



REPARTO DE LAS DIFERENTES INSTALACIONES Y ESPACIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA

-CUADRANTE DE EDUCACIÓN FÍSICA 2025/2026-					
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
08:15- 09:15		3ºESO C	4ºESO A		2ºESO B
09:15- 10:15	1ºESO B	GUARDIA	MATES	1ºESO C	MATES
10:15- 11:15	4ºESO C	1ºESO A		REUNIÓN DPTO	3ºESOC
RECREO	DEP. CAROL	DEP. ANDRÉS	DEP. ANDRÉS	DEP. CAROL	DEP. CAROL
11:45- 12:45	1ºESO A 4ºESO B (SUM)	2ºESO A	3ºESO A	1ºESO B (SUM) 2ºESO A	2ºESO C
12:45- 13:45	MATES GUARDIA	MATES	1ºESO B	1ºESO A (SUM) 2ºESO B	1ºESO C 4ºESO B (SUM)
13:45- 14:45	3ºESO A 4ºESO A (SUM)	3ºESO B (SUM) 2ºESO C	1ºESO C	4ºESO C	3ºESO B GUARDIA

FICHA DE APTITUD ANTE LA ACTIVIDAD FÍSICA APORTADA EN LA EVALUACIÓN INICIAL

Los EXENTOS PARCIALES o TOTALES, deberán aportar Certificado o Informe Médico o indicar si se ha entregado con la matrícula en el centro para conocer las causas que le impidan realizar ejercicio físico, así como el tiempo de tal imposibilidad. En todo caso y ante las innumerables casuísticas, al principio del curso todo el alumnado debe traer firmado por sus tutores legales la FICHA DE APTITUD Y PREVENTIVA ANTE LA ACTIVIDAD FÍSICA siguiente:

	FICHA DE APTITUD Y PREVENTIVA ANTE LA ACTIVIDAD FÍSICA	IES La Arboleda Departamento de Educación Física
Estimados padres o tutores, con el fin de conocer mejor a su hijo o hija, y evitar en lo posible riesgos innecesarios por la práctica de actividad física, les rogamos cumplimenten los datos siguientes, y nos la hagan llegar antes de la primera sesión práctica del curso:		
D. Dña.:		como padre, madre, o tutor del alumno o alumna:
Alumno/a:		Curso: 4º ESO - Grupo:
Comunica a sus profesores:		
<input type="checkbox"/> Que dicho alumno/a NO TIENE NINGÚN IMPEDIMENTO para participar con normalidad en las clases de Educación Física. <input type="checkbox"/> Que dicho alumno/a NO PUEDE REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA ALGUNA por enfermedad o lesión con lo que se le deberá considerar EXENTO TOTAL DE LA PARTE PRÁCTICA DE LA ASIGNATURA (aportar Certificado o Informe Médico o indicar si se ha entregado con la matrícula en el centro) <input type="checkbox"/> Que dicho alumno/a POSEE ALGUNA DEFICIENCIA MÉDICA (asma, alergia, etc.) que le puede causar molestias o impedir la ejecución de alguna actividad puntual. Indique en este caso la deficiencia que padece:		
El Puerto de Santa María a _____ de _____ de _____ El Padre, Madre o Tutor: _____ Dpto. de Educación Física		

Durante el tiempo de exención no realizarán aquellos ejercicios especificados pero estarán obligados a la asistencia a clase, lo que se valorará junto a la actitud, los conocimientos teóricos y, en sustitución de la aptitud físico-deportiva, un trabajo que consistirá en la elaboración de una/s FICHA/S DE TRABAJO DE EXENTO en la que se analizarán los objetivos de la sesión, el material empleado, la estructura y organización de la clase (descripción de los ejercicios realizados en cada una de las partes) y un comentario a la misma, según el modelo de la página siguiente, o bien actividades de los APUNTES Y FICHAS DE EF, por lo que deberán asistir a la clase con material para tomar nota

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO 25/26

FICHA DE TRABAJO PARA ALUMNADO EXENTO DE LA PARTE PRÁCTICA

VERIFICACIÓN	q3pmCSMTVCRkQzRDczRTRBQzg3OUU3	https://www.juntadeandalucia.es/educacion/verificafirma/	PÁGINA 1/14
MUÑOZ FERNÁNDEZ-ARROYO, CAROLINA	Coord. 8F, 2C Nº.Ref: 0410146		29/10/2025 18:44:27

VERIFICACIÓN	g3pmCSMTVCRkQzRdczRTRBQzg3OUU3	https://www.juntadeandalucia.es/educacion/verificafirma/	PÁGINA 2/14
MUÑOZ FERNÁNDEZ-ARROYO, CAROLINA Coord. 8F, 2C Nº.Ref: 0410146			29/10/2025 18:44:27



REPRESENTACIÓN TEÓRICA (Describe de forma concreta en esta columna la actividad física realizada durante esta clase separando claramente cada parte de la clase - calentamiento - parte principal - etc.) INVENTA Y DISEÑA VARIANTES DE LAS ACTIVIDADES.		REPRESENTACIÓN GRÁFICA (Realiza en esta columna un dibujo o gráfico que represente y explique las diferentes actividades y tareas que se han realizado a lo largo de la clase)	
REFLEXIÓN (Expresa tu opinión sobre la clase y los contenidos que se han impartido, realiza una reflexión sobre qué te ha parecido bien y qué cambiarías.)			



