo trimestre para llevar a cabo la práctica de algún deporte individual, popular o tradicional, si es posible.</p>

	TERCER TRIMESTRE	<p>La actividad física y el desarrollo integral. Hábitos, nocivos para nuestra condición física y salud: Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva. Relaciona hábitos como mala alimentación, sedentarismo, consumo de tabaco y bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.</p> <p>Contribución de la actividad física sistemática al desarrollo integral de la persona. Efectos negativos de determinados hábitos, nocivos, sobre la condición física y la salud. Importancia de una buena alimentación y autonomía en el mantenimiento de la salud.</p> <p><i>Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</i></p> <p>Adquisición y perfeccionamiento de técnicas básicas de orientación. La brújula, familiarización, manejo, lectura y orientación de mapas y realización de actividades de orientación.</p>
1º BACH	PRIMER TRIMESTRE	<p>Conoce acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.</p>
	SEGUNDO TRIMESTRE	<p>Elabora un programa de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad. Aplica conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.</p>
	TERCER TRIMESTRE	<p>Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo online, respetando las diferencias</p> <p>Representa montajes de expresión corporal individuales, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.</p>

2. ADAPTACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN A LA NUEVA SITUACIÓN.

Instrumentos evaluación en caso de que no nos podamos incorporar a las clases:

- Actividades en archivo Word
- Realización de fotos y videos y
- Realización test/ cuestionarios online sobre la teoría explicada.
- Realización de clases online de actividad física

Criterios de calificación tercera evaluación (en caso de no incorporarnos a las clases):

Se realizará la media de todas las actividades que se manden cada semana. Así como la asistencia a las clases online (en las que será obligada la cámara web) para poder comprobar que está realizando la actividad.

Criterios calificación Evaluación final (en caso de no incorporarnos)

El primer trimestre tendrá un peso del 50%, el segundo trimestre el 50% y el tercer trimestre 10%.

3. ACOMODACIÓN DE LAS MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD A LA NUEVA SITUACIÓN.

Para aquellos alumnos que no disponen de medios para acceder a las plataformas que se están utilizando en esta nueva situación, se pasará a los tutores la información de las tareas que se manden semanalmente o incluso se mandarán las tareas al email que faciliten las familias.