



**UNIVERSIDAD DE JAÉN**  
*Centro de Estudios de Postgrado*

Trabajo Fin de Máster

# **EDUCACIÓN FÍSICA SIN BARRERAS**

**Alumna: Medina Vílchez, Margarita**

**Tutora: María Luisa Zagalaz Sánchez**

Departamento de Didáctica de la Expresión Musical,  
Plástica y Corporal

**Junio, 2020**

## Índice

<b>1. Introducción</b> .....	3
<b>2. Fundamentación epistemológica</b> .....	4
2.1. Antecedentes y estado de la cuestión .....	4
2.2. Desarrollo del tema y/o definición de los conceptos .....	6
2.3. Establecimiento de objetivos .....	10
2.4. Utilidad práctica y enfoque didáctico .....	10
<b>3. Proyección didáctica</b> .....	11
3.1. Legislación educativa de referencia .....	13
3.2. Adscripción a una etapa, ciclo y nivel educativos .....	14
3.3. Contextualización del centro escolar .....	14
3.4. Aspectos psicológicos y pedagógicos del alumnado y de la enseñanza .....	19
3.5. Elementos curriculares básicos .....	21
3.5.1. Objetivos .....	22
3.5.2. Competencias Clave .....	24
3.5.3. Contenidos .....	28
3.5.4. Metodología .....	29
3.5.5. Criterios de evaluación y Estándares de Aprendizaje .....	31
3.5.6. Evaluación .....	33
3.6. Elementos curriculares complementarios .....	48
3.6.1. Medidas para atender al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (ANEAE) .....	48
3.6.2. Transversalidad .....	49
3.6.3. Interculturalidad .....	49
3.7. Innovación.....	50
<b>4. Bibliografía</b> .....	51
<b>5. Anexos</b> .....	55

**TÍTULO:** Educación Física sin Barreras

### **RESUMEN**

Este trabajo se centra en la Educación Física Inclusiva, donde se abordan principalmente los temas de inclusión y diversidad. Hoy en día, las aulas son muy heterogéneas, cada uno de los estudiantes tiene sus características y motivaciones. Está dividido en dos partes: una primera, más teórica, conformada por la introducción y la fundamentación epistemológica. En ella se incluye una revisión sistemática de la literatura de la evolución de la inclusión, repasando los antecedentes y la situación actual. La segunda parte es la más práctica, donde se desarrolla la Unidad Didáctica de Deportes Adaptados y el ABP Danzas del mundo, con todos los elementos curriculares que la componen.

**Palabras clave:** Educación Física, inclusión, diversidad, discapacidad, ABP.

**TITLE:** Physical Education without Barriers

### **ABSTRACT**

This work focuses on Inclusive Physical Education, where issues of inclusion and diversity are mainly addressed. Nowadays, classrooms are very heterogeneous, each student has his or her own characteristics and motivations. It is divided into two parts: a first, more theoretical, consisting of the introduction and the epistemological foundation. It includes a systematic review of the literature on the evolution of inclusion, reviewing the background and present situation. The second part is the most practical, where the Adapted Sports Teaching Unit and the Dance world PBL are developed, with all the curricular elements that compose it.

**Key words:** Physical Education, inclusion, diversity, disability, PBL.

## 1. Introducción

Con esta propuesta didáctica lo que se pretende es desarrollarla de forma integral, pero sobre todo de manera motivacional, que impulse y atraiga transversalmente al alumnado respecto a los contenidos didácticos. En este Trabajo Fin de Máster, se va a desarrollar varias Unidades Didácticas (UDD) y se llevará a cabo metodologías activas, como el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), haciendo énfasis en el segundo trimestre.

Ofrecer a todo el alumnado una educación adecuada sin depender de sus exigencias y particularidades es como muchos investigadores explican la Inclusión Educativa. La finalidad es ayudar a eliminar barreras que provienen de posturas diferenciadoras y dar respuesta ante la diversidad como raza, clase social, etnia, religión, género o discapacidad (Paz-Maldonado, 2020, p. 125).

En este contexto, de inclusión, la meta es tratar de invertir la tendencia actual, es decir, cambiar la dinámica, que aquellos alumnos que no tengan ninguna necesidad especial, ponerlos en el escenario de tener que solventar algunas dificultades y/u obstáculos añadidos. Con esto se pretende convertir a los estudiantes con necesidades en el eje de la clase, y el resto del alumnado experimenten por sí mismos los obstáculos a los que se enfrentan día a día aquellos con necesidades especiales. Así se favorece la cohesión del grupo y que la mayoría del grupo empaticen con la situación que presentan algunos de sus compañeros, esto no solamente beneficiará a las clases de Educación Física sino también a las demás y a la vida real.

Este trabajo inicial de sensibilización será muy enriquecedor para futuras clases, en los que se tenga que hacer adaptaciones específicas a aquellos estudiantes que los necesiten, por lo que el resto serán más comprensivos, participativos y reflexivos.

Hay estudios que demuestran que la inclusión es una práctica imprescindible para apoyar la participación activa de todos los estudiantes, incluidos aquellos con discapacidades, dentro de la cultura escolar (Hutzler, Meier, Reuker, & Zitomer, 2019). También indican que docentes de educación física que tienen una formación académica y/o experiencia práctica en la enseñanza de los estudiantes con discapacidad, es decir, mayor número de cursos y formación, tienen una actitud más positiva e involucrada hacia la inclusión.

Este trabajo está diferenciado en dos partes: la teoría desarrollada en primer lugar y, por último, una sección práctica. La parte teórica se conforma con la introducción, la fundamentación epistemológica que incluye una revisión sistemática de la literatura en torno a ese tema, investigando los antecedentes y el estado de la cuestión. Por otro lado, la segunda parte es la más práctica del trabajo, y contiene las UDD del segundo trimestre para el curso 2020-2021 en el Instituto María Cabeza Arellano Martínez de Mengíbar (Jaén) para los alumnos y alumnas de 3º de ESO. Esta parte consta de una UD de Deportes Adaptados y un ABP de las Danzas del Mundo.

## 2. Fundamentación epistemológica

Este apartado de fundamentación epistemológica se divide en cuatro partes que recopila toda la información relevante del tema escogido.

### 2.1. Antecedentes y estado de la cuestión

Es evidente que el alumnado es diverso, por lo cual las clases son heterogéneas. Estas diferencias se refieren a distintos factores como, la capacidad, la motivación, el interés, el estrato social, etc. Este es el ambiente en el que el docente tiene que desarrollar su trabajo.

Sintetizando cada uno de los ciclos temporales que han guiado hasta el modelo actual de atención al alumnado con necesidades educativas especiales (ANEE), se muestran puntos importantes que permiten conocer como se ha avanzado, desde el modelo de déficit hasta el de atención a la diversidad o al de la Escuela Inclusiva.

Ya desde la reforma educativa realizada en España en 1990, la LOGSE, en su artículo 36 se propugna que:

“La atención al alumnado con necesidades educativas específicas especiales se regirá por los principios de normalización y de integración escolar”. Y prosigue indicando que “la atención a los alumnos con necesidades educativas especiales se iniciará desde el momento de su detección. A tal fin, existirán los servicios educativos precisos para estimular y favorecer el mejor desarrollo de estos alumnos y las Administraciones Educativas competentes garantizarán su escolarización”.

Hoy en día abandonar a los niños no deseados o con discapacidades físicas o mentales es una práctica atroz. Sin embargo, en la antigüedad esta era una acción muy normal. Concretamente en la zona de Esparta, cuando se descubría que un bebé tenía alguna anomalía, generalmente se arrojaba al vacío desde el monte Taigeto sin ningún arrepentimiento. A través de los escritos de Plutarco se descubre que: “serán las personas de avanzada edad las que diriman si el niño se cría ante la vista de su robustez o si presenta algún tipo de tara, sean llevados a los *apothetai* (lugar de rechazo) en el barranco Taigeto” (Barajas, 2009).

Realizando un repaso a la historia, se observa que en la Edad Media prescindían y acababan con la vida de los niños desfigurados o discapacitados. Si eran adultos, se les apartaba del grupo, ya que éstos serían incapaces de superar los obstáculos existentes en el día a día. Es decir, eran olvidados y rechazados y esto dio lugar a una exclusión de las personas con estas características (Santofimio-Rojas, 2016, p. 35).

Desde el Renacimiento hasta el siglo XVIII, se empieza a tratar de manera más humana el grupo de personas marginadas. Los cargos religiosos reconocen a los deficientes como personas y la atención educativa se inicia con aquellos que presentan un déficit

sensorial. No obstante, la incultura mantuvo el rechazo hacia los sujetos con deficiencias psíquicas o motoras, siendo aislados y reclusos por su entorno (Martín Macías, 2010, p. 72).

Entre el siglo XIX y mediados del siglo XX, acaece un giro radical hacia el tratamiento de las personas discapacitadas. Nace una tendencia de conceptualización teórica y práctica hacia aquellos individuos marginados y los centros van especializándose. Empieza la segregación. Según Sosa (2009) un *“modelo con una perspectiva segregacionista son propuestas de prácticas separadas por tipo y grado de discapacidad, y con ello, los aspectos pedagógicos y didácticos”* (p. 11). Algunas de las principales ventajas proporcionadas por este tipo de organización escolar son: edificios construidos teniendo en cuenta las necesidades, el transporte escolar está adaptado, ritmo de aprendizaje más lento, etc. La escuela se convierte en centros diferenciadores, etiquetando al discapacitado, siendo este uno de los mayores inconvenientes del modelo.

A mediados del siglo XX, Wolfensberger (1986), recompone la definición del principio de normalización de modo más didáctico:

“es la utilización de medios culturalmente normativos (familiares, técnicas valoradas, instrumentos, métodos...), para permitir que las condiciones de vida de una persona (ingresos, vivienda, servicios de salud...) sean al menos tan buenas como las de un ciudadano medio, y mejorar o apoyar en la mayor medida posible su conducta (habilidades, competencias...), apariencia (vestido, aseo...), estatus y reputación” (p. 1).

En junio de 1994, la UNESCO celebró la Conferencia Mundial sobre Necesidades Educativas Especiales en Salamanca. Se produce un paso más, la evolución desde la normalización a la inclusión. El propósito fundamental de este camino es que los centros educativos deben aceptar a todas las personas, indistintamente de sus circunstancias (sociales, intelectuales, físicas...). El vocablo "Necesidades Educativas Especiales" alude a todos aquellos requerimientos originados por la capacidad o dificultad de aprendizaje.

Según la autora Ríos Hernández (2009), la corriente inclusiva frente a la integradora se centra en las “barreras de aprendizaje”, reemplazando las Necesidades Educativas Especiales que pudieran haber surgido de la inapropiada forma de enseñar. Existen varias causas que influyen y condicionan el proceso de inclusión del alumnado, estos se pueden clasificar en distintas categorías: infraestructuras, sociales, de los propios alumnos y de la práctica docente. Núñez Mayán (2019) define la inclusión como el proceso de búsqueda de la presencia, intervención y consecución de los objetivos de todos los estudiantes. En definitiva, se trata de responder a las necesidades educativas de todo el alumnado en el entorno natural del aula. Pearpoint y Forest (1999) señalan que:

“La inclusión es mas que un método, una filosofía o un programa de investigación. Es una forma de vivir. Tiene que ver con el “vivir juntos”, con la “acogida al extraño” y con volver a ser todos uno. Creemos simplemente que la inclusión es una forma mejor de vivir. Es lo opuesto a la segregación y el apartheid. La “inclusión” determina dónde vivimos, recibimos educación, trabajamos y jugamos. Tiene que ver con el cambio de nuestros corazones y valores” (p. 15).

La diversidad es un desafío que se enfrenta en el aula y se debe afrontar lo mejor posible para que cada estudiante reciba igualdad de oportunidades y educación de calidad. Cuando se trata de la atención a la diversidad no sólo se tiene que mencionar al alumnado que presenta determinada necesidad educativa especial, sino que también se valore especiales a todos y cada uno de los individuos. La atención a la diversidad también afecta a la diversidad del grupo de clase, porque cualquier estudiante puede encontrar obstáculos insuperables en el proceso de enseñanza-aprendizaje que requieren la atención en cualquier momento. Por lo que la diversidad es potencialidad de situaciones, características personales puntuales o prolongadas que requieren ser solventadas para posibilitar el acceso al aprendizaje, a una enseñanza equitativa y de calidad. Hoy en día, hay diversos estudiantes con una gran diversidad, como, por ejemplo, diferencias por razones sociales, etnias y culturas, estudiantes con baja motivación o altas capacidades, etc. Se puede afirmar que la diversidad comprende la igualdad de oportunidades para todas y todos.

Según los antecedentes de la atención a la diversidad planteados y las opiniones de los diversos autores el estado de la cuestión en el siglo XXI, conduce a la inclusión como proceso que intenta acoger a todos los estudiantes.

## 2.2. Desarrollo del tema y/o definición de los conceptos

En este apartado se definen los conceptos que forman parte de este trabajo al objeto de facilitar su comprensión.

Los términos deficiencia, discapacidad y minusvalía forman parte de la terminología habitual, aunque en ocasiones no se diferencian correctamente. Vista la transcendencia del tema, se revisan a continuación los conceptos básicos.

Hay numerosos libros y manuales que guían a las diferentes definiciones de deficiencia. En 1993 las Naciones Unidas publican las Normas Uniformes sobre la Igualdad de Oportunidades de las Personas con Discapacidad, en las que se aprecia un incorrecto uso del término deficiencia. La Clasificación Internacional del funcionamiento, de la Discapacidad y la Salud (CIDDM-2), identifica deficiencia como “problemas en las funciones o estructuras corporales, tales como una desviación significativa o una pérdida” (p. 8). Numerosos autores como Vicente-Herrero et al. (2010), definen lo siguiente “es aquella pérdida o desviación de una estructura o función anatómica,

fisiológica o psicológica, y esta puede ser temporal o permanente y principalmente sólo afecta al órgano” (p. 457).

