



I.E.S. Galileo Galilei

Programación  
DEPARTAMENTO

MD75PR01

REVISIÓN:

COMPONENTES DEL DEPARTAMENTO		
PROFESOR	MATERIA/ MÓDULO y GRUPO	
Jorge Álvarez de Sotomayor Merino	Educación Física 1º, 2º, 3º, 4º ESO 1º Bachillerato	Proyecto Integrado 4º ESO 1º, 2º Bachillerato

REUNIÓN DEL DEPARTAMENTO

MATERIAS OPTATIVAS PROPUESTAS
-

LIBROS DE TEXTO
Editorial Paidotribo para los cursos de 1º y 3º ESO

MATERIAL DIDÁCTICO DISPONIBLE
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sala deportiva cubierta con vestuarios, aseos, almacén y despacho.</li> <li>• Pistas polideportivas al aire libre (balonmano y baloncesto).</li> <li>• 16 espalderas.</li> <li>• Una colchoneta quitamiedos de salto de altura</li> <li>• 4 colchonetas gruesas (de salto).</li> <li>• 16 colchonetas pequeñas (algunas en mal estado).</li> <li>• 2 bancos suecos en mal estado.</li> <li>• 3 trampolines, con sólo 2 bases de sustentación.</li> <li>• 2 plinton.</li> <li>• Minicadena CD y Amplificador con micrófono inalámbrico.</li> <li>• Balones: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Baloncesto</li> </ul> </li> </ul>

- Voleibol 12
- Fútbol sala 15
- Balonmano 13 (4 pequeños / 5 medianos)
- Rugby 10
- Futvoley 3
- Gomaespuma 5
- Medicinales 6 (4kg) + 8 (3kg) + 2 (2kg)
- Ritmica 2 cajas (diferentes tamaños)
- Floorball: Sticks 12 azules / 9 rojos + Bolas 9
- Raquetas de badminton 26 (10 nuevas + 16 viejas)
- Palas 29 + 13 bolas blandas
- Indiacas 11
- Kickboxing: 2 pares de guantes, 2 pares de manoplas y un par de paos
- Testigos 5 (4 de plástico + 1 de madera)
- Disco plástico (800gr)
- Conos altos 12
- Frisbees 20
- Torre de setas señalización
- Aros:
  - Grandes 5
  - Medianos 20
- Cuerdas 20
- Vallas 6
- Picas 24 madera)

Inflador manual y eléctrico

## OBJETIVOS GENERALES

(Primer ciclo de ESO, 3º y 4º de ESO, BTO y CCFF)

- 1. Conocer los rasgos que definen una actividad física saludable y los efectos beneficiosos que esta tiene para la salud individual y colectiva.*
- 2. Valorar la práctica habitual y sistemática de actividades físicas como medio para mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.*
- 3. Realizar tareas dirigidas al incremento de las posibilidades de rendimiento motor, a la mejora de la condición física para la salud y al perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal, adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución.*
- 4. Conocer y consolidar hábitos saludables, técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica físico-deportiva.*
- 5. Planificar actividades que permitan satisfacer las necesidades en relación a las capacidades físicas y habilidades específicas a partir de la valoración del nivel inicial.*
- 6. Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que tengan bajo impacto ambiental, contribuyendo a su conservación.*
- 7. Conocer y realizar actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución.*
- 8. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad.*
- 9. Practicar y diseñar actividades expresivas con o sin base musical, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa.*
- 10. Adoptar una actitud crítica ante el tratamiento del cuerpo, la actividad física y el deporte en el contexto social.*

La enseñanza de la Educación física en el bachillerato tendrá como objetivo el desarrollo de las siguientes capacidades:

