

3. Programación didáctica de Educación Física ESO2

3.1 Contextualización

La presente programación didáctica se atiene a lo dispuesto en:

- El Decreto 73/2022, de 27 de junio, por el que se establece el currículo de la ESO en Cantabria
- La orden EDU/40/2022, de 8 de agosto, por la que se dictan instrucciones para la implantación de la ESO en Cantabria
- El Decreto 78/2019, de 24 de mayo, que determina la atención a la diversidad
- La orden EDU/3/2023, de 3 de marzo, por la que se regula la evaluación en Cantabria
- La orden EDU/7/2023, de 23 de marzo, por la que se regula el derecho del alumnado a una evaluación objetiva

Para la realización de esta programación didáctica se han tenido en cuenta las propuestas de mejora recogidas en *la memoria anual curso anterior/la rúbrica de evaluación realiza a finales del curso pasado*.

La programación se aplica a un grupo de ESO2, formado por un total de 15 alumnos/as. Ninguno de ellos requiere de una medida de atención a la diversidad, si a lo largo del curso fuesen necesarias se plantearán en base a las necesidades observadas en cada uno de ellos.

3.2 Contribución del área al desarrollo de las competencias clave, las competencias específicas y su conexión con los descriptores del perfil de salida

COMPETENCIAS CLAVE	DESCRIPTORES OPERATIVOS	EDUCACIÓN FÍSICA																	
		CRITERIOS DE EVALUACIÓN 2º ESO																	
		1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	2.1	2.2	2.3	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2	
		1						2			3			4			5		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS																			
CCL	CCL1																		
	CCL2																		
	CCL3																		
	CCL4																		
	CCL5																		
CP	CP1																		
	CP2																		
	CP3																		
STEM	STEM1																		
	STEM2																		
	STEM3																		
	STEM4																		
	STEM5																		
CD	CD1																		
	CD2																		
	CD3																		
	CD4																		
	CD5																		
CPSAA	CPSAA1																		
	CPSAA2																		
	CPSAA3																		
	CPSAA4																		
	CPSAA5																		
CC	CC1																		
	CC2																		
	CC3																		
	CC4																		
CE	CE1																		
	CE2																		
	CE3																		
CCEC	CCEC1																		
	CCEC2																		
	CCEC3																		
	CCEC4																		

3.3 Unidades de programación

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN	TEMPORALIZACIÓN
Unidad 1. "Calentamiento"	Primer trimestre
Unidad 2. "Capacidades físicas básicas"	
Unidad 3. "Datchball"	
Unidad 4. "Patinaje"	
Unidad 5. "Balonmano"	Segundo trimestre
Unidad 6. "Baloncesto"	
Unidad 7. "Just Dance"	
Unidad 8. "Acrossport"	Tercer trimestre
Unidad 9. "Ultimat"	
Unidad 10. "Primeros Auxilios"	

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN "Calentamiento"			
Trimestre	Sesiones	Justificación	
Primero	7	El calentamiento prepara el cuerpo y la mente para la acción, previene lesiones y fomenta una práctica física consciente, segura y saludable.	
Criterios de evaluación		Saberes básicos	
1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.		A. Vida activa y saludable <ul style="list-style-type: none"> <i>Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.</i> <i>Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).</i> 	
Metodología		Situaciones de aprendizaje	Recursos
<ul style="list-style-type: none"> Instrucción directa Enseñanza recíproca 		<i>Aprendo a calentar y creo mi propio calentamiento</i>	Materiales del polideportivo, los habituales de Educación Física

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN “Capacidades físicas básicas”		
Trimestre	Sesiones	Justificación
Primero	7	Permite desarrollar la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad, fundamentales para mejorar el rendimiento motor y favorecer la salud. A través de su trabajo, el alumnado adquiere hábitos de actividad física regular, conoce su propio cuerpo y aprende a valorar la importancia de mantenerse activo de forma equilibrada y segura.
Criterios de evaluación		Saberes básicos
1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.		<p><i>A. Vida activa y saludable</i></p> <p>-Salud física:</p> <ul style="list-style-type: none"> Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. <p><i>B. Organización y gestión de la actividad física</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización. <p><i>C. Resolución de problemas en situaciones motrices</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. <p><i>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</i></p> <p>-Autorregulación emocional:</p> <ul style="list-style-type: none"> Habilidades volitivas y capacidad de superación.
Metodología	Situaciones de aprendizaje	Recursos
<ul style="list-style-type: none"> Asignación de tareas Trabajo por grupos o estaciones 	Ejercicios, actividades, juegos, prueba teórico-práctica	Materiales del polideportivo, los habituales de Educación Física. Esterillas, picas, conos, escaleras de coordinación, aros, etc.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN “Datchball”		
Trimestre	Sesiones	Justificación
Primero	7	Fomenta la cooperación, el respeto y la deportividad a través de un juego dinámico y motivador. Además, mejora la coordinación, la agilidad y la toma de decisiones, favoreciendo la participación activa y el trabajo en equipo de todo el alumnado.
Criterios de evaluación		Saberes básicos
<p>2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.</p> <p>2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p>		<p><i>C. Resolución de problemas en situaciones motrices</i></p> <p>-Toma de decisiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. <p><i>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.
Metodología	Situaciones de aprendizaje	Recursos
<ul style="list-style-type: none"> Asignación de tareas Trabajo cooperativo Descubrimiento guiado 	Sigo las normas y partidos de datchball	Materiales del polideportivo, los habituales de Educación Física. Visualización de vídeo explicativo. Pelotas de gomaespuma y audio