No existe una única definición del término discapacidad, una posibilidad es comprender que son aquellos individuos que tienen una serie de limitaciones para poder desarrollar tareas diarias que no tienen el resto de sus compañeros. Según Vicente-Herrero et al. (2010) “se entiende por discapacidad toda restricción o ausencia de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal para el ser humano” (p. 457). Sin embargo, la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social define discapacidad como “una situación que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias previsiblemente permanentes y cualquier tipo de barreras que limiten o impidan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás”(p. 10).

El Informe Warnock (1978) propone poner fin a la definición de minusvalía, porque se les consideraban personas menos válidas e inválidos. Usar esta expresión para referirse al colectivo tendrá un impacto negativo. Por lo tanto, se puede afirmar que minusvalía es una palabra con significado social negativo, es decir, el sujeto percibe una desvalorización personal. La Clasificación Internacional de Deficiencias, Discapacidades y Minusvalías de la OMS detalla el concepto de minusvalía como “aquella situación desfavorable para un individuo determinado, producto de una deficiencia o una discapacidad, que restringe o entorpece el desempeño de un rol que es habitual en su caso en función de la edad, sexo y componentes sociales y culturales” (p. 16).

La diversidad es un tema complejo que no se debe simplificar ni generalizar, y una verdadera comprensión de su importancia puede ayudar a tomar medidas responsables. La diversidad es una variedad de diferencias existentes entre personas u organizaciones, que pueden referirse a los antecedentes, costumbres, creencias, etc. La UNESCO (2017) define la diversidad como aquellas “diferencias entre las personas, que pueden ser en función de la raza, etnia, género, orientación sexual, idioma, cultura, religión, capacidad mental y física, clase y situación migratoria” (p. 7).

El término “diversidad funcional” es novedoso por lo que es comprensible que se proponga un cambio hacia una terminología positiva sobre ésta. La locución “diversidad funcional” ha tenido una rápida aceptación y parece estar ganando popularidad gradualmente. El término se sincroniza a una realidad donde las funciones de una persona son diferentes o diversas de la totalidad de la sociedad. Este concepto tiene en cuenta las diferencias individuales y según las autoras Madrid, Sánchez, García, & García, (2011) hace referencia a “la capacidad de actuar propia de los seres vivos y de sus órganos, pudiendo darse estas diferencias tanto a nivel cognitivo, como a nivel comunicativo, socioafectivo, sensorial y/o motórico” (p. 25). Desde 2005, este término se introduce en un intento por disipar las percepciones de las personas: discapacitadas versus no discapacitadas. Este novedoso concepto tiene como objetivo principal eliminar la terminología contraproducente que normalmente se usan a los individuos

con discapacidad. (Rodríguez & Ferreira, 2010; Velázquez, Pietri, & Maldonado, 2013; Hartwing, 2020)

El proceso social de las personas con discapacidad ha seguido unos pasos claros. Distintos autores como Parrilla (2002) y Cano (2003), definen el modelo de exclusión aquella fase en la que se impide el derecho a la educación de determinados colectivos, es decir, las personas con discapacidad son apartadas de la sociedad porque no se consideran “normales”, y no tienen la oportunidad de formar parte de ella. La Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF) y Arroyo (2016) definen exclusión como “un proceso en el que un individuo o grupo está total o parcialmente apartado de una participación plena en la sociedad en la que viven” (p. 105).

El siguiente paso es la segregación, cuando se reconocen a las personas con discapacidad y tienen la oportunidad de ser educados. Los autores Murillo, Belavi & Pinilla (2018) definen como aquella “distribución desigual de los estudiantes en los centros educativos según sus características personales o sociales” (p. 312).

Los conceptos integración e inclusión, ha provocado un amplio debate terminológico entre los profesionales. La integración reconoce la presencia de una sola sociedad educativa, que ha de aceptar a todas las personas independientemente de sus necesidades educativas. En este modelo, las personas con discapacidad se adaptan al resto de la comunidad, es decir tienen que ajustarse a la organización y a lo existente, tratando de acercar a la persona a un modelo de ser y actuar “normalizado”, intentando cambiar la diferencia del individuo. García (2017).

La inclusión para los autores Booth & Ainscow (2002) y la UNESCO (2017) coinciden en dicho concepto, por lo cual la inclusión “es un conjunto de procesos orientados a eliminar o minimizar las barreras que limitan el aprendizaje y la participación de todos los estudiantes”. Ríos (2009) afirma que la inclusión se trata de dar respuesta a todo el alumnado, independiente de sus características, participando activamente y los programas deben adaptarse a los estudiantes, y no los estudiantes a ellos.

En la siguiente ilustración se muestra los términos a los que hemos hecho alusión de manera más representativa y visual.

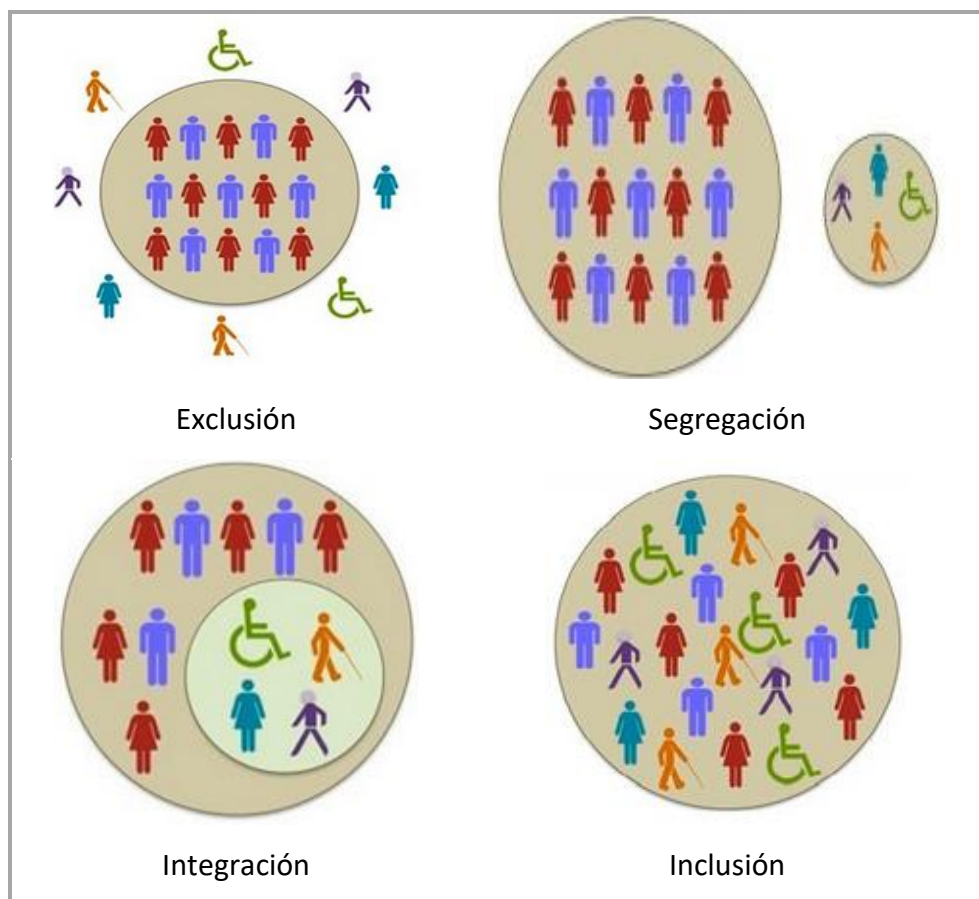


Figura 1. Esquema de diferencias: exclusión, segregación, integración e inclusión. El rincón de aprender (2015). El Rincón de aprender.

El concepto de migración alude al cambio de domicilio o movimientos a cierta distancia, este cambio debe ser significativo y relativamente duradero o tener cierta disposición a quedar. Arango (2000), Sarribe (2002) y la Organización Internacional para las Migraciones coinciden con esta misma definición de migración y califican a las personas como inmigrantes o emigrantes cuando se trasladan de un país a otro, o de un área a otra, lo suficientemente distinta y distante por un tiempo duradero para desarrollar en él las tareas de la vida cotidiana. La definición dada por Giménez coincide y además añade la satisfacción de necesidades para alentar a las personas a cambiar de residencia.

El acoso escolar o bullying (anglicismo) es el daño físico y/o psicológico voluntario y persistente que percibe un individuo por parte de otra persona. La finalidad del acosador es conseguir beneficios para él o únicamente satisfacer sus necesidades. Estos actos son violentos, aterrorizados con lo cual llevan una serie de acciones de burlas o incluso apaleamientos constantes y esto conduce a la exclusión social de la víctima (Bascon-Seda & Ramírez, 2020). Y la Ley General de Derechos de las personas con Discapacidad y de su Inclusión Social define acoso a “toda conducta no deseada relacionada con la discapacidad de una persona, que tenga como objetivo o consecuencia atentar contra su dignidad o crear un entorno intimidatorio, hostil, degradante, humillante u ofensivo” (p. 11).

### 2.3. Establecimiento de objetivos

El trabajo de Postgrado persigue la inclusión total en el entorno escolar. Los objetivos desarrollados son:

#### **Objetivo principal:**

Desarrollar una Unidad Didáctica por Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) con base en la inclusión educativa.

#### **Objetivos específicos**

1. Definir la inclusión educativa.
2. Incluir en la educación especial todas las características que la demandan (deficiencia, inmigración...).
3. Realizar una síntesis sobre la evolución de este tipo de enseñanza y una revisión de la literatura sobre la misma.
4. Plantear un esquema de programación didáctica.
5. Reflexionar sobre el conocimiento de la Educación Inclusiva y encauzarlo en el ambiente de clase de Educación Física.
6. Diseñar una UD basada en el deporte adaptado, dentro del área de Educación Física.
7. Sensibilizar y conocer a los estudiantes las distintas posibilidades de deportes adaptados y la oportunidad de hacer actividad física.
8. Concienciar a los estudiantes que existe una amplia diversidad dentro del ámbito educativo.

### 2.4. Utilidad práctica y enfoque didáctico

Las Escuelas Inclusivas requiere de profesores y madres y padres altamente involucrados. Todos los individuos del grupo tienen un papel importante, representan un elemento más, lo que significa que, si una persona no realiza sus tareas, no es él quien se equivoca, sino que todo el equipo deja de funcionar y, por ende, fracasa.

Según Ríos Hernández (2009) trabajar la “Educación Física Inclusiva significa que todo el alumnado comparte un mismo espacio, sin diferencias” (p. 88). Crear el ambiente más propicio de aprendizaje tiene que ser un aspecto en continua revisión. Hay que tener cuidado a la hora de plantear dinámicas, ya que si se propone actividades que ocasiona segregación, no se valorará como una actividad dentro del plan de inclusión. Intervenir como grupo en el camino del aprendizaje facilita el objetivo principal. El alumnado de deben asimilar que las limitaciones existen, pueden ser diversas y con resultados personales distintos, así se evitará actitudes irrespetuosas en el aula.

Respecto a las actividades de carácter competitivo, Betancur Agudelo (2013) señala que en aquellas donde tiene que ganar una persona o un grupo, excluyen a los estudiantes con discapacidad, ya que su condición física o cognitiva se considera una patología, conduciendo a la marginación del alumno por parte de sus compañeros al ser menos capaz. Para que en el aula haya una inclusión total, lo mejor es aplicar actividades de

carácter cooperativo, ya que se trabaja todo el grupo. La finalidad de estas actividades es alcanzar un objetivo común, trabajando y esforzando todo el equipo.

Como afirman los autores Johnson, Johnson & Holubec (1999), la cooperación se basa en alcanzar un objetivo común trabajando unos con otros, y través del aprendizaje cooperativo, la finalidad de los estudiantes es alcanzar resultados efectivos para todos los miembros del grupo. (p. 5).

Según la Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y la Acreditación (ANECA, 2005), algunas de las habilidades que pueden desarrollar los alumnos a través del trabajo cooperativo son:

- Trabajar en equipo disciplinar e interdisciplinar.
- Trabajar en un contexto internacional.
- Desarrollar habilidades en las relaciones interpersonales.

El aprendizaje cooperativo y aprendizaje dialogado son componentes esenciales en esta línea de inclusión, porque realizar estas prácticas se logra mejores resultados entre el alumnado, lo que conduce a que las relaciones entre los estudiantes sean más afables. Este tipo de aprendizaje, los estudiantes tendrán una mayor implicación con el trabajo, aumentando así la implicación del grupo para lograr los objetivos.

### 3. Proyección didáctica

El artículo 29 del Decreto 327/2010, de 13 de julio sobre el reglamento orgánico de los institutos de educación secundaria, define a las programaciones didácticas como “instrumentos específicos de planificación, desarrollo y evaluación de cada materia, módulo, o en su caso, ámbito del currículo establecido por la normativa vigente. Se atenderán a los criterios generales recogidos en el proyecto educativo y tendrán en cuenta las necesidades y características del alumnado”.

En este apartado, se pretende realizar un esquema de programación didáctica que tendrá como características especiales la inclusión de la educación especial en alguna de las Unidades Didácticas que la componen, al objeto de dar a conocer sus características e inclusión en el programa de la asignatura.

De conformidad con lo establecido en la Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria (ESO) en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

El esbozo de la programación será la siguiente:

Nº sesiones	UD	Nombre
<b>Primer trimestre</b>		
9	1	Las actividades físicas saludables.
9	2	Prevenir lesiones.
9	3	Condición física: las capacidades físicas básicas.
<b>Segundo trimestre</b>		
7	4	Deportes adaptados.
14	5	ABP. Danzas del mundo.
<b>Tercer trimestre</b>		
7	6	Bádminton.
7	7	Juegos y deportes alternativos.
7	8	Actividades en el medio natural.

Teniendo en cuenta el calendario escolar del curso 2020/2021, el grupo de 3º ESO tendrán clases de Educación Física, los martes y jueves, como se puede percibir en el posterior horario.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8 – 9					
9 – 10		3º ESO			
10 – 11					
11 – 11,30	R	E	C	R	E
11,30 – 12,30					
12,30 – 13,30				3º ESO	
13,30 – 14,30					

A continuación, se puede ver que hay un total de 73 sesiones en todo el año, quedando de la siguiente manera:

2020			
<b>Septiembre / Octubre</b>	<b>Noviembre</b>	<b>Diciembre</b>	<b>NAVIDAD</b>
6 / 7 sesiones	9 sesiones	7 sesiones	
<b>1er trimestre (29 sesiones)</b>			
2021			
<b>Enero</b>	<b>Febrero</b>	<b>Marzo</b>	<b>SEMANA SANTA</b>
6 sesiones	8 sesiones	9 sesiones	
<b>2º trimestre (23 sesiones)</b>			
<b>Abril</b>	<b>Mayo</b>	<b>Junio</b>	<b>VERANO</b>
6 sesiones	9 sesiones	6 sesiones	
<b>3er trimestre (21 sesiones)</b>			

### 3.1. Legislación educativa de referencia.

#### **A nivel nacional:**

Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la Educación Primaria, la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato.

Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato

#### **A nivel autonómico (Comunidad Autónoma de Andalucía):**

Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

#### **Atención al Alumnado con Necesidades Específicas:**

Instrucciones de 8 de marzo de 2017, de la Dirección General de Participación y Equidad, por las que se actualiza el protocolo de detección, identificación del alumnado

con necesidades específicas de apoyo educativo y organización de la respuesta educativa.

Orden de 15 de enero de 2007, por la que se regulan las medidas y actuaciones a desarrollar para la atención del alumnado inmigrante y, especialmente, las Aulas Temporales de Adaptación Lingüística. Boletín Oficial de la Junta de Andalucía número 33 de 14/02/2007.

Orden de 25 de julio de 2088, por la que se regula la atención a la diversidad del alumnado que cursa la educación básica en los centros docentes públicos de Andalucía.

### 3.2. Adscripción a una etapa, ciclo y nivel educativos

La siguiente proyección didáctica planteada está dentro del segundo ciclo de ESO, destinada concretamente a 3º en el segundo trimestre del curso.

### 3.3. Contextualización del centro escolar

Mengíbar es un municipio que forma parte de la provincia de Jaén y se sitúa al Centro-Norte de la misma. Se encuentra a 24 kilómetros de la capital provincial, con una extensión de 63 km<sup>2</sup>. Es un municipio con una ubicación en las comarcas de Jaén, Linares y Bailén. Finales del siglo XX y principios del XXI, experimentó un crecimiento importante. Este municipio es de raíces rurales. Los sectores de actividad que encontramos son la agricultura, que destaca el modelo extensivo, en cultivos como olivar, cereales e industriales herbáceos; la industria, cuentan con dos polígonos industriales próximos al núcleo urbano, y actualmente, el sector de la construcción y papelera son los de mayor importancia dentro de la vida económica. (Ayto. de Mengíbar, 2016).

En el curso 1983-84 se imparten por primera vez clases en el nuevo Centro, inaugurado oficialmente el 4 de febrero de 1984, y presidido por el entonces Alcalde de Mengíbar. Muchos años después, tras un concurso de ideas, el Instituto fue nominado como "Albariza", para recordar el horizonte que se contempla desde el Centro. En 2017, el Instituto conmemoró un acto para formalizar el cambio de nombre del Centro, que a partir de entonces se denomina "María Cabeza Arellano Martínez", en homenaje a una querida profesora y vecina fallecida (Hoyo, 2017).

Inaugurado oficialmente el 04 de febrero de 1984, y presidido por el entonces Alcalde de Mengíbar (IES María Cabeza, 2019). Según nos dice Hoyo, J. (2017) en el año 2017, el Instituto conmemoró un acto para formalizar el cambio de nombre del centro, que a partir de entonces se denomina "María Cabeza Arellano Martínez", en homenaje a una querida profesora y vecina fallecida.

El IES es el único centro público de Enseñanza Secundaria de Mengíbar, donde se imparten las enseñanzas de E.S.O., Bachillerato y Formación Profesional. El horario aprobado es de jornada matutina, de lunes a viernes de 8 a 14,30 horas, siendo el

miércoles en horario de tarde el día dedicado a Tutorías, Reuniones de Coordinación, Claustros.

El número actual de alumnos y alumnas al comienzo del presente curso es de 956, número que fluctúa constantemente y generalmente al alza. Los matriculados en el Centro son residentes en Mengíbar y pueblos cercanos. Este alumnado está distribuido en 35 grupos, quedando de la siguiente manera:

Tabla 1. *Alumnado organizado por cursos*

<b>CURSO</b>	<b>GRUPOS</b>	<b>ALUMNOS/AS</b>
1º ESO	6	200
2º ESO	5	150
3º ESO	4	160
4º ESO	4	130
1º Bto. Ciencias	1	39
1º Bto. Humanidades	1	33
1º Bto. Ciencias Sociales	1	40
2º Bto. Ciencias	1	35
2º Bto. Humanidades	1	30
2º Bto. Ciencias Sociales	1	36
Formación Profesional Básica	2	23
Formación Profesional de Grado Medio	4	30
Instalaciones de Telecomunicaciones	2	20
Gestión Administrativa	2	30
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>956</b>

El centro cuenta con un total de 79 profesores/as de los cuales son fijos 50 y 29 temporales, es decir, la población es parcialmente estable con un promedio de diez cursos. Por lo tanto, es un número considerable para poder llevar a cabo distintos proyectos, planes, etc.

El Instituto está constituido por dos edificios, y dentro de éstos, dispone de espacios y aulas específicas. Todos los edificios son de tres plantas. La distribución es la siguiente:

- Edificio 1. Es el edificio principal y el acceso al centro. En la planta baja, se encuentra el área administrativa, que tiene las siguientes dependencias:
  - Reprografía.
  - Secretaría.
  - Amplia sala de profesorado.
  - Cuatro despachos (Dirección, Vi-Dirección, Jefatura y Secretaría).
  - Dos despachos del Departamento de Orientación.
  - Dos salas de atención a familias/tutoría.

- Servicios diferenciados por sexos, tanto para el profesorado como para el alumnado.
- Aula de convivencia.
- Casa del conserje.
- Tres salas de calderas (una por edificio).

En las dos plantas restantes, son aulas.

- Edificio 2. En él se encuentra la mayoría de las aulas específicas, los departamentos, archivo, el cuarto de calefacción y cuarto de limpiadoras. El resto son aulas ordinarias. Destacar que en todas las plantas de todos los edificios hay aseos. También dispone de ascensores.
- Edificio 3. Es el más reciente, siendo su año de construcción en 2013.

Tener en cuenta que hay aseos en todas las plantas de todos los edificios y ascensores.

- Cafetería y comedor.
- Salón de actos.
- Biblioteca. Ubicada en la planta baja del Edificio 1, y consta de dos zonas diferentes con diferente equipamiento y uso. La zona de lectura y préstamo y la zona TIC, dotada de ocho ordenadores con conexión a Internet.
- Taller de reparaciones.

Algunas clases específicas como:

- Taller de tecnología: 2
- Taller de electrónica: 2
- Laboratorio de Ciencias Naturales: 2
- Laboratorio de Física: 1
- Laboratorio de Química: 1
- Música: 1
- Plástica y Visual: 2
- Informática: 3
- Administrativo: 2
- Apoyo integración: 2
- Gimnasio y pistas polideportivas exteriores.

Cuatro docentes están adscritos al Departamento de Educación Física, uno de los cuales es el Jefe de Departamento. El Departamento está situado en una sala dentro del gimnasio, donde hay una variedad de material de oficina con ordenadores, impresora. También cuenta con un almacén donde queda almacenado el material deportivo y, además, dispone de un vestuario para el profesorado y vestuarios con duchas y servicios para el alumnado. Para las sesiones de Educación Física, el centro dispone de unas buenas instalaciones, con tres pistas exteriores y un gimnasio cubierto amplio.

- Gimnasio cubierto: en cuanto al gimnasio, tiene dimensiones amplias y dotado con lo básico: colchonetas, espalderas, equipo de música, mesas de ping-pong,

postes para red, cuerda gruesa, etc. Se encuentra al final del centro, y es la instalación principal y punto de encuentro con los estudiantes. Además, cuando las condiciones meteorológicas no son adecuadas, resulta muy útil la posibilidad de uso.



*Figura 2.* Gimnasio cubierto del IES María Cabeza Arellano de Mengíbar (2017).

- Pista polideportiva exterior: al lado del gimnasio, nos encontramos varias pistas al aire libre. Posee una pista de fútbol sala, que es un terreno polivalente que concentra las delimitaciones de una pista de balonmano, voleibol, bádminton, fútbol sala y baloncesto. Estas delimitaciones están diferenciadas por distintos colores. Junto a esta, encontramos otras dos pistas de asfalto con las mismas características descritas anteriormente. Todas ellas, disponen de porterías y canastas y permite poner la red de voleibol.



*Figura 3.* Pista exterior del IES María Cabeza (2017).



1. Gimnasio cubierto.
2. Pista polideportivas exteriores

Figura 4. Vista satélite del IES María Cabeza de Mengíbar. Google Maps (2020).

Además, y gracias a un acuerdo con el Ayuntamiento de Mengíbar hacen uso de las instalaciones municipales, como el pabellón deportivo y campo de fútbol. Dichas instalaciones se encuentran a 200 metros del centro.

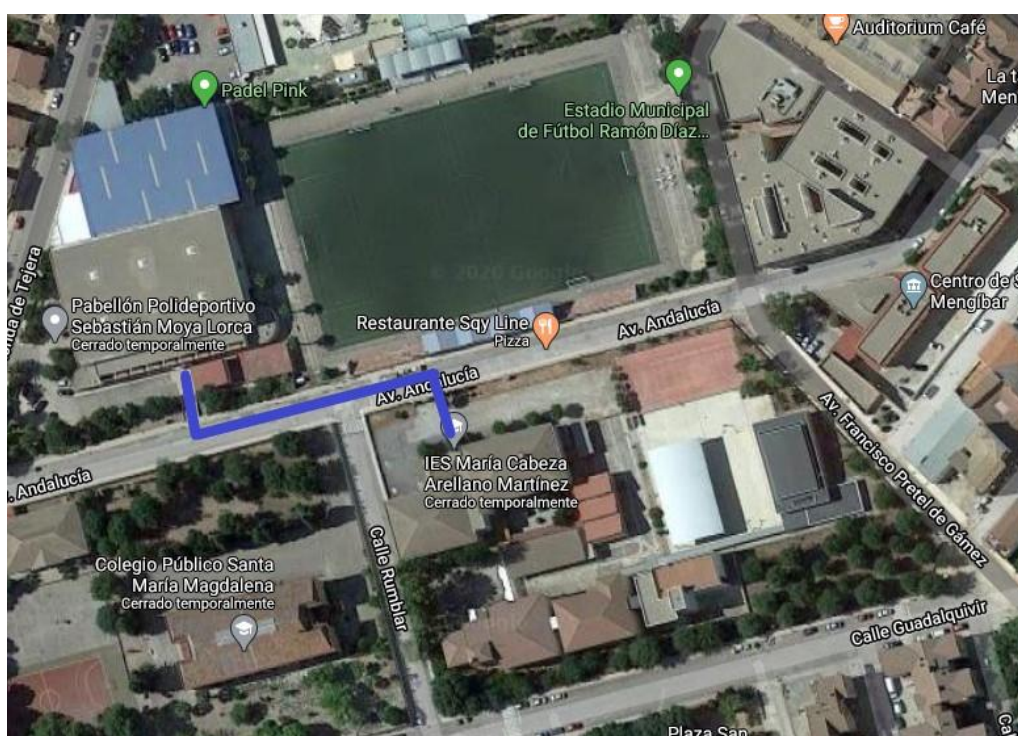


Figura 5. Vista satélite del IES María Cabeza y las instalaciones municipales de Mengíbar. Google Maps (2020).

El departamento cuenta con una gran cantidad de materiales y recursos para organizar y garantizar la realización de los diferentes contenidos en las clases de Educación Física. Para ello, se tomará en consideración el Reglamento de Organización y Funcionamiento (ROF) en aspectos importantes como las normas del uso del gimnasio, canchas deportivas, reglas para entrar y salir de las clases y en las actividades complementarias;

plan de Autoprotección y acciones ante lesiones y accidentes; y normativa para el uso de móviles y dispositivos electrónicos.

Asimismo, en el centro se fomenta variados planes, tales como: “Escuela TIC 2.0”, “Plan Lector: Proyecto Papiro”, “Plan para la Igualdad entre hombres y mujeres”, “Escuela Espacio de Paz”, etc. Las actividades extraescolares también se llevan a cabo, éstas generalmente se realizan fuera del centro, pero deben ser organizadas y coordinadas por el departamento de actividades extraescolares. Dichas actividades son voluntarias y por supuesto, no forman parte del proceso de evaluación del alumnado.

A nivel socioeconómico y de estudios de la familia es en general notable. Destacar el nivel alto de participación y la relación de padres y madres del alumnado, que tienen numerosas comunicaciones con el tutor/a e incluso con el resto de los profesores. De hecho, hay un porcentaje de estudiantes con problemas de disciplina o aprendizaje, y el contacto con la familia es difícil. Los canales de comunicación con la familia son la agenda escolar, página web del centro y las entrevistas tutoriales. El Centro cuenta con un AMPA, denominada “El Cañaverál”, a la que se asocia un número importante de las familias del alumnado. La mayoría de ellas se sienten satisfechas o muy satisfechas con el trabajo realizado por esta asociación. El AMPA dispone de una estancia para realizar reuniones y desarrollar sus actividades, así mismo tiene un horario de atención al público en el propio centro.

El aula de 3º de ESO está compuesto por 30 alumnos/as (18 niños y 12 niñas). Son estudiantes con un nivel educativo medio, con hábito de trabajo y una aptitud favorable ante la Educación Física. Uno de los niños presenta sobrepeso, contamos con otro alumno de procedencia extranjera (Ecuador), aunque presenta modismos propios de su zona, el español es el idioma que habla mayoritariamente, y una alumna con diversidad funcional física (paraplejía), es decir, asiste en silla de ruedas.

