

ESO

Educación Física 1

Programación

Unidad 4

1. Presentación de la unidad
2. Objetivos didácticos
3. Contenidos de la unidad/Criterios de evaluación/Estándares de aprendizaje evaluables/Competencias clave
4. Selección de evidencias para el portfolio
5. Competencias clave: descriptores y desempeños
6. Tareas
7. Estrategias metodológicas
8. Recursos
9. Herramientas de evaluación
10. Medidas para la inclusión y la atención a la diversidad
11. Autoevaluación del profesorado

1. PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD

Título

Deportes de equipo

Descripción de la unidad

La unidad se inicia con una breve descripción de las características del deporte colectivo y una exposición de las capacidades físicas y las habilidades que su práctica exige, para a continuación abordar tres deportes colectivos concretos, de los que se explican sus normas y técnicas básicas: baloncesto, voleibol y fútbol reducido.

En la sección «La cultura del movimiento», que como siempre cierra la unidad, se describe un juego tradicional («el burro») y se exponen diversas consideraciones relacionadas con la educación para la salud y la calidad de vida.

A través de las diferentes explicaciones teóricas, ejercicios físicos y actividades propuestas, se pretende que los alumnos y las alumnas adquieran, comprendan y sean capaces de sacar partido de los conocimientos siguientes:

- El deporte colectivo: concepto y características.
- Deportes colectivos y habilidades motrices.
- El baloncesto: historia, normas y gestos técnicos.
- El voleibol: normas y gestos técnicos.
- El fútbol reducido: definición y principales técnicas.

Temporalización

La temporalización asignada a esta unidad será de doce semanas, que incluyen el aprendizaje y la práctica de las diferentes modalidades deportivas expuestas.

2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Entender el concepto y las características fundamentales de los deportes de equipo.
- Establecer la relación causa-efecto entre capacidades físicas y práctica deportiva.
- Reconocer las habilidades necesarias para el juego en equipo en cada uno de los deportes.
- Conocer el origen y las reglas fundamentales del baloncesto.
- Conocer los gestos técnicos fundamentales de la técnica individual del baloncesto.
- Conocer el origen y las reglas fundamentales del voleibol.
- Conocer los gestos técnicos fundamentales de la técnica individual del voleibol.
- Conocer el origen y las reglas fundamentales del fútbol.
- Conocer los gestos técnicos fundamentales de la técnica individual del fútbol.

3. CONTENIDOS DE LA UNIDAD - CRITERIOS DE EVALUACIÓN - ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES - COMPETENCIAS CLAVE

Competencias clave (CC): comunicación lingüística (CCL), competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT), competencia digital (CD), aprender a aprender (CAA), competencias sociales y cívicas (CSYC), sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP) y conciencia y expresiones culturales (CEC).

Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables	CC
El deporte colectivo - Concepto de deporte colectivo. - Características normativas y desarrollo del juego.	1. Entender el concepto y las características fundamentales de los deportes de equipo.	1.1. Comprende el concepto y las características fundamentales de los deportes de equipo.	CCL, CMCT
Deporte colectivo y condición física - Práctica deportiva segura y de calidad.	2. Establecer la relación causa-efecto entre capacidades físicas y práctica deportiva.	2.1. Es capaz de establecer la relación causa-efecto entre capacidades físicas y práctica deportiva.	CMCT CAA
Deportes colectivos y habilidades motrices - Conocimiento de los gestos técnicos individuales comunes a todos los deportes. - Interrelación entre condición física, habilidad motriz y práctica deportiva.	3. Reconocer las habilidades necesarias para el juego en equipo en cada uno de los deportes.	3.1. Reconoce las habilidades necesarias para el juego en equipo en cada uno de los deportes.	CMCT, CSYC
Baloncesto - Normas y espíritu de juego. - Gestos técnicos esenciales.	4. Conocer el origen y las reglas fundamentales del baloncesto.	4.1. Conoce el origen y las reglas fundamentales del baloncesto.	CMCT, CSYC
	5. Conocer los gestos técnicos fundamentales de la técnica individual del baloncesto.	5.1. Conoce los gestos técnicos fundamentales de la técnica individual del baloncesto.	CCL, CMCT
Voleibol - Normas y espíritu de juego. - Gestos técnicos esenciales.	6. Conocer el origen y las reglas fundamentales del voleibol.	6.1. Conoce el origen y las reglas fundamentales del voleibol.	CMCT, CCL
	7. Conocer los gestos técnicos fundamentales de la técnica individual del voleibol.	7.1. Conoce los gestos técnicos fundamentales de la técnica individual del voleibol.	CMCT