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN “Patinaje”		
Trimestre	Sesiones	Justificación
Primero	1	Desarrolla el equilibrio, la coordinación y la confianza en un medio natural diferente, promoviendo el control corporal, la superación personal y el disfrute de la actividad física en un entorno lúdico, saludable y seguro.
Criterios de evaluación		Saberes básicos
5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. 5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.		C. Resolución de problemas en situaciones motrices -Toma de decisiones: <ul style="list-style-type: none"> Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices <ul style="list-style-type: none"> Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. <ul style="list-style-type: none"> Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Conquista y utilización de espacios urbanos desde la motricidad (“parkour”, “skate”, o similares). Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural: medidas de seguridad en actividades con posibles consecuencias graves de los mismos Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural. Iniciación en técnicas propias de las actividades físico-deportivas en entornos naturales.
Metodología		Situaciones de aprendizaje
<ul style="list-style-type: none"> Instrucción directa 		Patinaje sobre hielo
		Recursos
		Guantes, ropa de abrigo, calcetines, patines. Ropa de cambio.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN “Balonmano”		
Trimestre	Sesiones	Justificación
Segundo	7	Favorece el desarrollo de la coordinación, la velocidad y la cooperación, mediante un deporte colectivo que promueve el trabajo en equipo, el respeto a las normas y la convivencia dentro de un entorno lúdico y educativo.
Criterios de evaluación		Saberes básicos
3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros. 3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.		C. Resolución de problemas en situaciones motrices <ul style="list-style-type: none"> Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices <ul style="list-style-type: none"> Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social
Metodología		Situaciones de aprendizaje
<ul style="list-style-type: none"> Asignación de tareas Trabajo cooperativo 		Gestos técnicos y secuencias de defensa y ataque
		Recursos
		Materiales del polideportivo, los habituales de Educación Física. Balones de balonmano.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN “Baloncesto”		
Trimestre	Sesiones	Justificación
Segundo	12	Mejora la coordinación, la agilidad y la toma de decisiones, a través de un deporte colectivo que fomenta el trabajo en equipo, el respeto, la cooperación y la convivencia en un entorno dinámico y motivador.
Criterios de evaluación		Saberes básicos
2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. 3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. 3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.		C. Resolución de problemas en situaciones motrices -Toma de decisiones <ul style="list-style-type: none"> Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices <ul style="list-style-type: none"> Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social
Metodología		Recursos
<ul style="list-style-type: none"> Asignación de tareas Trabajo cooperativo Trabajo por estaciones 		Situaciones de aprendizaje Prueba teórico-práctica, circuito práctico y partidos Recursos Materiales del polideportivo, los habituales de Educación Física. Balones de baloncesto, conos, picas, aros, etc.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN “Just Dance”		
Trimestre	Sesiones	Justificación
Segundo	8	Promueve la expresión corporal, el ritmo y la coordinación a través del uso del medio digital, fomentando la motivación, la participación activa y el disfrute del movimiento en un entorno lúdico y cooperativo.
Criterios de evaluación		Saberes básicos
5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. 5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.		B. Organización y gestión de la actividad física <ul style="list-style-type: none"> Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. C. Resolución de problemas en situaciones motrices <ul style="list-style-type: none"> Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. E. Manifestaciones de la cultura motriz <ul style="list-style-type: none"> Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.
Metodología		Recursos
<ul style="list-style-type: none"> Trabajo cooperativo Exploración libre Descubrimiento guiado 		Situaciones de aprendizaje Realizar una representación con base musical memorizando todas las secuencias de pasos Recursos Tablets digitales

