

## PROGRAMACION DIDÁCTICA

### ASIGNATURA OPTATIVA ESO: "TECNIFICACIÓN DEPORTIVA"



Curso 2024-25 IES Las Llamas, Santander. Centro de Especial Atención al Deporte  
(ESPADE)

#### INDICE

1. Justificación.
2. Docencia y coordinación del profesorado
3. La contribución de cada materia al desarrollo de las competencias clave, las competencias específicas y conexión con los descriptores del perfil de salida.
4. Los criterios de evaluación y los saberes básicos, la distribución temporal en unidades didácticas, proyectos interdisciplinares y situaciones de aprendizaje.
5. La concreción de los métodos pedagógicos y didácticos
6. Los materiales y recursos didácticos
7. Planificación del uso de espacios y equipamientos
8. Los procedimientos, actividades e instrumentos de evaluación y criterios de calificación del aprendizaje del alumnado.
9. Descripción de las pruebas finales y extraordinarias
10. Las medidas de refuerzo y procedimientos de recuperación para aquel alumnado cuyo progreso no sea el adecuado.
11. Las medidas de atención a la diversidad
12. Las actividades complementarias y extraescolares
13. Las actividades de recuperación y los procedimientos para la evaluación del alumnado con materias pendientes de cursos anteriores.
14. La concreción de los planes, programas y proyectos acordados y aprobados, relacionados con el desarrollo del currículo.
15. Criterios para la evaluación del desarrollo de la programación y de la práctica docente.
16. Puntos de mejora relacionados con el curso anterior

## 17. Anexos

### 1. JUSTIFICACIÓN.

En esta materia se aborda un binomio esencial y de actualidad para muchas familias de nuestra región que debe ser tratado de forma integral: educación y deporte. Educación, entendida esta desde el punto de vista global e institucional y deporte, desde el marco de la Tecnificación Deportiva.

La asignatura que contempla la siguiente programación didáctica hace referencia a las dos etapas de educación secundaria obligatoria y bachillerato. Organizándose o estructurándose en 3 asignaturas: Tecnificación Deportiva (en dos bloques para 1º y 2º de ESO y para 3º y 4º de ESO), Tecnificación Deportiva Avanzada I (1º bachillerato) y Tecnificación Deportiva Avanzada II (2º bachillerato). De esta forma, en los diferentes apartados de desarrollo de la programación didáctica, se abordaran independientemente cada asignatura.

La programación parte necesariamente de la norma, la cual ha cambiado recientemente, por tanto, tomamos como referencia la siguiente: “Orden EDU/36/2024, de 18 de julio, que modifica la Orden ECD/78/2018, de 26 de junio, que regula el programa ESPADE (ESPECIAL Atención al DEporte), para la conciliación de estudios y entrenamiento deportivo de alumnos que cursan Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, así como el acceso a dicho programa en el ámbito de gestión de la Consejería de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de Cantabria, y la Orden EDU/40/2022, de 8 de agosto, por la que se dictan instrucciones para la implantación de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Cantabria”.

Empecemos con una aclaración terminológica que nos dará un primer punto de referencia y ubicación.

La etapa comúnmente denominada como Tecnificación Deportiva (TD) es aquella que ubicamos entre las de Base (que incluyen la iniciación deportiva y el aprendizaje técnico de cualquier modalidad deportiva) y la de Alto Rendimiento Deportivo (ARD) que está referida a la preparación para competiciones de nivel elevado (campeonatos internacionales o nacionales absolutos). Así pues, la etapa de TD suele estar asociada a la franja de edad de la adolescencia, aunque pudieran darse casos de tecnificación más temprana o posterior, eso es algo que varía en función del tipo de modalidad deportiva, así como del proceso de incorporación del deportista a nuestra especialidad. Habitualmente, durante las etapas de iniciación y aprendizaje los practicantes pueden y suelen compaginar la dedicación a varias modalidades deportivas diferentes, y es precisamente en la fase de TD cuando acostumbra a llegar el momento de decantarse por una única modalidad (aunque pueda seguir habiendo casos de deportistas que sigan dedicándose a más de una modalidad). De igual manera, suele ser a lo largo de esta etapa de TD cuando los deportistas se van especializando dentro de su propia disciplina deportiva: por puestos, por tipo de prueba (duración/intensidad), por instrumento o aparato, etc.

Atendiendo al binomio educación y deporte es coherente hacer una doble fundamentación. Por un lado, con un perfil pedagógico y por el otro, deportivo.