Fútbol - Normas y espíritu de juego. - Gestos técnicos esenciales.	8. Conocer el origen y las reglas fundamentales del fútbol.	8.1. Conoce el origen y las reglas fundamentales del fútbol.	CMCT, CCL
	9. Conocer los gestos técnicos fundamentales de la técnica individual del fútbol.	9.1. Conoce los gestos técnicos fundamentales de la técnica individual del fútbol.	CMCT CAA
- Iniciativa y perseverancia a la hora de realizar los ejercicios físicos y deportivos propuestos y espíritu de colaboración al trabajar en grupo.	10. Mostrar iniciativa y perseverancia a la hora de afrontar los problemas y de defender opiniones, y desarrollar actitudes de respeto y colaboración a la hora de trabajar en grupo.	10.1. Muestra iniciativa y mantiene la constancia al afrontar tanto el aprendizaje de los nuevos conocimientos como a la hora de realizar los ejercicios.	CSYC SIEP
		10.2. Se muestra participativo y dispuesto a trabajar en equipo.	CSYC SIEP

4. SELECCIÓN DE EVIDENCIAS PARA EL PORTFOLIO

Los estándares de aprendizaje muestran el grado de consecución de los criterios de evaluación desde la propia descripción y concreción del criterio. Para facilitar el seguimiento del desarrollo de cada estándar, buscaremos datos objetivos de los alumnos que muestren su evolución en cada uno de ellos.

En el anexo de evaluación se propone un portfolio de evidencias para los estándares de aprendizaje. El cuadro siguiente sugiere una selección de algunas de estas posibles evidencias. Los docentes podrán sustituirlas por otras que consideren más relevantes para el desarrollo de su grupo.

Libro del alumno (LA) / Propuesta didáctica (PD)

Estándares de aprendizaje evaluables	Selección de evidencias para el portfolio
1.1. Comprende el concepto y las características fundamentales de los deportes de equipo.	<ul style="list-style-type: none"> - Actividades del LA para describir las características de los deportes colectivos. - Resultados de la búsqueda en la Red de información sobre las ventajas de los deportes en equipo.
2.1. Es capaz de establecer la relación causa-efecto entre capacidades físicas y práctica deportiva.	<ul style="list-style-type: none"> - Actividad del LA sobre las capacidades físicas y su relación con los deportes de equipo. - Ejercicios del LA sobre juegos colectivos improvisados.
3.1. Reconoce las habilidades necesarias para el juego en equipo en cada uno de los deportes.	<ul style="list-style-type: none"> - Ejercicios del LA para practicar los gestos técnicos básicos de los juegos colectivos: bote, paso, tiro. - Actividades del LA sobre los gestos técnicos básicos.
4.1. Conoce el origen y las reglas fundamentales del baloncesto.	<ul style="list-style-type: none"> - Resultados de la búsqueda en la Red de información sobre técnica individual y estrategias para la práctica del baloncesto.
5.1. Conoce los gestos técnicos fundamentales de la técnica individual del baloncesto.	<ul style="list-style-type: none"> - Ejercicios del LA para practicar los gestos técnicos básicos del baloncesto. - Actividades del LA sobre técnicas básicas del baloncesto.
6.1. Conoce el origen y las reglas fundamentales del voleibol.	<ul style="list-style-type: none"> - Actividades del LA acerca de la historia del voleibol, y sobre las posiciones y técnicas básicas de su práctica. - Localización en la red de información sobre técnica individual del voleibol adaptada para la práctica juvenil.
7.1. Conoce los gestos técnicos fundamentales de la técnica individual del voleibol.	<ul style="list-style-type: none"> - Ejercicios del LA para practicar los gestos técnicos básicos del voleibol.
8.1. Conoce el origen y las reglas fundamentales del fútbol.	<ul style="list-style-type: none"> - Actividades del LA relacionadas con el origen, historia y reglas básicas del fútbol.

9.1. Conoce los gestos técnicos fundamentales de la técnica individual del fútbol.	- Resultados de la búsqueda en la Red de información sobre técnica individual y habilidades para la práctica del fútbol. - Ejercicios del LA para practicar los gestos técnicos básicos del fútbol reducido.
10.1. Muestra iniciativa y perseverancia para aprender nuevos contenidos y realizar los ejercicios, y mantiene una actitud de respeto y colaboración a la hora de trabajar en grupo.	- Propuesta del LA para aprender y practicar un juego tradicional («el burro»). - Actividades del LA para reforzar la asimilación de los contenidos de la unidad.