APARTADO EVALUACIÓN: RELACIÓN DE CRITERIOS DE EVALUACIÓN CON LAS SITUACIONES DE APRENDIZAJE.

4ºESO

EVALUACIÓN CRITERIAL 4ºESO CURSO 2425_ DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

CRIT. EVAL	1	2	3	T	4	5	6	T	7	8	T	TOTAL %
1.1	X	X			X				X			5,89
1.2	X			X				X	X		X	5,89
1.3				X				X	X		X	5,89
1.4				X				X			X	5,89
1.5				X				X			X	5,89
1.6		X		X				X		X	X	5,89
2.1		X			X	X			X			5,89
2.2			X			X				X		5,89
2.3		X	X			X						5,89
3.1	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	5,89
3.2	X			X				X	X	X	X	5,89
3.3	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	5,89
4.1			X	X		X		X	X		X	5,89
4.2				X				X			X	5,89
4.3										X		5,89
5.1							X					5,89
5.2	X				X		X		X			5,89
												100%

ORGANIZACIÓN DE RECREOS ACTIVOS COMO ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Las actividades complementarias que este departamento está dispuesto a plantear, además de las ya indicadas en el apartado correspondiente, se lleva a cabo la organización de:

Actividades deportivas dentro de los recreos activos: a propuesta de la jefatura de estudios se va a llevar a cabo dos deportes de forma simultánea (en las pistas polideportivas) y la zona de pingpong quedará habilitada para su uso tres días a la semana, durante los recreos asignados al profesorado. Las actividades inicialmente planteadas se exponen en el cuadro siguiente, estando abiertas a cualquier modificación a lo largo del curso en función de los intereses del alumnado.




**CUADRANTE ORGANIZATIVO DE LA PARTICIPACIÓN DEL PROFESORADO EN LOS RECREOS
ACTIVOS 2025/26:**

ACTIVIDADES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
VOLLEY	2º ESO	3º ESO	1º ESO	4º ESO	RATTRAPAGE
BASKET	4º ESO	1º ESO	3º ESO	2º ESO	
FÚTBOL	1º ESO	2º ESO	4º ESO	3º ESO	
F.SALA	3 ESO	4º ESO	2º ESO	4º ESO	
PING-PONG	1º ESO	2º ESO		3º ESO	4º ESO
AJEDREZ	ANTONIO	ANTONIO		ANTONIO	
ARTE		LOURDES			FÁTIMA

¡RECREOS ACTIVOS!





VERIFICACIÓN	q3pmCSMTVCRkQzRDczRTRBQzg3OUU3	https://www.juntadeandalucia.es/educacion/verificafirma/	PÁGINA 6/14
MUÑOZ FERNÁNDEZ-ARROYO, CAROLINA Coord. 8F, 2C N°.Ref: 0410146			29/10/2025 18:44:27
			



P.R.A. PARA EL ALUMNADO CON DIFICULTADES Y DE NEAE

A parte de las medidas seleccionadas dentro de la programación, consideramos a nivel metodológico los siguientes aspectos en la programación:

- o Proponer estrategias metodológicas en la que este tipo de alumnado intente ser protagonistas de su actividad motriz debe ser la propuesta a seguir con ellos. Asignar tareas, inquietar su búsqueda, atribuirle funciones dentro de actuaciones grupales e individuales, atender y estimular sus respuestas continuamente favoreciendo un feed-back informativo al instante, nos permitirá que su desarrollo cognitivo, afectivo y psicomotor tenga más garantías de éxito.
- o Acciones como atribuirle funciones de responsabilidad en el grupo (ser capitán de equipo, recoger el material cuando le toque, preguntarle conceptos que sabemos que sabe con certeza...) le permitirán sentirse bien en su grupo y ser aceptado como es, además de ser consciente de que avanza en su aprendizaje.

P.R.A. DE AMPLIACIÓN PARA EL ALUMNADO DE ALTAS CAPACIDADES (ACAI)


• ACTIVIDADES DE AMPLIACIÓN

- o Para aquel alumnado que por su interés y buenos resultados sea conveniente, el profesorado que le imparta la materia podrá proponerle contenidos y tareas de ampliación que estime conveniente. Nuestra materia tiene un rango de contenido tan amplio que pormenorizar las situaciones de profundización de cada uno de ellos en sus diferentes ámbitos es tarea imposible. A grandes rasgos, se usarán en cada momento y tras la valoración por parte del profesor de dicha necesidad los siguientes métodos:

-Profesor/a ayudante: En aquellos contenidos prácticos que el alumno demuestre un conocimiento avanzado, participará en la parte de las sesiones que el profesor determine como profesor ayudante, ejerciendo una tarea de corrección y ayuda a sus compañeros/as.