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN “Acrossport”		
Trimestre	Sesiones	Justificación
Tercero	6	Favorece la fuerza, el equilibrio y la coordinación, al mismo tiempo que promueve la cooperación, la confianza y el trabajo en equipo. Además, resalta la importancia del cuidado de uno mismo y de los demás, fomentando la responsabilidad, la seguridad y el respeto en la práctica compartida.
Criterios de evaluación		Saberes básicos
1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 1.5. Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.		C. Resolución de problemas en situaciones motrices -Toma de decisiones: <ul style="list-style-type: none"> Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. E. Manifestaciones de la cultura motriz <ul style="list-style-type: none"> Práctica de juegos motores y actividades rítmico-musicales
Metodología	Situaciones de aprendizaje	Recursos
<ul style="list-style-type: none"> Instrucción directa Trabajo cooperativo 	Realizar figuras de acrossport	Materiales del polideportivo, los habituales de Educación Física. Colchonetas, esterillas.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN “Ultimate”		
Trimestre	Sesiones	Justificación
Tercero	7	Mejora la coordinación, la resistencia y la toma de decisiones, a través de un deporte cooperativo que fomenta el trabajo en equipo, el respeto, la comunicación y el espíritu deportivo en un entorno lúdico y motivador.
Criterios de evaluación		Saberes básicos
2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.		C. Resolución de problemas en situaciones motrices <ul style="list-style-type: none"> Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
Metodología	Situaciones de aprendizaje	Recursos
<ul style="list-style-type: none"> Asignación de tareas Trabajo cooperativo 	Partido de Ultimate	Materiales del polideportivo, los habituales de Educación Física. Frisbees de iniciación y de perfeccionamiento.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN “Primeros Auxilios”		
Trimestre	Sesiones	Justificación
Tercero	2	Proporciona conocimientos y habilidades esenciales para actuar con seguridad y eficacia ante situaciones de emergencia, fomentando la responsabilidad, la prevención y el cuidado de la salud propia y ajena.
Criterios de evaluación		Saberes básicos
1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.		B. Organización y gestión de la actividad física <ul style="list-style-type: none"> Prevenición de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
Metodología	Situaciones de aprendizaje	Recursos
<ul style="list-style-type: none"> Asignación de tareas Instrucción directa Práctica individual Resolución de problemas 	Taller “Solo con tus manos”, RCP, maniobra de Heimlich	Materiales del polideportivo, los habituales de Educación Física. Esterillas, bustos para las diferentes técnicas y maniobras.

3.6 Actividades e instrumentos de evaluación y criterios de calificación del aprendizaje del alumnado.

	Criterios de evaluación	Actividades de evaluación	Instrumentos de evaluación	Unidades de programación									
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Competencia específica CE 1 (35%)	1.1. (10%)	Juego CFB + teoría	Prueba teórico-práctica		X								
	1.2. (5%)	Ejercicios de calentamiento	Observación directa	X									
	1.3. (10%)	Figuras de acrossport	Observación directa y rúbrica								X		
	1.4. (5%)	Participación en taller de “Solo con tus manos”	Lista de control										X
	1.5. (5%)	Agarres y seguridad Acrossport	Observación directa								X		
	1.6. (0%)												
Competencia específica CE 2 (30%)	2.1. (15%)	Circuito de baloncesto + ejercicios en clase	Rúbrica						X				
	2.2. (5%)	Normas y actitudes antideportivas datchball	Lista de control			X							
	2.3. (10%)	Partido Datchball	Rúbrica			X							
Competencia específica CE 3 (20%)	3.1. (5%)	Secuencias defensa ataque en balonmano	Escala de valoración					X					
	3.2. (5%)	Partidos baloncesto	Escala de valoración						X				
	3.3. (10%)	Ejercicios y actividades prácticas en clase	Observación directa					X	X				
Competencia específica CE 4 (10%)	4.1. (%)												
	4.2. (%)												
	4.3. (10%)	Just dance + memorización secuencia de pasos	Rúbrica							X			
	5.1. (2,5%)	Actividad de patinaje	Observación directa				X						

3.7 Atención a las diferencias individuales.

- a) Medidas de refuerzo y recuperación a lo largo del curso para que el alumnado cuyo progreso no sea el adecuado y no esté avanzando de forma satisfactoria en la adquisición de las competencias específicas.

Se plantearán dos casuísticas:

- Alumnado que no supera un criterio de evaluación que no se repite más a lo largo del curso: se adaptará un plan de recuperación para la superación de dicho criterio
- Alumnado que no supera un criterio de evaluación, pero este se repite en otra ocasión a lo largo del resto de trimestres: el alumnado podrá superarlo en la siguiente prueba donde se evalúe dicho criterio

- b) Medidas de atención a la diversidad.