5. COMPETENCIAS CLAVE: DESCRIPTORES Y DESEMPEÑOS

Competencia	Descriptor	Desempeño
<i>Comunicación lingüística</i>	Denominar correctamente los deportes y juegos, así como los gestos técnicos y expresiones específicas de cada uno de ellos.	Es capaz de emplear adecuadamente en la conversación el vocabulario específico de cada deporte.
<i>Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología</i>	Valorar las propias posibilidades en la práctica de los deportes y la elección de los espacios adecuados para hacerlo.	Autocontrol e iniciativa en el entrenamiento y en las prácticas deportivas.
	Diseñar y practicar de forma autónoma los deportes propuestos, modificando las normas y respetando las decisiones democráticas.	Práctica autónoma de los deportes propuestos y búsqueda de alternativas.
<i>Competencia digital</i>	Utilizar las nuevas tecnologías para localizar información y transformarla en conocimientos aplicados a sus actividades.	Utiliza los recursos incluidos en www.anayadigital.com .
	Localizar y visionar vídeos que sirvan para ampliar y asimilar información y conocimientos relacionados con los diferentes contenidos.	Localiza en la Red y sabe aplicar la información, tanto textual como visual, relacionada con los contenidos y ejercicios de la unidad.
<i>Aprender a aprender</i>	Desarrollar los gestos de técnica individual propios de cada deporte o juego incluido en la unidad.	Es capaz de ejecutar de forma autónoma los ejercicios y actividades deportivas trabajadas en la unidad.
	Afrontar la toma de decisiones de manera racional.	Progresar en la capacidad de afrontar retos y tomar decisiones de forma autónoma.
<i>Competencias sociales y cívicas</i>	Desarrollar las habilidades sociales, la cooperación y el trabajo en equipo.	Trabaja de forma colaborativa con los demás compañeros.
	Valorar el deporte y el juego limpio, asumiendo posiciones críticas y personales sobre el deporte como fenómenos social.	Reconoce y practica el respeto a las reglas como elementos indispensables para la práctica deportiva.
<i>Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor</i>	Mostrar iniciativa personal para iniciar o promover acciones nuevas en las prácticas deportivas.	Muestra iniciativa a la hora de organizar el desarrollo de las prácticas deportivas.

<i>Conciencia y expresiones culturales</i>	Valorar la estética en la ejecución de los gestos técnicos propios de cada deporte.	Cuida la ejecución correcta de los diferentes ejercicios economizando energía y cuidando su estética.
--	---	---

6. TAREAS

Libro del alumno (LA) / Propuesta didáctica (PD) / Recursos digitales (RD)

Tarea 1: Leemos la presentación de la unidad y llamamos la atención del alumnado sobre lo que vamos a conocer, aprender y practicar en ella.

- Conocemos las sugerencias metodológicas generales, las ideas previas y los procedimientos de trabajo de la unidad con la PD.
- Leemos la información introductoria de forma cooperativa y extraemos las ideas principales.
- Anticipamos algunos conceptos de la unidad enunciados en la sección «Prepárate para...».

Tarea 2: Conocemos qué es el deporte colectivo, cuáles son sus características y las capacidades físicas que su práctica requiere.

- Conocemos las sugerencias metodológicas de la PD.
- Leemos la información del LA sobre el deporte colectivo.
- Buscamos en la Red información sobre las ventajas de los deportes de equipo.
- Realizamos las actividades de «Jugamos a saber» del LA.
- Examinamos y realizamos las propuestas de ejercicios del LA para iniciarnos en el deporte colectivo.

Tarea 3: Conocemos las habilidades necesarias para jugar en equipo.

- Conocemos las sugerencias metodológicas de la PD.
- Leemos la información del LA sobre las habilidades necesarias para dominar los gestos técnicos básicos de los deportes colectivos (desplazamientos, bote, pase y tiro) y extraemos las ideas principales.
- Buscamos en la red informaciones y vídeos para poder perfeccionar de forma autónoma el dominio de la técnica propia de nuestro deporte favorito.
- Realizamos los diferentes ejercicios descritos en el LA para iniciarnos en la práctica de los deportes colectivos.

Tarea 4: Conocemos los aspectos básicos del baloncesto.

