



EXTRACTO DE LA PROGRAMACIÓN

DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA**ASIGNATURA:****EDUCACIÓN FÍSICA****CURSO: 4ºESO****PROFESORES:****Fernando Mañeru****Pablo Bustingorri****MATERIAL DE LA ASIGNATURA**

- 1. Equipamiento Deportivo del Alumno:** Debe permitir movernos con comodidad, el calzado se recomienda que sea utilizado exclusivamente para la práctica deportiva. No deben llevar pendientes, colgantes ni relojes, ya que pueden suponer elementos de riesgo. Para las sesiones es obligatorio vestir la camiseta del Centro.
- 2. En cuanto a la Higiene Personal:** Es necesario cambiarse de ropa tras la sesión de Educación Física. Además, es necesario ducharse o asearse tras la sesión de Educación Física para lo cual es importante traer toalla y desodorante y camiseta, calcetines y ropa interior de repuesto.
- 3. En cuanto a las Instalaciones del Centro:** Pistas polideportivas exteriores y cubiertas, polideportivo, biblioteca, aula de Ikasnova y aula del grupo.
- 4. En cuanto al Material Deportivo:** Tanto el Material Deportivo como las Instalaciones y vestuarios, deben utilizarse de manera que no se produzcan deterioros voluntarios. Todas las Instalaciones utilizadas deberán quedar limpias al término de cada sesión, de manera que el siguiente grupo de alumnos pueda hacer uso de ellas sin ningún problema.
- 5. No se utilizará libro de texto.** Los contenidos teóricos y los materiales de texto se facilitarán a través del Classroom de clase y/o correo electrónico de Educación. Aquellos alumnos que no tengan acceso a internet, se les facilitará en papel de manera individual.
- 6. En algunas UD los alumnos/as deberán aportar o construir sus propios materiales.** Se avisará con antelación.



EXTRACTO DE LA PROGRAMACIÓN

CONTENIDOS

Evaluación	U.D.	Título unidad / tema	Nº sesiones
1º	1	El calentamiento: juegos de presentación, calentamientos generales y específicos de manera autónoma.	4
1º	2	Mejoramos nuestra condición física: resistencia aeróbica anaeróbica, flexibilidad, fuerza resistencia, fuerza explosiva. Métodos y sistemas de trabajo “tradicionales” y nuevas tendencias.	6
1º	3	Deportes colectivos con material: El uso de herramientas en deportes colectivo (Voleibol)	10
2º	4	Actividades rítmico-musicales: bodycombat-bodyatack	7
2º	5	Juegos y deportes alternativos VI (Artzikirol, discgolf y quidditch)	6
2º	6	Deportes adaptados para personas con discapacidad: juegos y actividades específicas.	6
2º	7	Primeros auxilios RCP básica. Atragantamientos e ictus.	4
3º	8	Deportes de raqueta: bádminton II	7
3º	9	Entrenamiento híbrido: desarrollo de las capacidades físicas a través del crossfit.	7
3º	10	Actividades en el medio natural: orientación	8



EXTRACTO DE LA PROGRAMACIÓN

EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN	
	ENSEÑANZA PRESENCIAL
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none">• Baterías de valoración de la condición física.• Planillas de observación de las habilidades técnicas y tácticas.• Planillas de evaluación de habilidades técnicas y tácticas.• Registro diario de actitudes y participación.• Registro diario del aseo y uso adecuado de las camisetas de Educación Física.• Comentarios de textos trabajados.• Trabajos teóricos individuales y/o grupales en diferentes formatos de presentación.• Exámenes de los contenidos teóricos trabajados en las sesiones.
PROCEDIMIENTOS DE CALIFICACIÓN (VALORES PORCENTUALES)	<p>La ponderación de los Criterios de Evaluación será la siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none">• Los Criterios de Evaluación asociados a las Competencias Específicas 1, 2, 4 y 5 tendrán un valor del <u>70%</u> de la nota trimestral y final.• Los Criterios de Evaluación asociados a la Competencia Específica 3 tendrán un valor del <u>30%</u> de la calificación trimestral. <p>- La falta de ropa, cambio de camiseta o calzado deportivo supondrá un negativo. 5 negativos acumulados por trimestre supondrán la evaluación suspendida. En el caso de que un alumno/a acumule 3 negativos en todas las evaluaciones, no podrá superar la evaluación final.</p> <p>- Las actitudes pasivas y negativas en la asignatura, así como la acumulación de partes de convivencia podrán suponer que el alumno/a suspenda la evaluación.</p>
CALIFICACIÓN FINAL DE CURSO	<p><input type="checkbox"/> Calificación final. Se realizará la media de las tres evaluaciones desarrolladas a lo largo del curso.</p>
PROCEDIMIENTO RECUPERACIÓN CURSO ACTUAL	
Recuperación de evaluaciones	<p>Curso actual: Si ha suspendido alguna evaluación tendrá derecho a presentarse a las pruebas no superadas, en evaluaciones posteriores, guardándose las notas de las pruebas superadas.</p>
Recuperación final de curso	<p>Evaluación: En la evaluación final se realizarán las pruebas que no se superaron durante las evaluaciones. El profesor comunicará a cada alumno/a las pruebas que debe realizar o entregar.</p>