### 3.4. Aspectos psicológicos y pedagógicos del alumnado y de la enseñanza

La psicología de la educación según Mayer (1999) se puede definir como “una rama de la psicología que trata sobre cómo el entorno y las características del aprendiz tienen relación con el desarrollo cognitivo que se produce en el alumno” (p. 4)

En esta etapa, de secundaria, es importante considerar la comprensión como uno de los elementos fundamentales. A nivel curricular, esto significa proporcionar a todo el alumnado las mismas oportunidades de formación, indistintamente de su origen o de sus características personales. Por otra parte, desde la edad de doce años, comienzan a tener la importancia de las diferencias de interés, motivación y capacidad, por lo que sugieren proporcionar diversos programas de enseñanza para satisfacer sus necesidades educativas. Para lograr una educación inclusiva y no discriminatoria, se debe comprometer a responder a estas diferencias tan complejas que surgen en la realidad de la educación. Esta visión jugará un papel fundamental en la eliminación de la desigualdad, confirmando así el principio de igualdad de oportunidades.

Para Muus (1978), la adolescencia se inicia con la pubertad y la incluye; mientras que, para otros autores, como Horrocks (1984) la adolescencia comienza cuando la pubertad finaliza, y, así: "... abarca la etapa entre el momento en que se alcanza la madurez sexual y aquella en la que se asumen las responsabilidades y conductas de la edad adulta" (p. 13).

En los últimos años, los países industrializados han experimentado una serie de cambios sociales: mayor tiempo de capacitación antes de unirse al mundo profesional, mayor desequilibrio laboral, retraso de la evasión del hogar familiar e incremento de la edad para asentar relaciones duraderas de pareja. Estos cambios han dado lugar a una tercera década de la vida para la mayoría de muchos jóvenes, la aparición de una etapa diferenciada y con identidad propia. El profesor Jeffrey Arnett ha creado el concepto "adulthood emergente" para aludir a la etapa que acontece entre los 18 y 30 años. Este profesor ha analizado las características que definen a esta etapa, que son: búsqueda de la identidad, inestabilidad, gran libertad en la que pueden centrarse en ellos y ellas mismas, y por último considera que la adulthood emergente es una etapa de oportunidades, una etapa en la que muchos caminos están abiertos (Barrera-Herrera & Vinet, 2017).

Actualmente, los adolescentes requieren de un espacio de tiempo más prolongado para madurar y transformarse en adultos, teniendo como consecuencia un retraso en el final de la adolescencia. Muchos autores y autoras confirman que este retraso es debido a que no quieren asumir las responsabilidades que tiene un adulto.

Es imprescindible tener en cuenta las diferencias entre los estudiantes, específicamente en el período de la adolescencia. El alumnado de 3º ESO, entre 14 y 15 años, edad de afirmación de la personalidad y a menudo presentan cambios de comportamiento y el típico carácter rebelde propias de la adolescencia, Murueta (2015) señala que se les asignan caracterizaciones psicológicas que pueden resumirse del siguiente modo:

- Interés en el sexo y comienzo de las manifestaciones sexuales.
- Egocentrismo, rebeldía.
- Crisis de identidad.
- Impetuosidad.
- Inseguridad.
- Inestabilidad emocional.
- Pensamiento formal.
- Idealismo moral.
- Más importancia a la competición.
- Emancipación familiar, proceso de adquisición de autonomía personal.
- Agrupamientos entre iguales, a formar la pandilla.

Los rasgos más destacados son básicamente universales, aunque las chicas concluyen el desarrollo antes que los chicos en todos los aspectos. Sin embargo, las diferencias entre el alumnado siguen siendo muy grandes.

Los adolescentes son conscientes de las alteraciones que tiene lugar en el organismo, y llegan a replantearse la imagen que tienen de sí mismos y sienten la necesidad de modificar su cuerpo y de superar sus limitaciones actuales. En esta etapa, las actividades deportivas omiten el carácter lúdico, intentando buscar actividades relacionados con sus intereses y motivaciones. Los alumnos y alumnas de esta edad, realizan actividad física porque, buscan la mejora de su imagen. Otros de los numerosos beneficios de la práctica de actividad física y deportiva, es la disminución de las tensiones y mayor cooperación entre el grupo. Siempre y cuando se realice en el marco de participación más que de la competición. Hablamos de la educación para la convivencia, de la tolerancia y el respeto a los demás.

El deseo de promover el trabajo cooperativo, el entusiasmo de los estudiantes y la participación de las familias en la disciplina de Educación Física, impulsa a lanzar un plan de enseñanza basado en las metodologías activas. Gracias a ello, se puede mejorar el aprendizaje significativo de los estudiantes, ayudando a desarrollar las habilidades requeridas en la actual sociedad y creando un clima basado en los valores de igualdad: solidaridad, cooperación, participación, etc.

Según Ibarra (2006), el papel de los docentes ha variado mucho y su función depende de las necesidades actuales de la sociedad. Los profesores y profesoras han pasado de ser los protagonistas de proporcionar conocimiento a un mediador o mediadora que promueve el aprendizaje a través de herramientas, en las cuales, los estudiantes participan en la construcción del conocimiento. La capacidad pedagógica del docente se puede ver en la forma en la que tratan la enseñanza, utilizando las estrategias y metodologías en el momento adecuado, para que el curso se desarrolle sin problemas.

Otros autores como Salmerón (2011), determina que los docentes de Educación Física deben ser profesionales flexibles, tener un espíritu innovador, firme y responsable, y pueden tolerar el cambio y la toma de decisiones, adaptarse al medio y fomentar un clima agradable para los estudiantes. Se puede combinar la enseñanza individualizada con el trabajo que promueve la colaboración y cooperación.

Por lo tanto, para mantener la motivación del aprendizaje, los profesores deben buscar todo tipo de ayudas para que los estudiantes puedan comprender lo que han aprendido, y puedan aplicar lo aprendido en distintos entornos del aula y la vida real. Según la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, señala lo siguiente “para potenciar la motivación por el aprendizaje de competencias se requieren, además, metodologías activas y contextualizadas” y para ello, se pide el manejo de una infinidad de materiales y medios, considerando primordialmente la integración de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (Tic) en el procedimiento de enseñanza-aprendizaje.

### 3.5. Elementos curriculares básicos

Cuando hablamos de “currículum” nos referimos a la programación de aula, donde los elementos están integrados y se aplican los elementos curriculares básicos y complementarios. Los primeros que son los que se exponen a continuación y son

esenciales para desarrollar el proceso de enseñanza. Dichos elementos son: objetivos y contenidos didácticos, estándares de aprendizaje evaluables, las competencias clave, metodología y criterios de evaluación.

### 3.5.1. Objetivos

A efectos del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato (Capítulo I), se entenderá por Objetivos como *los logros que el estudiante debe alcanzar al finalizar cada etapa, como resultado de las experiencias de enseñanza-aprendizaje intencionalmente planificadas a tal fin* (p. 172).

De acuerdo con lo establecido en la Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la ESO en la Comunidad Autónoma de Andalucía, tiene como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos de área:

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 saludables, prácticas 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-creativas, 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.
7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.

9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía, así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.
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.

Los objetivos generales de etapa vienen recogidos en el Decreto 111/2016, de 14 de junio, y a continuación se vincula los objetivos de la materia con los de etapa:

Tabla 2. Vinculación objetivos de la materia con los objetivos de la etapa

1. - k	5. - k	9. - a, j, k
2. - b, f, k	6. - d, k, l	10. - c, d, e, k, l
3. - d, k	7. - a, b, k	11. - a, b, c, k, l
4. - a, b, c, g, k	8. - a, k	12. - d, e, k

Los objetivos didácticos a conseguir serán los descritos a continuación.

1. Conocer y adquirir hábitos de vida saludable y valorar sus efectos positivos ante la actividad física y sobre la propia salud.
2. Conocer las lesiones deportivas más habituales y sus síntomas, así como conocer las técnicas básicas de primeros auxilios en el medio deportivo.
3. Relacionar la mejora de las cualidades físicas básicas con la salud, la adaptación del cuerpo.
4. Entender y practicar Juegos y Deportes adaptados, para así concienciar a los alumnos/as.
5. Promover actitudes de respeto y no discriminación.
6. Admitir y obedecer las normas de clase, seguridad y reglas de juegos.
7. Conocer e integrar los fundamentos tácticos y reglamentarios del bádminton.
8. Saber y ejecutar distintas modalidades de juegos y deportes alternativos.
9. Conocer y practicar los distintos juegos y deportes alternativos.
10. Ejecutar pasos sencillos de danzas y bailes colectivos, adaptando el movimiento a secuencias rítmicas, integrarse socialmente en el grupo y en las actividades de

expresión corporal respetando la libertad de cada uno y las normas establecidas demostrando creatividad.

11. Conocer y utilizar las técnicas básicas de orientación mediante mapas en el medio natural, aceptando las normas de seguridad y protección en este tipo de actividades.

### 3.5.2. Competencias Clave

El artículo 2 del RD 1105/2014 define las Competencias como las *capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos* (p. 172). Las competencias del currículo son las siguientes:



Figura 6. Competencias Clave LOMCE (Elaboración propia)

Este elemento curricular va a ser la base para la programación, ya que va a ser los cimientos para construir el resto de los elementos curriculares, como establece la Orden ECD 65/2015, así como las determinaciones que realiza el RD 1105/2014. Se puede decir que las competencias clave impregnan el resto de elementos del currículo.

Tabla 3. *Competencias Clave en sus distintas dimensiones.*

<b>Competencias Clave</b>			
	<b>Saber</b>	<b>Saber hacer</b>	<b>Saber ser</b>
<b>CL</b>	Vocabulario Diversidad del lenguaje y de la comunicación en función del contexto	Expresarse de forma oral en múltiples situaciones comunicativas. Comprender distintos tipos de textos: buscar, recopilar y procesar.	Estar dispuesto al diálogo crítico y constructivo. Reconocer el diálogo como herramienta primordial para la convivencia.
<b>CMCT</b>	Términos y conceptos relacionados con: geometría, estadística, álgebra, etc. Representaciones matemáticas. Investigación científica.	Aplicar los principios y procesos matemáticos en distintos contextos. Interpretar y reflexionar sobre los resultados. Tomar decisiones basadas en pruebas y argumentos. Utilizar y manipular herramientas y máquinas tecnológicas.	Respetar los datos y su veracidad. Asumir los criterios éticos asociados a la ciencia y tecnología.
<b>CD</b>	Fuentes de información. Principales aplicaciones informáticas. Derechos y los riesgos en el mundo digital.	Buscar, obtener y tratar información. Utilizar recursos tecnológicos para la comunicación y resolución de problemas. Usar y procesar información de manera crítica y sistemática.	Tener curiosidad y la motivación por el aprendizaje y la mejora en el uso de las tecnologías. Tener actitud activa, crítica y realista hacia las tecnologías y los medios tecnológicos.
<b>CAA</b>	Conocimiento sobre lo que uno sabe y desconoce. Procesos implicados en el aprendizaje.	Resolución de una tarea. Estrategias de supervisión de las acciones. Estrategias de evaluación del	Tener la percepción de auto-eficacia y confianza en sí mismo. Sentirse protagonista del proceso y del resultado de su aprendizaje.

	Conocimiento de la disciplina, el contenido concreto de la tarea	resultado y del proceso que se ha llevado a cabo.	
<b>CSC</b>	<p>Comprender los conceptos de democracia, justicia, igualdad, ciudadanía y derechos humanos.</p> <p>Comprender las dimensiones intercultural y socioeconómica de las sociedades europeas.</p> <p>Igualdad, no discriminación, diferentes grupos.</p>	<p>Mostrar solidaridad e interés.</p> <p>Saber comunicarse de manera constructiva en distintos entornos y mostrar tolerancia.</p> <p>Manifestar solidaridad e interés por resolver problemas.</p>	<p>Disposición para superar los prejuicios y respetar las diferencias.</p> <p>Respetar los derechos humanos.</p> <p>Participar en la toma de decisiones a todos los niveles.</p>
<b>SIE</b>	Conocimiento de las oportunidades existentes.	Adaptación al cambio y resolución de problemas.	Tener autoconocimiento y autoestima.
<b>CEC</b>	<p>Diferentes géneros y estilos de las bellas artes.</p> <p>Manifestaciones artístico-culturales de la vida cotidiana.</p>	<p>Aplicar diferentes habilidades de pensamiento, perceptivas, comunicativas...</p> <p>Desarrollar la iniciativa, imaginación y la creatividad.</p>	<p>Respetar el derecho de la diversidad cultural, el diálogo entre culturas y sociedades.</p> <p>Valorar la libertad de expresión.</p> <p>Tener interés, aprecio, respeto y disfrute.</p>

Una vez visto las Competencias Clave en sus distintas dimensiones, ahora se va a proceder la vinculación de dichas Competencias con nuestra materia.

Tabla 4. Vinculación de las Competencias Clave con Educación Física.

Competencias Clave	EF
CL	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad físico-deportiva.</li> <li>- Vocabulario específico.</li> <li>- Lenguaje corporal.</li> <li>- Expresiones artísticas.</li> </ul>
CMCT	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resultados y clasificaciones.</li> <li>- Escalas y rumbos en orientación.</li> <li>- Frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad de esfuerzo.</li> <li>- Situaciones de juego en deportes de coopera-oposición.</li> <li>- Uso de instrumentos empleados en la AF y deportiva.</li> <li>- Conservación de la naturaleza.</li> </ul>
CD	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Acceso y gestión de la información en Internet de la AF y deportiva.</li> <li>- Creación y difusión de contenidos relacionados.</li> </ul>
CAA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regulación, planificación, organización, ejecución y evaluación de la AF.</li> <li>- Motivación.</li> </ul>
CSC	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reglas en juegos y deportes.</li> <li>- Normas de seguridad.</li> <li>- Prevención de lesiones.</li> <li>- Primeros auxilios.</li> </ul>
SIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Otorgar funciones y responsabilidades.</li> <li>- Liderazgo y trabajo en equipo.</li> <li>- Superación personal.</li> </ul>
CEC	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas.</li> <li>- Exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.</li> </ul>

La educación basada en competencias puede definir los resultados de aprendizaje esperados a través de un enfoque inclusivo, que tiene como objetivo aplicar todo el conocimiento que el alumnado ha aprendido.

Seguidamente, vamos a relacionar los objetivos de Educación Física con dichas Competencias Clave.