-Se le adaptarán las cargas de trabajo, aumentándose ritmos, repeticiones, etc.

-En contenidos teóricos que pudiera tener superados, se le plantearán opciones avanzadas sobre dichos contenidos.

VERIFICACIÓN	q3pmCSMTVCRkQzRDczRTRBQzg3OUU3	https://www.juntadeandalucia.es/educacion/verificafirma/	PÁGINA 7/14
MUÑOZ FERNÁNDEZ-ARROYO, CAROLINA Coord. 8F, 2C Nº.Ref: 0410146			29/10/2025 18:44:27
			





En el caso de ser necesario otras aportaciones de diferentes libros y opuestas de lectura para el plan de lectura, se aconsejan los siguientes libros:

LISTA DE LIBROS DE LECTURA PARA EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2024/2025


TÍTULO	AUTOR	EDITORIAL
CREER	DIEGO SIMEONE	LIBROS CÚPULA
LA VIDA MOLA	RAÚL GÓMEZ	PLAZA Y JANÉS
CORRER O MORIR	KILIAN JORNET	NOW BOOKS
LA JUGADA DE MI VIDA	ANDRÉS INIESTA	MALPASO EDICIONES
EL FACTOR HUMANO	JOHN CARLIN	SEIX BARRAL
SECRETO DE LA GENTE SANA: CINCO PASOS PARA MEJORAR Y CUIDAR LA SALUD	JULIO BASULTO Y MARÍA JOSÉ MATEO	CLAVE
MAL DE ALTURA	JON KRAKAUER	DESNIVEL
1000 COSAS QUE DEBES SABER SOBRE LOS MUNDIALES DE FÚTBOL	JUAN I. GALLARDO Y RAFAEL GONZÁLEZ	LA ESFERA DE LOS LIBROS
RAFA. MI HISTORIA	RAFAEL NADAL Y JOHN CARLIN	INDICIOS
¡VIVEN! EL TRIUNFO DEL ESPÍRITU HUMANO	PIERS PAUL READ	LIBROS DE VANGUARDIA
CATORCE VECES OCHOMIL	EDURNE PASABÁN	PLANETA
COMPARTIENDO LA GLORIA	MAMEN HIDALGO	EDITORIAL LA CALLE
LA SALUD DE TU CORAZÓN	LETICIA FERNÁNDEZ-FRIERA Y JORGE SOLÍS	LA ESFERA DE LOS LIBROS
CORRER Y COMER: DESMONTANDO LOS MITOS DE LA ALIMENTACIÓN DE LOS RUNNERS	JUANJO CÁCERES Y JULIO BASULTO	CLAVE
¡SI NO TE GUSTA TU VIDA, CÁMBIALA! EL DESAFÍO DIARIO DE HACER REALIDAD TUS SUEÑOS	JESÚS CALLEJA	PLANETA
LÁGRIMAS POR UNA MEDALLA	TANIA LAMARCA	TEMAS DE HOY
TOCANDO EL CIELO	JOE SIMPSON	DESNIVEL
LA PEQUEÑA COMUNISTA QUE NO SONREÍA NUNCA	LOLA LAFÓN	ANAGRAMA
NUNCA TE PARES: AUTOBIOGRAFÍA DEL FUNDADOR DEL NIKE	PHIL KNIGHT	CONECTA




**PROCEDIMIENTO DE ACTUALIZACIÓN Y SEGUIMIENTO
DE LA PROGRAMACIÓN PRESENTE**

Durante las sucesivas reuniones de Departamento todos los trimestres dedicamos al menos una reunión a valorar el proceso tanto a nivel de alcance de contenidos impartidos como de aspectos metodológicos y evaluativos.




VERIFICACIÓN	q3pmCSMTVCRkQzRDczRTRBQzg3OUU3	https://www.juntadeandalucia.es/educacion/verificafirma/	PÁGINA 11/14
MUÑOZ FERNÁNDEZ-ARROYO, CAROLINA Coord. 8F, 2C N°.Ref: 0410146			29/10/2025 18:44:27
			



VERIFICACIÓN	q3pmCSMTVCRkQzRDczRTRBQzg3OUU3	https://www.juntadeandalucia.es/educacion/verificafirma/	PÁGINA 12/14
MUÑOZ FERNÁNDEZ-ARROYO, CAROLINA Coord. 8F, 2C N°.Ref: 0410146			29/10/2025 18:44:27
			



VERIFICACIÓN	q3pmCSMTVCRkQzRDczRTRBQzg3OUU3	https://www.juntadeandalucia.es/educacion/verificafirma/	PÁGINA 13/14
MUÑOZ FERNÁNDEZ-ARROYO, CAROLINA Coord. 8F, 2C N°.Ref: 0410146			29/10/2025 18:44:27
			



VERIFICACIÓN	q3pmCSMTVCRkQzRDczRTRBQzg3OUU3	https://www.juntadeandalucia.es/educacion/verificafirma/	PÁGINA 14/14
MUÑOZ FERNÁNDEZ-ARROYO, CAROLINA Coord. 8F, 2C N°.Ref: 0410146			29/10/2025 18:44:27