EXTRACTO DE LA PROGRAMACIÓN

PLAN DE RECUPERACIÓN DE PENDIENTES	Ver plan de pendientes y documento entregado al alumnado para su firma
METODOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none">• Adecuar la programación al contexto y a las características del grupo-clase.• Aplicar una propuesta educativa variada y secuenciada para favorecer el aprendizaje de los alumnos.• Perfilar la enseñanza de la asignatura teniendo en cuenta las expectativas de los alumnos.• Tener presente los criterios de atención a la salud.• La utilización de recursos didácticos variados.• Utilizar la autoevaluación como técnica de retroalimentación para que el alumno sea consciente del nivel de aprendizaje adquirido e implicarse en su responsabilidad de aprender.
OBSERVACIONES	<p>Los trabajos y pruebas, tanto teóricas como prácticas, se entregarán o realizarán en la fecha establecida. Aquellos trabajos entregados o realizados fuera de esa fecha, tendrán una penalización de 2 puntos sobre la nota obtenida. Si la entrega o realización es posterior a tres sesiones, la valoración será de 0.</p> <p>Se tendrán en cuenta posibles contingencias tales como el reparto del material entre alumnos de Primaria y Secundaria, uso de las instalaciones o actividades de otras asignaturas o cursos que coincidan con el desarrollo de la asignatura.</p>



EXTRACTO DE LA PROGRAMACIÓN

SECUENCIACIÓN DE SABERES BÁSICOS Y TEMPORALIZACIÓN				
Evaluación	UD/ Título unidad	Competencia específica	Saberes básicos	Nº Sesiones
1ºEvaluación	1. Calentamiento	CE1	A1.4 A1.5 A1.6 A1.7	4
	2. Capacidades físicas básicas	CE1 CE2	A1.1 A1.2 A1.3 A1.5 A1.8 A2.3 A3.1 C3.1 C3.3	6
	3. Deportes colectivos con material: El uso de herramientas en deportes colectivos (Voleibol).	CE2 CE3	C1.4 C1.5 C2.1 C4.1 C5.1 D1.3 D1.4 D2.1 D3.1 D4.1	10
2ºEvaluación	4. Actividades rítmico-musicales: bodycombat-bodyatack	CE2 CE3 CE4	B4.1 D1.3 D1.4 D2.1 E1.1 E2.1 E3.1	7



EXTRACTO DE LA PROGRAMACIÓN

SECUENCIACIÓN DE SABERES BÁSICOS Y TEMPORALIZACIÓN

Evaluación	UD/ Título unidad	Competencia específica	Saberes básicos	Nº Sesiones
	5. Montamos el número: bailes.	CE2 CE3 CE4	B4.1 D1.3 D1.4 D2.1 E1.1 E2.2 E3.1 E4.2	6
	6. Deportes adaptados para personas con discapacidad: juegos y actividades específica.	CE2 CE3	C1.1 C1.2 C1.3 C1.4 C1.5 C2.1 C4.1 C5.1 C6.1 D4.1	6
	7. Primeros auxilios RCP básica. Atragantamientos e ictus.	CE1 CE2	A1.7 B6.1 B6.2 B6.3	4
3ºEvaluación	8. Deportes de raqueta: bádminton II	CE2 CE3	C1.3 C2.1 C4.1 C5.1 D1.3 D1.4 D3.1	7
	9. Entrenamiento híbrido: desarrollo de las capacidades físicas a través del crossfit.	CE1 CE2 CE5	A1.1 A1.2 A1.3 A1.5 A1.8	7



EXTRACTO DE LA PROGRAMACIÓN

SECUENCIACIÓN DE SABERES BÁSICOS Y TEMPORALIZACIÓN

Evaluación	UD/ Título unidad	Competencia específica	Saberes básicos	Nº Sesiones
			A2.3 A3.1 C3.1 C3.2 C3.3 F2.1	
	10. Actividades en el medio natural: orientación.	CE2 CE5	C2.1 C4.1 F3.1 F4.1 F5.1 F6.1	8

Decreto foral 71/2022 de 29 junio (Ver [ANEXO II](#)).

Carcastillo, a 2 de Septiembre de 2025

El/la Profesor/a del Área:
Fernando Mañeru
Pablo Bustingorri