El carácter eminentemente práctico y vivencial de la asignatura facilita la correcta atención a los alumnos independientemente de su nivel de condición física y/o habilidad motriz. Se tratará únicamente de aplicar las técnicas de enseñanza, los modelos organizativos y las estrategias más idóneas en cada momento para posibilitar la mejor atención a nuestros alumnos.

Por otra parte, para aquellos alumnos con bajo nivel de condición física o de habilidad motriz, y dado el escaso tiempo disponible en la asignatura para el desarrollo y mejora de los factores cuantitativos y cualitativos del movimiento, se les facilitarán programas individualizados de entrenamiento que puedan desarrollar fácilmente en su tiempo libre para acercarse así a los niveles medios del grupo de edad en que se encuentran.

Aquellos casos en que los alumnos presenten determinada discapacidad física o sensorial, transitoria o permanente, a los que debe darse un tratamiento muy específico en función de sus particularidades, y de nuestras posibilidades profesionales, deberán solicitar ante la Dirección del Centro la adaptación curricular correspondiente, ateniéndose a la Orden del B.O.E. de 10 de Julio de 1995, donde se detalla esta situación. No cumplir este requisito supone obtener una evaluación negativa en la asignatura.

Sin perjuicio de que puedan existir otros casos, por su frecuencia, vamos a destacar tres grandes grupos que requieren un tratamiento diversificado, proponiendo las siguientes adaptaciones:

- A. Alumnos con lesiones transitorias en alguno de sus miembros (esguinces, roturas de fibras, etc.).
- B. Alumnos con patologías en la columna vertebral.
- C. Alumnos que, por prescripción médica, no pueden realizar ningún ejercicio físico

En estos casos nos parece inapropiado el que dichos alumnos permanezcan sentados viendo como realizan ejercicio sus compañeros. Sólo cuando estén totalmente imposibilitados por su lesión para

realizar todo tipo de actividades físicas, podremos considerar válida la posibilidad de pausa activa, entendiendo por ello que realizarán otras tareas de apoyo al profesor y a la práctica de sus compañeros, tales como preparación de material, registro de observaciones, toma de pulsaciones, control de tiempos, anotación de ejercicios, etc. En los casos en que la lesión que padecen no les imposibilite totalmente, habrán de realizar algún tipo de actividad física en función de sus posibilidades. A continuación, exponemos algunas posibilidades de trabajo físico que estos alumnos podrían realizar, siempre bajo supervisión médica autorizada mediante documento elaborado por este Departamento para tal fin, y que los alumnos deberán presentar junto a la solicitud de adaptación curricular.

A. Alumnos con lesiones en alguno de sus miembros: deberán realizar en estos casos actividades que no supongan ningún riesgo para el miembro lesionado. Serán actividades más de tipo estático que dinámico, pudiendo trabajar ejercicios de flexibilidad o fuerza en función de sus posibilidades, o alternar los dos tipos de trabajo.

B. Alumnos con patologías de la columna vertebral: en este caso habremos de distinguir tres supuestos:

B.1. Alumnos con un diagnóstico claro del médico sobre la lesión específica que padecen (escoliosis, hipercifosis, etc.) y que tienen indicado un trabajo de rehabilitación con unos ejercicios determinados. En este caso utilizarán la clase de Educación Física para realizar dicho trabajo de rehabilitación.

B.2. Alumnos con un diagnóstico claro del médico sobre la lesión específica que padecen, pero a los que no se les ha indicado ningún tratamiento rehabilitador. En estos casos, además de entregar el documento del Departamento anteriormente citado, se les facilitarán unas fichas con ejercicios específicos para la rehabilitación de su lesión. En el departamento de Educación Física prepararemos a tal efecto fichas diferentes para cada lesión para evitar la excesiva monotonía del trabajo.

B.3. Alumnos con problemas en la columna vertebral que aún están esperando el diagnóstico del médico. En estos casos se les facilitarán unas fichas de ejercicios educativos realizados siempre de forma simétrica y que incidan en la higiene de la columna vertebral (ejercicios posturales, ejercicios respiratorios, etc.)

C. Alumnos que no pueden realizar ningún ejercicio físico: estos alumnos, como se ha expuesto anteriormente, realizarán tareas de apoyo al profesor y al grupo, colaborando en las sesiones. Además, deberán realizar trabajos de carácter teórico relacionados con la asignatura.

3.8 Actividades complementarias y extraescolares.

<i>Descripción</i>	<i>Unidades de programación relacionadas</i>	<i>Trimestre</i>	<i>Observaciones</i>
Pista de hielo Plaza Porticada	U4: Patinaje	Primero	
Taller Anticoncepción saludable	U2: CFB	Segundo	De forma conjunta con biología
Taller solo con tus manos	U9: Primeros Auxilios	Tercero	