Tabla 5. *Relación de los objetivos de EF con las Competencias Clave*

OBJETIVOS DE LA EF ESO	COMPETENCIAS CLAVE						
	CCL	CMCT	CSC	CAA	SIEP	CD	CEC
1		X	X	X	X		X
2		X	X	X	X		X
3			X	X			
4		X	X	X	X	X	X
5				X		X	
6			X	X			X
7			X	X			
8			X	X	X		
9			X	X	X		
10			X	X	X		
11			X	X			
12	X			X		X	

### 3.5.3. Contenidos

El RD 1105/2014 define contenidos como el *conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que contribuyen al logro de los objetivos de cada enseñanza y etapa educativa y a la adquisición de competencias. Los contenidos se ordenan en asignaturas, que se clasifican en materias y ámbitos, en función de las etapas educativas o los programas en que participe el alumnado* (p. 172).

Los contenidos son formulados partiendo de los bloques de contenidos de la Orden 14/07/2016 por el que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria y Bachillerato en Andalucía. A continuación, se explican detenidamente los contenidos que se van a tratar en los diferentes bloques:

- **Bloque 1. Salud y calidad de vida.**
  - Prevención de lesiones y repercusión positiva de la higiene postural en la práctica de actividades físicas.
  - Actuaciones a seguir para la activación de los servicios de emergencia y protección del ambiente. Norma P.A.S. (Proteger, Avisar y Socorrer).
- **Bloque 2. Condición física y motriz.**
  - Indicadores del esfuerzo como la intensidad, y los posibles factores que interfieren en el desarrollo de la condición física y motriz. Distintas pruebas para estimar el nivel físico y motriz.
- **Bloque 3. Juegos y deportes.**
  - Deportes de raqueta: bádminton.
  - Juegos alternativos y pre-deportivos.
  - Participación activa en los distintos roles (espectador, ayudante...), e impulsar habilidades de trabajo en equipo y cooperación.
  - Observación de la realidad en el mundo del deporte.
  - Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad.
- **Bloque 4. Expresión corporal.**
  - Implicación creativa y activa en montajes de las danzas del mundo.
  - Realización de bailes de manera individual, por parejas o en grupo.
  - Actitud adecuada y correcta en la participación de estos montajes.
- **Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.**
  - Actividades y juegos en la naturaleza (senderismo, escalada, orientación).

#### 3.5.4. Metodología

En este apartado se debe plasmar el camino que se va a seguir para alcanzar las metas educativas y cómo va a ser la participación tanto del profesor como del alumno. Por un lado, la Educación Física debe entenderse no sólo como un contenido, sino también como un medio y estrategia para alcanzar las finalidades educativas de la etapa. Y, por otro lado, entablar la búsqueda de la humanización de los estudiantes, y entenderlo como un proceso de construcción personal basado en los tres componentes de la persona: cognitivo, motriz y emocional.

Según el RD 1105/2014, de 26/12 en el artículo 2 define metodología como “conjunto de estrategias, actuaciones y trabajos estructurados y proyectados por el profesorado, de modo consciente y reflexiva, con el propósito de facilitar el aprendizaje del alumnado y la consecución de los objetivos planteados.”

Para ello, nos ceñiremos a las orientaciones que aparecen en la Orden de 14 de julio de 2016 de la Comunidad Autónoma de Andalucía, por lo cual indican que:

“La Educación Física debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución de una igualdad real y efectiva de oportunidades [...]. La Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades,

preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado. Asimismo, se fomentará la actividad física inclusiva, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado [...]. Propiciará ambientes positivos de aprendizaje, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc.” (p.161).

El ámbito educativo español está abriendo sus puertas a metodologías “innovadoras”, inclusivas y motivadoras, como el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), que trata de un método de trabajo incluido dentro de las denominadas metodologías activas. Las definiciones propuestas en la mayoría de los manuales y documentos a los que se hace referencia, como Sánchez (2013) y Carrera (2015) explican que el ABP es “un conjunto de tareas de aprendizaje programadas, cuyo propósito es el de resolver una o varias preguntas y/o retos que forman parte del currículo oficial” (p. 164).

El trabajo individual y grupal se pueden combinar para lograr un aprendizaje transversal significativo. El objetivo de esta metodología es permitir que los alumnos y alumnas trabajen y aprendan de manera independiente, sin la constante ayuda del docente. El ABP crea desafíos o problemas tentadores y estimulantes y la clave del éxito radica en el trabajo en grupo.

Trabajar en equipo independientemente de si son alumnos de altas capacidades, con NEE o lo que coloquialmente se dice “alumnos normales”, todos ellos son responsables, implicando así trabajar juntos, aportando sus ideas y habilidades. Esta metodología permite establecer su propio ritmo de aprendizaje y utilizar sus fortalezas para compensar sus debilidades. En este sentido, introducir el ABP en las clases parece ser idónea para todos los estudiantes.

Siguiendo las directrices de la Orden de 14 de julio de 2016, se seguirán las siguientes estrategias:

- Los estudiantes serán protagonistas de su propio aprendizaje.
- Utilizar distintas metodologías, técnicas y estrategias para alcanzar los objetivos.
- Valorar el proceso de aprendizaje, planteando metas y evitar las comparaciones entre compañeros.
- Valorar el proceso de aprendizaje, en función de los resultados obtenidos, estableciendo sus propias metas y evitar comparaciones entre ellos.
- Favorecer la reflexión y análisis crítico que fomentará un intercambio de opiniones y experiencias.
- Cada alumno/a y grupo tiene sus diferencias y peculiaridades, por lo que la enseñanza será individualizada.

- Mayor compromiso motor para desarrollar la competencia motriz.
- Formular proposiciones relacionados con los intereses y expectativas del alumnado.
- Trabajar basándonos en la interdisciplinariedad y en los elementos transversales.
- Promover el trabajo en grupo y las interacciones entre alumnos y profesor.
- Utilizar correctamente las tecnologías de la información y comunicación como medio de conocimiento, apoyo y ampliación.

### 3.5.5. Criterios de evaluación y Estándares de Aprendizaje

Los Estándares de Aprendizaje nos vienen dado por el RD 1105/2014 del 26 de diciembre. Para su utilización es esencial la relación con los criterios de evaluación dados tanto en el RD ya mencionado como en su concreción para Andalucía mediante la Orden del 14 de julio de 2016 donde se desarrolla el currículo para esta Comunidad para la ESO.

Con el objeto de una mayor comprensión de los estándares de aprendizaje, debido a que es un elemento novedoso y a su relación con los criterios de evaluación, vamos a incluir la definición de los mismos.

Los Estándares de aprendizaje evaluables son *“especificaciones de los criterios de evaluación que permiten definir los resultados de aprendizaje y que concretan lo que el estudiante debe saber, comprender y saber hacer en cada asignatura; deben ser observables, medibles y evaluables y permitir graduar el rendimiento o logro alcanzado. Su diseño debe contribuir y facilitar el diseño de pruebas estandarizadas y comparables”* (p. 172). Y los Criterios de Evaluación son los referentes específicos para evaluar el aprendizaje del alumnado.

A continuación, se indican los Criterios de Evaluación para la ESO que se concretan en la Orden del 14 de julio de 2016 en Andalucía y los Estándares de Aprendizaje en el RD 1105/2014 del 26 de diciembre, todo ello relacionándolo con los elementos básicos vistos anteriormente.

Criterios de Evaluación	Estándares de Aprendizaje	Bloques de Contenidos	Competencias	Indicadores de logro
1	1.1. – 1.2. – 1.3. – 1.4. – 1.5.	Bloque 2 y 3.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cumple normas del juego.</li> <li>- Resuelve motrizmente la técnica y técnica del deporte.</li> <li>- Realiza ficha de autoevaluación.</li> </ul>
2	2.1. – 2.2. – 2.3. – 2.4.	Bloque 4.	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utiliza tiempo y espacio adecuadamente.</li> <li>- Emplea movimientos al ritmo musical.</li> <li>- Adapta la coreografía al grupo y tiempo.</li> <li>- Creatividad en sus expresiones rítmicas.</li> </ul>
3	3.1. - 3.2. – 3.3. – 3.4.	Bloque 2 y 3.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consigue desplazamientos técnicos-tácticos resolutivos.</li> <li>- Sus decisiones suelen conseguir éxito.</li> </ul>
4	4.1. – 4.2. – 4.3. – 4.4. – 4.5. – 4.6.	Bloque 1 y 2.	CMCT, CAA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Progresa adecuadamente en los niveles de condición física.</li> <li>- Practica en su horario libre actividades saludables.</li> <li>- Controla la Frecuencia Cardíaca.</li> </ul>
5	5.1. – 5.2. – 5.3. – 5.4.	Bloque 1 y 2.	CAA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Controla su postura corporal.</li> <li>- Juega con el grupo.</li> </ul>
6	6.1. – 6.2. – 6.3.	Bloque 1 y 2.	CMCT, CAA, CSC	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoce las partes de la sesión de EF.</li> <li>- Controla la intensidad del esfuerzo realizado.</li> </ul>
7	7.1. - 7.2. – 7.3.	Bloque 2, 3 y 4.	CAA, CSC, SIEP.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Respeta al grupo independientemente de las características.</li> <li>- Adapta su creatividad a los compañeros del grupo.</li> <li>- Colabora activamente en la creación de un montaje expresivo.</li> </ul>
8	8.1. – 8.2. – 8.3.	Bloque 3 y 5.	CMCT, CAA, CSC.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Respeta, limpieza del entorno.</li> <li>- Practica actividades en su entorno más cercano.</li> </ul>
9	9.1. – 9.2. – 9.3.	Bloque 1, 2 y 3.	CCL, CSC.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Controla normas de seguridad de agarres y posturas.</li> <li>- Se protege de lesiones.</li> <li>- Corrige la falta de higiene postural.</li> </ul>
10	10.1 – 10.2.	Bloque 5.	CAA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elabora, búsqueda, análisis de información y resultados.</li> </ul>

### 3.5.6. Evaluación

La evaluación se considera como un desarrollo a largo plazo de la valorización del cumplimiento del proceso de enseñanza-aprendizaje, que incluyen principalmente los siguientes aspectos:

- Apreciar el avance individualmente de cada estudiante, desde el inicio hasta el final y la labor diaria que realiza.
- Especificar el nivel de conocimientos, capacidades y destrezas logrado en concordancia a los objetivos.
- Valorar la actitud del alumno y su nivel de participación con la asignatura.
- Indicar los principales problemas de los alumnos en la consecución de dichos objetivos.

Por tanto, la evaluación busca apreciar los tres elementos que intervienen en dicho proceso: evaluación del alumno/a, del docente y del proceso de la acción didáctica.

Una vez definidos todos los elementos básicos del currículo, se procede a la elaboración de la transposición didáctica del segundo trimestre.


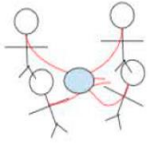
Se desarrollará la UD 4 denominada “sin barreras”, y tendrá una duración de siete sesiones. Trata de Juegos y Deportes Adaptados para que los estudiantes experimenten nuevas situaciones motrices y se conciencien de las limitaciones que pueden presentar una persona con discapacidad.


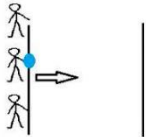
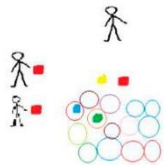

Y por último un ABP de “danzas del mundo”, para favorecer la inclusión y mejora de la relación entre el grupo de clase. Se ha visto y comprobado que los estudiantes mediante esta metodología aprenden más, ya que ellos son los protagonistas de todo el proceso de trabajo, tiene más autonomía y libertad, comparten y respetan las opiniones diferentes de todos los miembros del grupo. De esta manera se potencia la inclusión de todo el alumnado indistintamente de sus características, raza, motivaciones, intereses, etc.

UD4: "Sin barreras"												Trimestre: 2º											
Nº Sesiones: 7				Nº Alumnos: 30								Curso: 3º ESO											
<b>Justificación</b>				Guiar los juegos y deportes adaptados hacia el desarrollo y fomentar la Educación en Valores, experimentando nuevas posibilidades motrices. Además, en un entorno de aula que facilite la inclusión de los alumnos con necesidades educativas. Esto permite que los alumnos comprendan y experimenten las limitaciones que puede tener una persona con discapacidad (física, sensorial...), y ver que la mayoría de las personas pueden adaptarse a sus restricciones y lograr el pleno desarrollo de la autonomía.																			
CONCRECIÓN CURRICULAR																							
Objetivos de Etapa												Objetivos de Área											
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Criterios de evaluación (CE)												Estándares de Aprendizaje (EA)											
<b>7.</b> Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. (CAA, CSC, SIEP)												<b>7.2.</b> Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.  <b>7.3.</b> Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.											
<b>10.</b> Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. (CCL, CD, CAA)												<b>10.2.</b> Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.											
Contenidos																							
<b>Bloque 3. Juegos y deportes.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Deportes adaptados. Juegos Paralímpicos.</li> <li>- Progreso de las habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.</li> </ul>																							
Competencias Clave																							
Saber						Saber hacer						Saber ser											
CAA						Ampliar y conocer sobre los juegos y deportes adaptados						Resolver con éxito los obstáculos						Tener la percepción de auto-eficacia y confianza en sí mismo.					