1. *Conocer y valorar los efectos positivos de la práctica regular de la actividad física en el desarrollo personal y social, facilitando la mejora de la salud y la calidad de vida.*
2. *Elaborar y poner en práctica un programa de actividad física y salud, incrementando las cualidades físicas implicadas, a partir de la evaluación del estado inicial.*
3. *Organizar y participar en actividades físicas como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas.*
4. *Resolver situaciones motrices deportivas, dando prioridad a la toma de decisiones y utilizando elementos técnicos aprendidos en la etapa anterior.*
5. *Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural, demostrando actitudes que contribuyan a su conservación.*
6. *Adoptar una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva.*
7. *Diseñar y practicar, en pequeños grupos, composiciones con o sin base musical, como medio de expresión y de comunicación.*
8. *Utilizar de forma autónoma la actividad física y las técnicas de relajación como medio de conocimiento personal y como recurso para reducir desequilibrios y tensiones producidas en la vida diaria.*

## CRITERIOS GENERALES DE CORRECCIÓN, EVALUACIÓN Y RECUPERACIÓN

(Debe incluir sistema de recuperación de los alumnos pendientes; alumnos que pierden derecho a evaluación continua; medidas de atención a la diversidad y sistemas de adaptaciones curriculares; en ciclos formativos incluir fechas)

\*Especificados en las programaciones de cada curso

## CONTEXTUALIZACIÓN

(Contexto socioeconómico y cultural del centro, características del centro y del alumnado, relaciones con Instituciones y empresas)

Toda planificación y actuación educativa está condicionada por el contexto en el que se ubica el Instituto de Enseñanza Secundaria; el Análisis Contextual será el punto de partida de la Programación para que tenga la fundamentación objetiva.

### ❖ CARACTERÍSTICAS DEL ENTORNO

El Centro está ubicado en el barrio de LA FUENSANTA, en Córdoba capital. En el entorno próximo encontramos algunas instalaciones deportivas en las que se propondrán actividades complementarias.

### ❖ CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO

A grandes rasgos podemos afirmar que en nuestro centro acuden alumnos con poca motivación hacia el estudio y las actividades escolares en general, existiendo además un gran número de ellos que muestran una predisposición muy negativa hacia las actividades físico-deportivas. El nivel socioeconómico es bajo.

## SEGUIMIENTO DE LA PROGRAMACIÓN

(Determinar el procedimiento establecido)

Se establece un cuadrante semanal, mensual y trimestral de seguimiento de la misma, así como el grado de cumplimiento de contenidos y objetivos propuestos.

## TEMAS TRANSVERSALES

(forma en que se incorporan al currículum)

\*Especificados en las programaciones de cada curso

## ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS

- Organización y participación en **actividades lúdico-deportivas** que se celebren con motivo de alguna **festividad** (Semana cultural...).
- Participación en **competiciones deportivas**.
- **Iniciación a la escalada** en el Palacio de los deportes de Vistalegre.
- Iniciación al **sky y/o snowboard** (Viaje de estudios).
- Actividades en el medio natural: (piragua, escalada, orientación, bicicleta de montaña, tirolina...)
- **Actividades de resistencia aeróbica que se desarrollarán en el circuito natural situado en las inmediaciones del centro.**
- **Actividades de orientación que se realizarán en el parque anexo al centro, con la posibilidad de realizarlo en el circuito de Parque Cruz Conde o en el de la Asomadilla. También se estudiará el desarrollo de una actividad que combine la orientación y la visita a monumentos y lugares emblemáticos de nuestra ciudad.**
- **Orientación y Senderismo**, realizándose diferentes rutas para los diferentes cursos en el Parque Naturales cercanos.
- Asistencia a alguno de los posibles **eventos deportivos** que se puedan celebrar en nuestra localidad, o en alguna localidad próxima.

## MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

(programa de refuerzo de las instrumentales, si procede)

\*Especificadas en las programaciones de cada curso

## ACTIVIDADES DE PERFECCIONAMIENTO Y PROPUESTAS DE FORMACIÓN

\*Cursos ofertados por el CEP Luisa Revuelta relacionados con nuestra materia.