**ANEXO A LA PROGRAMACIÓN:**

**ADECUACIÓN DE OBJETIVOS, CONTENIDOS Y EVALUACIÓN A LA SITUACIÓN EXCEPCIONAL DEL TERCER TRIMESTRE**

**DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA**

**PROFESORADO: JOSE ANTONIO ALCARAZ ASTORGA**

**1. Adecuación de objetivos:**

Nos centramos en los aspectos que aparecen subrayados en 7 de los 12 objetivos generales de la Educación Física en ESO:

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.

2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.

3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludable, práctica de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.

4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.

5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativa, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.

12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

Dentro del desarrollo de las competencias claves nuestro esfuerzo se centra en reforzar la contribución desde la materia a las competencias clave:

* comprensión y producción escrita
* conocimiento del propio cuerpo y de los efectos beneficiosos del ejercicio físico sobre él (especialmente el desarrollo de la Fuerza y la Resistencia)
* aceptación de los niveles individuales de condición física
* planificación de actividades y perseverancia al realizarlas de manera sistematizada
* afán de superación personal
* valoración de otras manifestaciones de la motricidad humana (baile, relajación)
* uso responsable de las TIC para recabar, presentar y compartir información sobre aspectos relacionados con la actividad físico-deportiva.

**2. Adecuación de contenidos:**

En cuanto a los contenidos de la tercera evaluación, atendiendo a la imposibilidad de la realización de las sesiones prácticas, se dejarán de impartir las sesiones prácticas siguientes:

Velocidad, desarrollo

* Bádminton, aprendizaje de la técnica individual y práctica de la táctica
* Fuerza, realización de circuitos en parejas y con cargas externas
* Actividades en la Naturaleza (actividades lúdicas en la nieve y piragüismo)
* Acrosport, iniciación

Procuraremos el conocimiento teórico de dichos contenidos en la medida en que aparecen en el libro de texto, fomentando su lectura y comprensión a través de la realización de actividades de fácil realización.

Los contenidos que sí se impartirán de los programados son:

* Fuerza y Resistencia, a través de diversas rutinas de entrenamiento
* Bailes de salón, con la realización del paso básico de “cha, cha, chá” y “salsa”
* Técnicas de relajación

**3. Cambios en la metodología: herramientas digitales utilizadas.**

* Sesiones de videoconferencia: con idea de no sobrecargar las horas de presencia del alumnado frente a la pantalla del ordenador, hemos espaciado dichas sesiones con una frecuencia de 1 sesión máximo a la semana. En ellas se pretende fundamentalmente explicar las propuestas de trabajo a realizar por el alumnado. También habrá sesiones dedicadas a comentar y resolver dudas sobre el libro de texto.
* Plataforma educativa del IES Drago:
* instrucciones y documentos necesarios para realizar las propuestas de trabajo.
* Enlaces web a videos explicativos sobre las actividades a realizar.
* Enlaces web a recursos para ayudarles
* Recursos lúdicos para aliviar el confinamiento
* Uso del correo electrónico para el intercambio de información profesor-alumnado
* Formularios Google para la consolidación y valoración de los aspectos teóricos

**4. Evaluación:**

**Adecuación de criterios de evaluación:**

Los criterios de evaluación a los que se atenderá de modo prioritario en la tercera evaluación son los siguientes:

1. Presentar montajes individuales, ajustando los elementos de la motricidad expresiva.
2. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.
3. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.
4. Analizar críticamente el fenómeno deportivo y el impacto social de las actividades físicas y deportivas, incluyendo la asunción de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes (“uso de mascarillas y distancia social”)
5. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte debido.

**Adecuación de instrumentos de evaluación:**

De los instrumentos de evaluación que especifica nuestra programación utilizaremos los siguientes:

* Test motores (fuerza y resistencia)
* Trabajos escritos monográficos individuales (tablas de seguimiento de rutinas de entrenamiento, con sus impresiones y conclusiones; redacción análisis fenómeno deportivo; beneficios de la relajación)
* Pruebas objetivas (formularios google)
* Procedimientos de observación sistemáticas (ficha de registro del personal sobre el envío de las actividades)
* Participación en las actividades, actitud, atención y colaboración (videoconferencias, correos electrónicos)
* Grabaciones en video
* Entrevistas videoconferencia ( si fuese necesario)

**Procedimiento de recuperación:**

Se mantiene el procedimiento de recuperación establecido en la programación. Se insiste especialmente en la entrega de trabajos solicitados en relación con el Objetivo General 5 de la Educación Física en ESO (relativos al calentamiento y vuelta a la calma). En los casos en los que estaba previsto realizar una prueba de recuperación específica en formato escrito para recuperar los contenidos teóricos de la 1ª y 2ª evaluación, se ha recurrirá al examen escrito u oral con videoconferencia, dejando libertad al alumnado afectado para fijar la fecha de manera que no le interfiera académicamente con otras áreas.

**Adecuación de criterios de calificación.**

Daremos especial importancia al seguimiento en la realización de las actividades realizadas por el alumnado valorando su presentación adecuada en tiempo y forma y su adecuación a los estándares solicitados.

Otros aspectos a valorar serán, en menor grado: resultados de los test y calidad en la ejecución de los pasos básicos de los bailes solicitados. Por último, y con igual importancia, se valorará la participación del alumno/a en las sesiones de videoconferencia y en la correspondencia electrónica.