<b>CSC</b>	Igualdad, la no discriminación, distintos grupos.	Actitud de solidaridad e interés.	Superación de los prejuicios y respeto de las diferencias.
<b>SIEP</b>	Aplicar lo aprendido.	Se adapta a los cambios y resuelve los problemas.	Poseer autoconocimiento y autoestima.
<b>CD</b>	Distintas fuentes de información que hay en Internet.	Buscar, obtener y analizar información.	Curiosidad y la motivación por el aprendizaje y la mejora en el manejo de las tecnologías.
<b>TRANSPOSICIÓN DIDÁCTICA</b>			
<b>Sesión 1</b>	Desafíos físicos cooperativos.		
<b>Sesión 2</b>	Voleibol adaptado. Cómo se juega, reglas, arbitraje y ayudas.		
<b>Sesión 3</b>	Goal-Ball. Cómo se juega, reglas, arbitraje y ayudas.		
<b>Sesión 4</b>	Boccia. Cómo se juega, reglas, arbitraje y ayudas. Torneo.		
<b>Sesión 5</b>	Juegos Paralímpicos. Competición final.		
<b>Sesión 6</b>	Jornadas fundación ONCE.		
<b>Sesión 7</b>	Jornadas ASPRAMIF de Jaén.		
<b>Espacios</b>	<b>Metodología</b>	<b>Material</b>	
Pista exterior y gimnasio.	Flipped Classroom, Descubrimiento guiado, resolución de problemas, trabajos por grupo.	Pañuelos, balones de goma espuma, balones de foam de voleibol, postes de voleibol, red, bolas de petanca o similar.	
<b>VALORACIÓN DE LO APRENDIDO</b>			
<b>Evaluación</b>			
<b>Indicadores de logro</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Colaborar activamente.</li> <li>- Respeta tanto las normas de juego como a los compañeros.</li> <li>- Cumple normas del juego.</li> <li>- Resuelve motrizmente la técnica del deporte.</li> <li>- Realiza ficha de autoevaluación.</li> </ul>		
<b>Técnica</b>	<b>Instrumento</b>		<b>Ejemplo</b>
Observación	Escala de estimación por categorías (siempre, a veces, nunca)		Anexo III

Revisión de tareas	Portfolio (colección planificada de trabajos de cada grupo que representa esfuerzo, progreso, desarrollo y reflexiones).
<b>Atención a la Diversidad</b>	<p>En esta UD, se intenta invertir la tendencia, es decir, cambiar la dinámica, aquellos alumnos que no tengan ninguna necesidad especial, ponerlos en el escenario de tener que solventar algunas dificultades.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alumna con paraplejia: en la mayoría de las actividades, las puede realizar, ya que es una UD específica de deportes adaptados, serán sus compañeros los que se tendrán que adaptar.</li> <li>- Alumno con sobrepeso: se reducirán las actividades donde haya gran impacto, aunque en esta UD, la mayoría son actividades donde el alumnado se encuentra sentado.</li> <li>- Alumno inmigrante: al ser actividades de cooperación, se sentirá más incluido en el grupo.</li> </ul>
<b>Tema transversal</b>	Educación para la igualdad de oportunidades.

UD: "Sin barreras"		Trimestre: 2º		
Nº: Sesión: 1		Curso: 3º ESO / 30 alumnos		
Objetivos		Contenidos		
<ul style="list-style-type: none"> <li>– Colaborar en las actividades grupales respetando las aportaciones de los demás.</li> <li>– Respetar a los demás con independencia del nivel de destreza.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Progreso de las habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.</li> <li>– Fomento de la tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador/a.</li> </ul>		
CALENTAMIENTO				
Nº - nombre	Descripción	Agrupación	Representación gráfica	Tiempo (min.)
1. Presentación.	Explicación de la dinámica de la sesión. Pequeña introducción de la UD y presentar los objetivos que se quiere conseguir. Introducción a los deportes adaptados y para ello se presentan Desafíos Físicos Cooperativos, que son actividades físicas cooperativas que supone una provocación, un reto, intentando que todos los alumnos sean esenciales para el grupo, cooperando para la superación de los mismos. Los retos propuestos están distribuidos por el gimnasio en unas fichas, donde vienen la descripción, normas y el material (Anexo 1). Si logran resolver el problema antes del tiempo, tienen que intentar una nueva forma de resolverlo hasta conseguirlo. Finalizado el tiempo del reto, cada grupo debe hacer una autoevaluación del mismo. Véase la ficha en Anexo II.	Toda la clase.		10'
PARTE PRINCIPAL				
1. Telaraña.	Tantas cuerdas como miembros del grupo cruzadas por la mitad, de forma que quede una estrella. Debe lanzarse cinco veces consecutivas a una altura superior a la cabeza. La pelota no puede caer al suelo y ningún jugador debe tocarla con ninguna parte del cuerpo.	Grupos de 6.		5'




2. Bota bota.	El alumnado deberá hacer botar 10 balones de baloncesto en una zona determinada durante 30 segundos, teniendo presente que ningún balón puede parar de botar y que un/a jugador/a no podrá tocar dos veces seguidas el mismo balón.	Grupos de 6.		10'
3. Al otro lado.	Deben pasar el balón entre todos de un lado a otro del gimnasio sin usar las manos y sin que se caiga. En el caso de que alguien no participe o involuntariamente el balón toca el suelo, se debe comenzar.	Grupos de 6.		5'
4. El extraño.	Colocados en rectángulo, deben conseguir que un balón (de color diferente a los demás) se quede dentro de los aros ubicados en el centro del campo. Para esto, se deben lanzar otros balones con la intención de cambiar la trayectoria del "extraño". Cada vez que el balón se quede dentro de los aros, es un punto para toda la clase. Normas: entrar dentro del rectángulo, golpear la pelota con algo distinto a una pelota .	Macrogrupo		10'
<b>VUELTA A LA CALMA</b>				
1. Reflexión.	Una vez finalizada la sesión, la parte final se dedica a que la clase reflexione y valore lo acontecido.	Grupo / Macrogrupo		10'

En las sesiones número 2, 3, 4 y 5, seguirá la misma estructura. Toda la información será aportada al alumnado a través de Google Classroom, y se realizará una evaluación inicial para saber qué conocen acerca de los Deportes Adaptados y Juegos Paralímpicos. Además, se le presentará la información necesaria sobre reglamento, cómo se juega, etc. para agilizar después la sesión. A través de Flipped Learning se comprobará si el estudiante se ha estudiado los contenidos facilitados. Se llevará a cabo una competición siendo la temática los Juegos Paralímpicos. Cada grupo representa a un continente, la cual tienen que seleccionar un país de ese continente, bandera e himno o algo muy típico de ese lugar elegido. Previamente se trabajará en casa con el grupo, llevando a cabo el aprendizaje cooperativo y utilizando los recursos TIC. En cada sesión, será un grupo el protagonista, donde tendrá que exponer y defender el trabajo relacionando con los Juegos Paralímpicos.

UD: "Sin barreras"			Trimestre: 2º		
Nº: Sesión: 2.			Curso: 3º ESO / 30 alumnos		
Objetivos			Contenidos		
<ul style="list-style-type: none"> <li>– Colaborar en las actividades grupales respetando las aportaciones de los demás.</li> <li>– Respetar a los demás con independencia del nivel de destreza.</li> <li>– Conocer los Deportes Adaptados y los Juegos Paralímpicos.</li> <li>– Mostrar valores de solidaridad, compromiso, eliminación de obstáculos.</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>– Progreso de las habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.</li> <li>- Cooperación, solidaridad.</li> <li>- Defensa y exposición de la temática utilizando correctamente las TICs.</li> </ul>		
Metodología	Flipped Learning, resolución de problemas, trabajos por grupo.		Material	Pelota de voleibol, red.	
CALENTAMIENTO					
Nº - nombre	Descripción		Agrupación	Representación gráfica	Tiempo (min.)
1. Presentación	Un grupo presentará y defenderá delante de la clase el trabajo elegido. Se les evaluará Anexo III.		Macrogrupo		5'
2. Ocupar espacios.	Carrera continua y movilidad articular. Posteriormente se desplazarán libremente por el espacio (carrera hacia delante, hacia atrás, lateralmente...). A la voz de la profesora se detienen: con dos apoyos, un apoyo, con un compañero, etc.		Macrogrupo		5'
PARTE PRINCIPAL					
1. Voleibol Adaptado.	Se realiza una competición de Voleibol Adaptado. Siempre con el mismo grupo e iremos rotando, para enfrentarse con todos. Habrá cinco grupos de 6 miembros, por lo cual, 4 estarán compitiendo y el otro llevará a cabo los roles de árbitro y visión y anotación de las actitudes. Se juega en un rectángulo de 10m x 6m. y una red a una altura de 1,15m. La adaptación es que todos los jugadores deberán permanecer sentados, para simular que van en silla de ruedas. Solamente se puede golpear con la mano y no puede levantar las nalgas del suelo al realizar cualquier tipo de golpe. El objetivo es enviar el balón por encima de la red al campo contrario y que éste toque en el suelo dentro del campo, el equipo tiene solo tres golpes para devolver el balón.		Grupos		30'
VUELTA A LA CALMA					
1. Reflexión.	Una vez finalizada la sesión, la parte final se dedica a que la clase reflexione y valore lo acontecido.		Grupo / Macrogrupo		10'

UD: "Sin barreras"			Trimestre: 2º		
Nº: Sesión: 3			Curso: 3º ESO / 30 alumnos		
Objetivos			Contenidos		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Colaborar en las actividades grupales respetando las aportaciones de los demás.</li> <li>- Respetar a los demás con independencia del nivel de destreza.</li> <li>- Conocer los Deportes Adaptados y los Juegos Paralímpicos.</li> <li>- Mostrar valores de solidaridad, compromiso, eliminación de obstáculos.</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Progreso de las habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.</li> <li>- Cooperación, solidaridad.</li> <li>- Defensa y exposición de la temática utilizando correctamente las TICs.</li> </ul>		
Metodología	Flipped Learning, resolución de problemas, trabajos por grupo.		Material	Porterías, antifaz, pelotas con cascabel.	
<b>CALENTAMIENTO</b>					
Nº - nombre	Descripción	Agrupación	Representación gráfica	Tiempo (min.)	
Ídem sesión 2					
<b>PARTE PRINCIPAL</b>					
1. Goalball	<p>Se realizará una competición de Goalball. Siempre con el mismo grupo e iremos rotando, para enfrentarse con todos. Habrá cinco grupos de 6 miembros, por lo cual, cuatro estarán compitiendo y el otro llevará a cabo los roles de árbitro y visión y anotación de las actitudes.</p> <p>Se juega en un campo de 9m de ancho por 18m de largo. Los jugadores llevan un antifaz que les cubra por completo los ojos y permanecer en silencio para permitir que puedan escuchar el balón sonoro. Un jugador del equipo atacante debe lanzar la pelota con el fin de vencer al defensor y marcar un gol, este jugador generalmente está de pie para lanzar y la pelota obligatoriamente debe botar dos veces. El equipo defensor espera de rodillas o en cuclillas. En caso de gol, se suma al marcador y el juego sigue.</p>	Grupos		30'	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>					
1. Reflexión.	Una vez finalizada la sesión, la parte final se dedica a que la clase reflexione y valore lo acontecido.	Grupo / Macrogrupo		10'	

UD: "Sin barreras"		Trimestre: 2º		
Nº: Sesión: 4		Curso: 3º ESO / 30 alumnos		
Objetivos		Contenidos		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Colaborar en las actividades grupales respetando las aportaciones de los demás.</li> <li>- Respetar a los demás con independencia del nivel de destreza.</li> <li>- Conocer los Deportes Adaptados y los Juegos Paralímpicos.</li> <li>- Mostrar valores de solidaridad, compromiso, eliminación de obstáculos.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Progreso de las habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.</li> <li>- Cooperación, solidaridad.</li> <li>- Defensa y exposición de la temática utilizando correctamente las TICs.</li> </ul>		
Metodología	Flipped Learning, resolución de problemas, trabajos por grupo.	Material	Porterías, antifaz, pelotas con cascabel.	
CALENTAMIENTO				
Nº - nombre	Descripción	Agrupación	Representación gráfica	Tiempo (min.)
Ídem sesión 2				
PARTE PRINCIPAL				
1. Boccia	<p>Se realizará una competición de Goalball. Siempre con el mismo grupo e iremos rotando, para enfrentarse con todos. Habrá cinco grupos de 6 miembros, por lo cual, cuatro estarán compitiendo y el otro llevará a cabo los roles de árbitro y visión y anotación de las actitudes.</p> <p>Es muy similar a la petanca, cada jugador o equipo disponen de seis pelotas rojas o azules. El juego empieza cuando la bola blanca se lanza al centro. El objetivo es lanzar el resto de bolas para intentar acercarse lo más posible a la bola blanca, se van sumando puntos extras por las bolas continuas a las que se encuentra más cerca. Para el lanzamiento se pueden utilizar manos, pies, cabeza o instrumentos de apoyo.</p>	Grupos		30'
VUELTA A LA CALMA				
1. Reflexión.	Una vez finalizada la sesión, la parte final se dedica a que la clase reflexione y valore lo acontecido.	Grupo / Macrogrupo		10'

UD: "Sin barreras"		Trimestre: 2º		
Nº: Sesión: 5		Curso: 3º ESO / 30 alumnos		
Objetivos		Contenidos		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Colaborar en las actividades grupales respetando las aportaciones de los demás.</li> <li>- Respetar a los demás con independencia del nivel de destreza.</li> <li>- Conocer los Deportes Adaptados y los Juegos Paralímpicos.</li> <li>- Mostrar valores de solidaridad, compromiso, eliminación de obstáculos.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Progreso de las habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.</li> <li>- Cooperación, solidaridad.</li> <li>- Defensa y exposición de la temática utilizando correctamente las TICs.</li> </ul>		
Metodología	Flipped Learning, resolución de problemas, trabajos por grupo.	Material	Pelotas de baloncesto, balón medicinal, conos, antifaces.	
CALENTAMIENTO				
Nº - nombre	Descripción	Agrupación	Representación gráfica	Tiempo (min.)
1. Presentación.	Un grupo presentará y defenderá delante de la clase el trabajo elegido. Se les evaluará Anexo III	Macrogrupo		5'
2. Entramos en calor.	Carrera continua y movilidad articular. Posteriormente se desplazarán libremente por el espacio (carrera hacia delante, hacia atrás, lateralmente...). A la voz de la profesora se detienen: con dos apoyos, un apoyo, con un compañero, etc.	Macrogrupo		5'
PARTE PRINCIPAL				
1. Juegos Paralímpicos.	Utilizaremos 5 pruebas: -Lanzamiento a canasta en silla de ruedas/sentado. -Lanzamiento de fuerza en silla de ruedas/sentado. -Lanzamiento de precisión en silla de ruedas/sentado. -Bolos en silla de ruedas/sentado. -Carrera de ciegos con guía y obstáculos.	Grupos		30'
VUELTA A LA CALMA				
1. Reflexión.	Una vez finalizada la sesión, la parte final se dedica a que la clase reflexione y valore lo acontecido.	Grupo / Macrogrupo		10'

UD: "Sin barreras"		Trimestre: 2º
Nº: Sesión: 6 y 7		Curso: 3º ESO / 30 alumnos
Objetivos	Contenidos	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Colaborar en las actividades grupales respetando las aportaciones de los demás.</li> <li>- Respetar a los demás con independencia del nivel de destreza.</li> <li>- Conocer los Deportes Adaptados y los Juegos Paralímpicos.</li> <li>- Mostrar valores de solidaridad, compromiso, eliminación de obstáculos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Progreso de las habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.</li> <li>- Cooperación, solidaridad.</li> <li>- Respeto y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</li> </ul>	
<b>Justificación</b>	<p>Las sesiones 6 y 7 se llevan a cabo Jornadas de Convivencia que estarán organizadas respectivamente por la Fundación ONCE y ASPRAMIF de Jaén. El fin de estas jornadas, es que los alumnos se formalicen, sensibilicen y conozcan de primera mano cómo realizan las tareas cotidianas compañeros con discapacidad. Los alumnos tendrán que participar, colaborar y ayudar en las actividades propuestas. Además, el IES "Mª Cabeza Arellano" apoya esta iniciativa y les parecen muy acertadas porque trasladan a la sociedad fielmente como es su vida y como superan las adversidades diarias.</p>	

## **ABP DANZAS DEL MUNDO.**

Como ya he mencionado anteriormente, ABP se trata de una metodología activa y la finalidad de éste es la resolución de una pregunta o reto. El protagonismo recae sobre los estudiantes, donde tienen que trabajar en equipo para conseguir dicho objetivo.

