

## **MODIFICACIONES EN LA PROGRAMACIÓN** **APLICADAS AL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA:**

Debido a la situación de crisis sanitaria, en la que actualmente nos encontramos, se precisa llevar a cabo una serie de modificaciones en la programación del departamento de Educación Física para el curso 2020 - 2021.

### **1º E.S.O. y 2º E.S.O.**

En estos niveles NO se producen modificaciones significativas, salvo las que se enumeran al final del documento y que son de carácter general, en la programación, ya que el alumnado asiste presencialmente al Instituto, se han desdoblado los grupos, lo que permite un trabajo más adecuado debido a la bajada de ratios.

En las primeras semanas del curso se “preparó” al alumnado para un posible trabajo telemático en caso de confinamiento, el cual se llevará a cabo a través de la plataforma “Moodle Centros”.

### **3º E.S.O. y 4º E.S.O. y 1º BACHILLERATO.**

Teniendo en cuenta la modalidad de **enseñanza sincrónica** se precisa una adaptación de la programación en diversos apartados de la misma, tales como, metodología, evaluación, etc.

- **MODALIDAD DE ENSEÑANZA PRESENCIAL:** se llevará a cabo un reajuste en las sesiones dedicadas a cada unidad didáctica, de modo que no afecte a los contenidos a tratar en estos niveles.
- **MODALIDAD DE ENSEÑANZA NO PRESENCIAL:** se propondrá, a través de la plataforma “Moodle Centros”, un trabajo que el alumnado debe realizar la semana que no asista al centro (debido a la imposibilidad de llevar a cabo las clases en streaming), éste tendrá un doble carácter.

## **EXPLICACIÓN DE CADA UNA DE LAS OPCIONES:**

### **• PARTE PRÁCTICA:**

1. **Realización de un programa de entrenamiento enfocado a mantener una actividad física basada en rutinas de ejercicios sencillos.** Dicho programa se



planteará semanalmente en Moodle Centros como tarea adjunta y cada alumno/a establecerá su propia hora de actividad física, independientemente de la hora asignada para Educación Física en el horario de clases. El profesorado estará disponible en Moodle a lo largo de la jornada lectiva para atender dudas al alumnado.

- Las **sesiones de entrenamiento obligatorias** serán aportadas por el profesorado del departamento.
- **El programa de entrenamiento** consistirá en la realización de la siguiente rutina:
  - **Calentamiento:** movilidad articular y estiramientos dinámicos.
  - **Parte principal:** entrenamiento propuesto por el profesorado (resistencia o fuerza)
  - **Estiramientos y vuelta a la calma.**

2. **Realización de actividades físicas voluntarias**, según los propios intereses del alumnado. Deberán realizar actividad física por el cómputo global de horas semanales que tiene la asignatura, es decir, 2 horas, se adjuntarán a través de la plataforma “**Moodle**” como actividad voluntaria.

• **PARTE TEÓRICA:**

3. **Realización de actividades teóricas propuestas por el profesor/a de la asignatura.** Estas deben realizarse en el cuaderno de Educación Física, y serán objeto de revisión al finalizar cada trimestre.

Con esta modificación en la estructura de la evaluación del alumnado de 3º, 4º y 1º Bachillerato, pretendemos, desde el departamento, dar otra perspectiva, más enfocada a la realización de actividades físicas en casa, y que estén en relación con los objetivos a desarrollar por parte del alumnado con respecto a nuestra asignatura. Ya debido a la propia naturaleza de la misma, entendemos que se está desvirtuando la misma, si la trabajamos exclusivamente de forma teórica durante las semanas NO presenciales del alumnado.

**ADAPTACIONES GENERALES EN LA METODOLOGÍA ANTE EL COVID - 19:**

A todo lo anteriormente comentado debemos añadir cambios en la metodología a seguir durante las sesiones de Educación Física, las cuales afectan tanto al alumnado, como al profesorado del departamento y aquel profesorado que este curso está adscrito al mismo.



- Modificación y/o eliminación de determinados contenidos por considerarlos de alto riesgo de contagio.
- Normas ANTICOVID - 19 específicas del departamento en consonancia con el protocolo COVID - 19 del Instituto, y que abarcan: obligatoriedad del uso de la mascarilla durante la práctica física, uso de gel hidroalcohólico personal en varios momentos de la sesión, botella de agua reutilizable y personal, mantenimiento de la distancia de seguridad, acompañar en todo momento al alumnado tanto en su recorrido de ida como de vuelta a las pistas polideportivas, etc.
- Adaptación de los tiempos de actividad motriz durante la sesión, se llevarán a cabo modificaciones en las tres partes de la sesión: calentamiento, parte principal y vuelta a la calma, para un mayor aprovechamiento de la misma.

Firma:

D.ª. María José Sánchez

Firma:

D.ña. Lidia Dorado

Firma:

D. José Manuel Velázquez

Firma:

D.ña. Estefanía García