- Conocemos las sugerencias metodológicas de la PD.
- Resumimos la información introductoria sobre la historia, las normas generales y la técnica individual del baloncesto.
- Buscamos en la red vídeos que nos resulten útiles para perfeccionar la técnica individual en la práctica del baloncesto.
- Realizamos las actividades de la sección «Jugamos a saber» del LA.
- Describimos y practicamos, con el apoyo de las respectivas ilustraciones, los diferentes ejercicios propuestos en el LA para dominar los principales gestos técnicos del baloncesto.

Tarea 5: Conocemos los aspectos básicos del voleibol.

- Conocemos las sugerencias metodológicas de la PD.
- Resumimos la información introductoria sobre la historia y la técnica individual del voleibol.
- Buscamos en la red vídeos que nos resulten útiles para perfeccionar la técnica individual en la práctica del voleibol.
- Realizamos las actividades de la sección «Jugamos a saber» del LA.

- Describimos y practicamos, con el apoyo de las respectivas ilustraciones, los diferentes ejercicios propuestos en el LA para dominar los principales gestos técnicos del voleibol.

Tarea 6: Conocemos los aspectos básicos del fútbol reducido.

- Conocemos las sugerencias metodológicas de la PD.
- Resumimos la información introductoria sobre la historia, las reglas básicas y la técnica individual del fútbol reducido.
- Buscamos en la red vídeos que nos resulten útiles para perfeccionar la técnica individual en la práctica del fútbol.
- Realizamos las actividades de la sección «Jugamos a saber» del LA.
- Describimos y practicamos, con el apoyo de las respectivas ilustraciones, los diferentes ejercicios propuestos en el LA para dominar los principales gestos técnicos del fútbol.

Tarea 7: Conocemos las características de un «juego de siempre» y algunas consideraciones sobre el significado del deporte en la actualidad.

- Leemos la información de la sección «Los juegos de siempre» y explicamos las reglas para jugar al «burro».
- Leemos y comentamos en grupo el texto sobre el deporte como signo de nuestro tiempo.

Tarea 8: Conocemos la influencia de los deportes colectivos sobre la salud y las relaciones sociales.

- Leemos y comentamos el texto del LA.
- Realizamos las actividades incluidas en «Trabaja con el texto» del LA.
- Recopilamos las actividades para el portfolio del alumno.

7. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

Contra lo que ocurre con otras unidades del currículo, los alumnos llegan a esta unidad con ideas y experiencias propias, y, también, con preconceptos y autovaloraciones. La obligatoriedad de la disciplina hace que concurran amantes de la actividad deportiva con otros que van forzados a su práctica, convencidos de que carecen de posibilidades.

Por ello es preciso:

- Diseñar aprendizajes significativos para todos.
- Evitar valoraciones y distinciones dentro del grupo.
- Emplear el refuerzo positivo siempre que sea necesario.
- Favorecer que los alumnos destacados actúen como monitores de los que presentan dificultades de aprendizaje o de integración.

8. RECURSOS

Los siguientes materiales de apoyo servirán para reforzar y ampliar el estudio de los contenidos de esta unidad:

- Libro del alumnado, diccionarios, enciclopedias, medios informáticos de consulta, etc.

Recursos digitales

- Recursos digitales para el profesorado, que acompañan a la propuesta didáctica, y para el alumnado, con los que podrán reforzar y ampliar los contenidos estudiados.
- Enlace web: <http://anayaeducacion.com>.

9. HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN

- Seguimiento de la evaluación continua de cada alumno y cada alumna con diferentes pruebas orales y escritas, la realización de los ejercicios y la valoración de la actitud e interés demostrados en el aula.
- Otros recursos (en el anexo de evaluación).

10. MEDIDAS PARA LA INCLUSIÓN Y LA ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Entendiendo el atractivo de las prácticas deportivas como un poder de convocatoria de valor educativo, es absolutamente esencial que todos participen en ellas, en la medida de sus posibilidades, valorando las oportunidades que ofrecen como factor de integración. Podríamos señalar como señas distintivas de las adaptaciones curriculares las siguientes:

- Todos tienen un papel en la práctica de los deportes.
- El deporte es un juego en el que se participa por placer y satisfacción personal, sin tensiones ni angustias por el resultado.
- Los deportes de equipo no dan opción al lucimiento individual y exigen el sacrificio personal en beneficio de todos.

Además, para evaluar las medidas para la inclusión y la atención a la diversidad individual y del grupo que requiera el desarrollo de la unidad, se incluye un apartado en el anexo «Herramientas de evaluación».

11. AUTOEVALUACIÓN DEL PROFESORADO

Dispone de una rúbrica para realizar dicha autoevaluación en el anexo «Herramientas de evaluación».