Después de la UD 4, tendrá lugar el ABP Danzas del Mundo, cuyo producto final es la representación de una danza del mundo que los estudiantes han ido preparando, trabajando y buscando información a lo largo de las sesiones. Se sitúa aquí porque primero hemos trabajado más en profundidad la inclusión en el aula de Educación Física, mediante desafíos físicos cooperativos y Juegos y Deportes Adaptados, por lo cual los alumnos y alumnas están más sensibilizados y concienciados sobre la importancia de tener una buena cohesión con el grupo de clase, y así fomentar actitudes positivas hacia los distintos colectivos.

Los contenidos de Expresión Corporal, apenas se imparten en los Centros. Los motivos pueden ser varios, pero los más destacados son, por una parte, la incapacidad del docente, y por otro lado la persistente tendencia a diferenciar por sexos. La finalidad es reforzar la inclusión en el aula, la igualdad de género y no utilizar un lenguaje estereotipado.

El contenido de este proyecto incluye dos aspectos principales: por un lado, comprender y ejecutar una sucesión de desplazamientos corporales que se adapta a un ritmo predeterminado, y, por otro lado, realizar actividades para estimular la participación activa de los estudiantes en la reflexión sobre valores y las actitudes positivas hacia la inclusión.

La actividad principal es la creación o similar una danza del mundo tomando como referencia los tradicionales y más conocidos de cada país. El objetivo es la elaboración de una danza que cumpla con las condiciones y características de ésta, y que estimulen la integración e inclusión de los participantes indistintamente del nivel de destreza, así como desarrollar actitudes favorables.

Para realizar esta danza, los alumnos previamente acceden a una gran cantidad y diversos conocimientos: las características diferenciales de cada país y las peculiaridades, los elementos estructurales de la música: beat o pulso musical, tempo o velocidad, acento, frase musical y bloque musical.

El enfoque metodológico se basa en ABP y elementos de “Flipped Classroom” o “Aula Invertida”. Los estudiantes llevan a cabo tareas y actividades relacionadas con el proyecto (creación, investigación...) en el aula y pueden consultar cada recurso (vídeos, documentos...) propuestos en cada tarea en casa.

**CANVAS DE PROYECTO**

**TÍTULO:** Danzas del mundo


**CURSO:** 3º ESO **TRIMESTRE:** 2º

**MATERIA:** Educación Física



**COMPETENCIAS**

- Competencia Lingüística
- Competencia Digital.
- Aprender a aprender.
- Competencias Sociales y Cívicas.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.




**ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE**

- 2.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
- 2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

**EVALUACIÓN**

- De cada una de las tareas.
- Desafío final.
- Del portfolio de equipo.



Lista de control, rúbricas, diarios de aprendizaje.


**PRODUCTO FINAL**

- Representar una danza del mundo.




**TAREAS**

- Presentación sobre las danzas del mundo.
- Vídeos.
- Ficha sobre resolución de las estructuras musicales.
- Buscar información sobre tradiciones y cultura de ese país.
- Calcular distancia desde España a ese país.
- Investigar problemáticas de ese país.




**DIFUSIÓN**

- Redes sociales.
- Blog del Centro.
- Póster.




**RECURSOS**

- Gimnasio cubierto o pistas exteriores para la práctica de las danzas.
- Recursos para la gestión de las tareas individuales y de equipo.
- Familias, profesorado.



**HERRAMIENTAS TIC**

- Internet.
- Editores de vídeo y audio.
- GIMP, Paint.
- Adobe Photoshop.
- Blog.
- Kahoot!, Socrative.



**AGRUPAMIENTOS/ORGANIZACIÓN**

- Equipos heterogéneos y cooperativos de 5 personas.




Figura 7. Canva de proyecto. ABP Danzas del mundo (Elaboración propia)

CONCRECIÓN CURRICULAR																							
Objetivos de Etapa												Objetivos de Área											
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Criterios de evaluación (CE)												Estándares de Aprendizaje (EA)											
<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. (CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC).</p>												<p>2.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p>											
<p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. (CAA, CSC, SIEP)</p>												<p>7.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>											
Contenidos																							
<p><b>Bloque 4. Expresión corporal.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Implicación creativa y activa en montajes de las danzas del mundo.</li> <li>– Realización de bailes de manera individual, por parejas o en grupo.</li> <li>– Actitud adecuada y correcta en la participación de estos montajes.</li> </ul>																							
Competencias Clave																							
Saber						Saber hacer						Saber ser											
CAA						Ampliar y conocer sobre las distintas danzas del mundo.						Resolver con éxito las distintas situaciones.						Tener la percepción de auto-eficacia y confianza en sí mismo					
CSC						Igualdad, no discriminación, distintos grupos.						Actitud de solidaridad e interés.						Superación de los prejuicios y respeto de las diferencias.					

<b>SIEP</b>	Aplicar lo aprendido.	Se adapta a los cambios y resuelve los problemas.	Poseer autoconocimiento y autoestima.
<b>TRANSPOSICIÓN DIDÁCTICA</b>			
<b>Nº Sesiones</b>	<b>Fases</b>	<b>Objetivo</b>	
1	Nuestro proyecto.	Explicar en qué consiste el proyecto.	
2	Las danzas del mundo.	Entender las estructuras musicales de distintas danzas del mundo.	
2	Ser bailaores.	Impregnar conocimientos sobre las estructuras musicales.	
2	Resolvemos problemas.	Poner en práctica actividades que incluyan problemas entre el grupo.	
3	Repasamos los pasos.	Poner en práctica lo aprendido anteriormente.	
4	Inventores de danzas.	Inventar o reestructurar una danza del mundo y participar en la representación.	
<b>Metodología</b>		<b>Recursos</b>	<b>Herramientas TIC</b>
ABP, Flipped Classroom		Gimnasio cubierto y pistas exteriores. Familias y profesorado. Recursos para la gestión de las tareas individuales y de grupo.	Internet Editores de vídeo y audio Blog...
<b>VALORACIÓN DE LO APRENDIDO</b>			
<b>Indicadores de logro</b>		Cumple las normas. Utiliza tiempo y espacio adecuadamente. Emplea movimientos al ritmo musical. Adapta la coreografía al grupo y tiempo.	Creatividad en sus expresiones rítmicas. Respeta al grupo. Colabora activamente en la creación de un montaje.
<b>Técnica</b>		<b>Instrumento</b>	<b>Ejemplo</b>
Observación		Lista de control (sí o no)	Anexo IV
Revisión de tareas		Portfolio (registro planificado de trabajos de cada grupo )	
<b>Atención a la diversidad</b>		Alumna con paraplejia: el grupo se tendrá que adaptar, realizando los pasos a sus posibilidades. Alumno con sobrepeso: se reducirán las actividades donde haya gran impacto, aunque en las danzas no hay altos impactos sobre el suelo, ni eleva demasiado la FC. Alumno inmigrante: al ser actividades de cooperación, se sentirá más incluido en el grupo.	

A continuación, se muestran algunas pautas que deben ser consideradas:

1. Lo primero de todo, presentar el proyecto a todos los alumnos y alumnas. Una clara explicación tratando de motivarlos.
2. A lo largo del proyecto, asegurarnos de que los estudiantes lo entienden. E ir formulando preguntas para orientarlos.
3. Reflexión sobre el proceso. Inicio, durante y final.
4. Trabajo cooperativo.
  - Los grupos tienen que ser heterogéneos y mixtos.
  - Aportación personal independientemente de las características personales.
5. Refuerzo continuo del docente. Para que los alumnos sepan con exactitud las actividades planteadas y por otra darles feedback.
6. Proyecto integrador.
  - Las propuestas de todas las actividades promueven la participación y la integración.
  - Todos y todas pueden exponer la comprensión de las soluciones, incluso si no poseen las mismas competencias motrices. Se impulsa el saber hacer y no sólo saber ejecutar.

### 3.6. Elementos curriculares complementarios

#### 3.6.1. Medidas para atender al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (ANEAE)

En la etapa de Secundaria, las medidas de atención a la diversidad están diseñadas para satisfacer las necesidades educativas específicas del estudiante y a la adquisición de las competencias básicas y los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y en ningún caso supondrá una discriminación que les imposibilite adquirir estos objetivos y el título que le corresponde.

De acuerdo con el Decreto 111/2016, de 14/06, estas medidas son una serie de intervenciones educativas destinadas a hacer frente a las distintas capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones, etc. del alumnado, con el fin de favorecer la persecución de las competencias clave y el logro de los objetivos.

En concreto en el aula que se aborda estas UUDD nos encontramos a un alumno con sobrepeso. Está comprobado que la falta de actividad física está relacionada con unos malos hábitos alimenticios, teniendo como consecuencia una disminución de la capacidad de movimiento del propio individuo, siendo uno de los factores de riesgo más considerables referente a las enfermedades arteriales coronarias. El aparato locomotor de este alumno sostiene un sobrepeso lo que conduce generalmente a alteraciones en las articulaciones y en general, estas alteraciones pueden verse agravadas por la práctica de ciertas actividades físicas. En la clase, debemos estar atentos a los síntomas de dolor y realizar las adaptaciones correspondientes a las actividades para evitar sobrecargas

óseas o articulares. En general, es conveniente ajustar e incluir actividades de bajo impacto osteo-articular, ejercicio que suponga un esfuerzo bajo.

Tenemos a otra alumna con diversidad funcional física (paraplejia), pero en esta UD de Deportes Adaptados lo tiene todo a su favor, ya que serán sus compañeros los que se tendrán que adaptar a esas situaciones. Y como se va a fomentar el trabajo en equipo y la cooperación, para ello se necesita la participación de todos y cada uno de los miembros del grupo. Para llevar a cabo la inclusión, la forma más efectiva es a través de juegos cooperativos. Se realizan adaptaciones y modificaciones de las reglas de los juegos, delimitar espacios, eliminación de barreras...

Y, por último, un alumno procedente de Ecuador. El alumno inmigrante, a menudo se encuentra en una situación de desventaja debido a que tiene que empezar una nueva vida tanto social, educativa como cultural. Por ello, es necesario prestar atención a sus necesidades, para que pueda integrarse, amoldarse a la cultura y obtener ayudas o una atención apropiada. Es muy beneficioso que haya referencias culturales en las distintas clases, destacando sus habilidades personales para mejorar su autoestima y la consideración de los compañeros y compañeras, mediante actividades cooperativas y trabajo en grupo.

### 3.6.2. Transversalidad

Los elementos transversales a nivel autonómico vienen refrendados en el artículo 6 del Decreto 111/2016, de 14 de junio. En dicho artículo se indica que, en síntesis, en el desarrollo de todas las materias se potenciarán los distintos elementos transversales. En nuestra materia nos centraremos principalmente en:

- Convivencia y el respeto en las relaciones interpersonales. El diálogo en el aula es otra manera de aprender y comprender la propia realidad.
- Fomentar la igualdad de oportunidades, el valor inherente y el comportamiento apropiado a los fundamentos de igualdad de oportunidades, accesibilidad universal y no discriminación, así como la prevención de la violencia contra las personas con discapacidad. El desempeño del docente es esencial para evitar transmitir valores discriminativos, podemos impulsar estos valores positivos mediante las organizaciones de grupos y equipos mixtos, el uso de materiales que se han marcado como “niños” o “niñas”, es decir, suprimir actitudes estereotipadas.
- Impulsar la tolerancia, y reconocer la coexistencia de la diversidad y la cultura.

### 3.6.3. Interculturalidad

Desde nuestra área, podemos reforzar la interculturalidad mediante:

- En lo referente a las Danzas del Mundo, alumnos y alumnas procedentes de otro país se les permite presentar la danza de su país.
- Promover conductas de colaboración, solidaridad y ayuda para favorecer la inclusión.

- Reflexiones y empatía sobre el valor, riqueza, tradiciones culturales que aportan los otros compañeros.
- Realizar distintos agrupamientos de manera que todos los integrantes del grupo se interrelacionen.

### 3.7. Innovación

La Educación Física es una materia muy práctica, en la que logramos los objetivos manipulando distintos móviles y objetos propuestos en esta área.

Las novedosas Tecnologías en el ámbito educativo incluyen instrumentos para la comunicación e intercambio de información, así como herramientas para fomentar la búsqueda e investigación. Por tanto, en esta asignatura se van a desarrollar los siguientes objetivos:

- Promover el uso de las TIC como herramienta de trabajo.
- Utilizar las TIC como fuente de información y conocimiento de manera responsable para educar a nuestros estudiantes.
- Proporcionar a los estudiantes los recursos técnicos indispensables para ayudar a aprender y a corregirse a sí mismos.

Para llevar a cabo esto, se realizarán las siguientes actividades:

- Observación y análisis de vídeos.
- Consulta y búsqueda de información en páginas webs, blogs, bases de datos.
- Enlaces de páginas webs relacionadas con los contenidos conceptuales a tratar.

A lo largo de las UDD, se ha llevado a cabo el Flipped Classroom, también conocido como Aula Invertida, es un modelo pedagógico cuya finalidad es incrementar el nivel de compromiso e implicación del alumnado. En Educación Física, si se aplica de manera correcta, las clases serán mucho más prácticas, ya que los estudiantes vienen de casa con los contenidos teóricos aprendidos. Otros de los beneficios que presenta este modelo es que el docente puede dedicar más tiempo a la atención a la diversidad.

Y, finalmente, se implementan metodologías activas basada en ABP, por lo cual este modo de enseñanza es novedosa e innovadora. Los beneficios de esta son numerosos, ya que estos proyectos el estudiantado tienen que lidiar con problemas de la vida real, y se transforman en partícipes de su aprendizaje. Algunas de las características más destacadas de este modelo son:

- Atiende a la diversidad.
- Fomento del espíritu autocrítico.
- Motivación de los alumnos por aprender.
- Desarrollo de su autonomía.
- El intercambio de ideas y colaboración refuerza las aptitudes sociales.

## 4. Bibliografía

- Abellán, J., Saéz-Gallego, N. & Carrión Olivares, S. (2018). Boccia as an adapted and sensitizing sport in Physical Education in Secondary Education. *Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 7(2), 19-114. <https://doi.org/10.6018/sportk.343011>
- Aguado, T. & Ballesteros, B. (2012). Equity and Diversity in Compulsory Education. *Revista de la Educación*, 12-16.
- Ainscow, M. y Miles, S. (2009). Desarrollando sistemas de educación inclusiva: ¿Cómo podemos hacer progresar las políticas? *La educación inclusiva*, 161-169.
- Arango, J. (2000). Enfoques conceptuales y teóricos para explicar las migraciones. *Revista Internacional de Ciencias Sociales*, 165, 41-69.
- Arroyo, M. (2016). Exclusión social y pobreza en la Unión Europea. *Revista GeoGraphos*, 7(85), 104-131.
- Ayto. de Mengíbar. (2016). Obtenido de Excmo. Ayuntamiento de Mengíbar: <https://aytomengibar.com/plano/>
- Barajas, A. A. (2009). Espartanos, guerreros del Peloponeso. *Revista de Claseshistoria*, 5, 98 - 116.
- Barrera-Herrera, A. y Vinet, E. (2017). Adulthood Emerging and cultural characteristics of the stage in university students in Chile. *Terapia psicológica*, 35(1), 47-56. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082017000100005>
- Barrio de la Puente, J. L. (2009). Hacia una Educación Inclusiva para todos. *Revista Complutense de Educación*, 20(1), 13-31. <https://dx.doi.org/10.5209/RCED>
- Bascon-Seda, A. & Ramírez, G. (2020). Victims of bullying: contributions to identify cases of bullying in Physical Education in High School Education. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 15(43), 109-119.
- Betancur Agudelo, J. E. (2013). Inclusive and exclusive practices in Physical Education class. *Revista Educación Física y Deporte*, 32(2), 1433-1440.
- Booth, T. & Ainscow, M. (2002). *Index for inclusion. Developing learning and participation in schools* (2ª ed.). Manchester.
- Booth, T. & Ainscow, M. (2015). *Guía para la educación inclusiva: Desarrollando el aprendizaje y la participación en los centros escolares*. FUHEM, OEI.
- Botias Cegarra, J. (2015). La Educación Física Inclusiva: su función socializadora en el alumando con discapacidad.

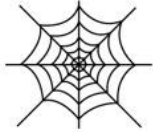
- Canimas Brugué, J. (2015). Disability or functional diversity? *Siglo Cero*, 46(2), 79-97. <http://dx.doi.org/10.14201/scero20154627997>
- Carrera, D. (2015). Tareas integradas: características. La aportación desde el área de la Educación Física. *Revista digital de Educación Física*, 6(85), 161-175.
- Cátedra Iberoamericana*. (s.f.). Obtenido de Mirada histórica de la discapacidad: [https://fci.uib.es/Servicios/libros/articulos/di\\_nasso/Historia.cid220290](https://fci.uib.es/Servicios/libros/articulos/di_nasso/Historia.cid220290)
- (1994). *Declaración de Salamanca y Marco de Acción para las Necesidades Educativas Especiales*. París: UNESCO.
- Echeita, G. (2006). *Educación para la inclusión o educación sin exclusiones*. Vol 102. Narcea Ediciones.
- Educación, D. d. (2015). *Adulthood emergent: A stage full of possibilities*. Obtenido de <https://www.psicomemorias.com/author/evolutiva-educacion-sevilla/>
- García , J. (2017). Legislative developments of inclusive education in Spain. *Revista Nacional e Internacional de Educación Inclusiva*, 10(1), 251-264.
- García González, E. (s.f.). Evolución de la Educación Especial: del modelo de déficit al modelo de la Escuela Inclusiva. 1, 429-438.
- García Rubio, J. (2017). Evolución legislativa de la educación inclusiva en España. *Revista Nacional e Internacional de Educación Inclusiva*, 10(1), 251-264.
- Gil-Galván, R. (2018). El uso del aprendizaje basado en problemas en la enseñanza universitaria. Análisis de las competencias adquiridas y su impacto. *Revista mexicana de investigación educativa*, 23(76), 73-93.
- Greenstein, R. (2020). Israel, Palestine and Apartheid. 22(1), 73-92. DOI: 10.25253/99.2020221.06
- Guitart, M. (2011). Del "Aprendizaje Basado En Problemas" (ABP) al "Aprendizaje Basado en la Acción" (ABA). Claves para su complementariedad e implementación. *Revista de Docencia Universitaria*, 9(1), 91-107.
- Hartwing, S. (2020). Introducción: los mundos posibles y la inclusión de la diversidad funcional. *Inclusión, integración, diferenciación*.
- Hutzler, Y., Meier, S., Reuker, S. & Zitomer, M. (2019). Attitudes and self-efficacy of physical education teachers toward inclusion of children with disabilities: a narrative review of international literature. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24(3), 249-266. <https://doi.org/10.1080/17408989.2019.1571183>
- Ibarra, L. (2006). El rol del profesor. *Psicología Online*.

- IES María Cabeza*. (2019). Obtenido de El centro: <http://www.iesmariacabeza.com/el-centro/>
- Imágenes del centro*. (2017). Obtenido de <https://www.iesmariacabeza.com/el-centro/>
- Johnson, D., Johnson, R. y Holubec, E. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Barcelona: Paidós.
- Lourens, H. & Swartz, L. (2020). 'Every Now and Then You Slip up and Then You Are in Trouble': The Responsibility on Students with Visual Impairments to Access Reasonable Accommodations in South Africa. *International Journal of Disability, Development and Education*, 67(3), 320-335. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2019.1587152>
- Madrid, D., Sánchez, P., García, D. y García, M. (2011). De la exclusión a la inclusión: una forma de entender y atender a la diversidad funcional en las instituciones escolares. *Educación y Diversidad*, 5(1), 23-31.
- Martín Macías, E. (2010). La Educación Especial tras largos siglos de rechazo. *Pedagogía Magna*, 5, 71-79.
- Mayer, R. E. (1999). *Psicología de la educación: el aprendizaje en las áreas de conocimiento* (Vol. 1). Pearson Educación.
- McKay, C., Haegele, J. & Block, M. (2018). Lessons learned from Paralympic School Day: Reflection from the students. *European Physical Education Review*, 1-16. <https://doi.org/10.1177/1356336X18768038>
- Melguizo, C. & Royuela, V. (2020). What drives migration moves to urban areas in Spain? Evidence from the Great Recession. *Regional Studies*, 1-14. Obtenido de <https://doi.org/10.1080/00343404.2020.1747606>
- Muñoz Galíndez, E. y Montes Mora, S. (2017). Voleibol sentado: un deporte que da sentido a la vida. *Educación Física y Ciencia*, 19(1).
- Murillo, F., Belavi, G. y Pinilla, L. (2018). Segregación escolar público-privada en España. *103(3)*, 307-337. <http://dx.doi.org/10.5565/rev/papers.2392>
- Murueta, M. E. (2015). *Murueta*. Obtenido de Psicología de los jóvenes: <http://murueta.mx/index.php/textos/42-psicologia-de-los-jovenes>
- Núñez Mayán, M. T. (2019). El estancamiento de la inclusión educativa del alumnado con discapacidad. Revisión de su escolarización entre 1985 y 2015. *Revista Nacional e Internacional de Educación Inclusiva*, 12(1), 67-69.
- Rasgado Rodríguez, D. y Jiménez Vásquez, A. G. (2019). La inclusión educativa en Instituciones de Educación Superior. Un acercamiento al tema.

- Paz-Maldonado, E. (2020). Inclusión educativa del alumnado en situación de discapacidad en la Educación Superior: una revisión sistemática. *Teoría de la Educación. Revista Interuniversitaria* 32(1), 123-146. <http://dx.doi.org/10.14201/teri.20266>
- Ríos Hernández, M. (2009). La inclusión en el área de Educación Física en España. *Ágora para la EF y el Deporte*, 9, 83-114.
- Rodríguez, S. & Ferreira, M. A. (2010). From dis-ability to funcional diversity an Exercise of Dis-Normalization. *Revista Internacional de Sociología*, 68(2), 289-309. DOI:10.3989/ris.2008.05.22
- Rubio Jurado, F. (2009). Principios de normalización, integración e inclusión. *Revista innovación y experiencias educativas*, 19, 1-9.
- Sánchez, J. (2013). *Qué dicen los estudios sobre el aprendizaje basado en proyectos*. Obtenido de [http://www.estuaria.es/wp-content/uploads/2016/04/estudios\\_aprendizaje\\_basado\\_en\\_proyectos1.pdf](http://www.estuaria.es/wp-content/uploads/2016/04/estudios_aprendizaje_basado_en_proyectos1.pdf)
- Santofimio-Rojas, G. (2016). From Anomaly to disability, a long history of social exclusion: death,. *Revista Inclusión & Desarrollo*, 3(1), 34-46.
- Sarrible, G. (2002). Definiciones y datos sobre migración internacional y nacionalidad: el caso de España. *Migraciones internacionales*, 1(2), 123-146.
- Segal, U. (2019). Globalization, migration and ethnicity. 172, 135-142. DOI: 10.1016/j.puhe.2019.04.011.
- Sosa, L. M. (2009). Educación Física y Discapacidad. *Ágora para la EF y el Deporte*, 9, 7-14.
- UNESCO. (2017). *Guía para asegurar la inclusión y la equidad en la educación* .
- Velázquez, H. J., Pietri, L. y Maldonado, N. (2013). De la incapacidad a la diversidad funcional: una mirada a la evolución histórica de los conceptos, significados e implicaciones para la intervención psicológica. *Informes Psicológicos*, 13(2), 79-101.
- Vicente-Herrero, M., Terradillos García, M., Capdevila García, L., Ramírez Iñíguez de la Torre, M., Aguilar Jiménez, E. & López-González, A. (2010). Handicap, disability and impairment. A review from spanish legislation. *Medicina de Familia. Semergen*, 36(8), 456-461. DOI: 10.1016/j.semerg.2010.06.003

## 5. Anexos

### Anexo I

<b>Descripción</b>	Tantas cuerdas como miembros del grupo entrelazadas entre ellas por la mitad, de forma que quede una estrella. Debe lanzarse cinco veces consecutivas a una altura superior a la cabeza. La pelota no puede caer al suelo y ningún jugador debe tocarla con ninguna parte del cuerpo.	
<b>Normas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La pelota no puede caer al suelo.</li> <li>- Ningún jugador debe tocarla con ninguna parte del cuerpo.</li> </ul>	
<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 cuerda por jugador.</li> <li>- 1 pelota.</li> </ul>	

### Anexo II

<b>UD: Sin barreras</b>		<b>Nº Sesión: 1</b>		
<b>Nombre y apellido de todos los miembros del equipo:</b>				
	<b>¿Habéis conseguido el reto?</b>		<b>Breve comentario ¿Habéis tenido alguna dificultad? ¿Ha sido muy fácil? ...</b>	<b>Valoración del trabajo grupal</b>
<b>Reto</b>	<b>Sí</b>	<b>No</b>		
<b>1</b>				
<b>2</b>				
<b>3</b>				
<b>4</b>				
<b>5</b>				
<b>6</b>				

### Anexo III

Curso: 3º ESO		DEPORTES ADAPTADOS		
Nombre de alumno/a:				
Ítem	Sí	No	A veces	
1. Diferencia deportes en función de la discapacidad.				
2. Identifica o reconoce en el juego los límites del terreno.				
3. Es capaz de sensibilizarse con el resto de compañeros sobre las dificultades que entraña desarrollar AF en esas condiciones.				
3. Es capaz de adaptarse a las limitaciones que la discapacidad genera.				
4. Presenta buena actitud respecto a la actividad				
5. Participa independientemente del nivel de destreza.				
6. Participa independientemente de la dificultad de la tarea.				
7. Asimila progresivamente las normas básicas del reglamento.				
8. Asimila el rol de "ayuda" o "guía" en las diferentes tareas propuestas.				
9. Respeta los diferentes roles dentro del grupo.				
10. Participa activamente.				
<b>TOTAL</b>				

### Anexo IV

Curso: 3º ESO		DANZAS DEL MUNDO	
Nombre de alumno/a:			
Ítem	Sí	No	
1. Ejecuta escenificaciones sencillas utilizando su cuerpo.			
2. Se adecua a distintos ritmos variando el movimiento y los desplazamientos.			
3. Inventa series de movimiento agregando distintos desplazamientos.			
4. Realiza la danza.			
5. Reconoce y descifra la estructura musical.			
6. Repetir frases rítmicas con movimiento y desplazamiento corporal, incluyendo los silencios.			
7. Utiliza el tiempo y espacio adecuadamente.			
8. Adapta la coreografía al grupo y tiempo.			
9. Colabora activamente en la creación de un montaje.			
10. Respeta las distintas opiniones del grupo.			
<b>TOTAL</b>			