## **Fundamentación pedagógica**

Para abordar una materia de estas características, que trata de integrar el avance por tres ámbitos de desarrollo ambiciosos de forma paralela, a saber: el académico, el deportivo y el psicosocial del alumnado que se encuentra dentro de programas de TD, hay que tener en cuenta algunos principios que podemos identificar, tanto de la observación de la realidad escolar más cercana como de la consulta de corrientes pedagógicas variadas y reconocidas. A continuación vamos a repasar brevemente algunos:

### **“ACADEMICISMO ESCOLAR ESPAÑOL”.**

Nuestro país se caracteriza por la perpetuación de los tópicos en muchas facetas de la vida. Y el entorno escolar profesional no está exento de ello. Un ejemplo que viene al caso es la clasificación práctica en muy buenos, buenos, regulares y malos estudiantes. Nuestro sistema organizativo y evaluador favorece que encontremos demasiados casos de alumnado que “saca sobresalientes en todo” o “suspenden todo”. Tal hecho es algo que resulta muy extraño y es más que discutible. Parece (salvo casos muy excepcionales) ir en contra de las teorías de las inteligencias múltiples (Gardner<sup>1</sup>, H), inteligencia emocional (Goleman<sup>2</sup>, D), inteligencia exitosa (Sternberg, RJ<sup>3</sup>), etc. Tal circunstancia, lo que más bien parece demostrar, es que existen diferentes niveles de adaptación a un sistema escolar estandarizado que premia determinados tipos de comportamientos y realizaciones académicas que se miden de una forma bastante convencional a pesar de pretender tratar competencias y dominios realmente muy diferenciados entre sí (matemáticas, idiomas, creatividad plástica, música, actividad deportiva...). Cuando el sistema español academiza todo ello, tiende a desnaturalizar las claves más importantes de cada uno de esos dominios y solicitar del alumnado respuestas académicamente estandarizadas relacionadas con: modales, entrega de tareas, cumplimentación de exámenes teóricos, niveles de responsabilidad, etc. Una prueba de ello, que trasciende la inercia docente y se ha producido a nivel institucional, ha sido la nefasta interpretación que mayoritariamente se ha dado al concepto de Competencias Básicas, exportado “a toda velocidad” para unificarnos educativamente con Europa y que apenas se ha limitado a añadir más burocracia escolar, pero sin necesarias aportaciones prácticas. Lo que desde hace algunos años se hace con respecto a las competencias básicas no es otra cosa que recalificar al alumnado con una nomenclatura y clasificación añadida, pero utilizando los criterios, métodos y opiniones obtenidos del proceso de evaluación habitual. Y eso no era el espíritu de su propuesta exterior inicial. Otro error ha sido “alargar” su ámbito cronológico de aplicación, considerando que es algo que ha de ir ligado a los tramos de educación obligatoria (Primaria y ESO), cuando en realidad, lo básico, a nivel de competencias corresponde a las edades de Primaria, pues en Secundaria (no hay más que echar un vistazo al currículo y la optatividad) comienza en gran medida el proceso de especificidad (deberíamos referirnos a competencias específicas en materia de actividad física, musical, expresiva, matemática, lingüística o idiomática...) Por poner un ejemplo quién estudia inglés en secundaria, cuando menos lleva ya de 6 a 8 años

---

<sup>1</sup> GARDNER, H.: “Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica”. Paidós. Barcelona, 1995.

<sup>2</sup> GOLEMAN, D.: “Inteligencia emocional”. Kairós. Barcelona, 1996.

<sup>3</sup> STERNBERG, R.J.: “Inteligencia exitosa”. Paidós. Barcelona, 1997.

con ese segundo idioma, y tras tantos años no estamos hablando de algo “básico”. Si llevamos este asunto al tema deportivo nos encontraremos con que, pese a que dentro de la materia de EF, los centros tienen a repetir los comentados errores, fuera de ellos, en el ámbito puramente deportivo, el alumnado deportista recibe generalmente tratamiento de tecnificación deportiva (ya no es básico sino específico) y suele ser evaluado a través de la demostración de competencias deportivas específicas prácticas (ejecutadas en el contexto deportivo). ***El tratamiento de la TD en tales ambientes presenta una gran diversidad de acierto. Por ello, una supervisión experta (federativa) combinada con un tratamiento especial en el centro educativo, complementarían una mejora importante del proceso de TD en aquellos estudiantes con niveles de TD demostrados.*** Por otro lado producirían un mucho mejor aprovechamiento del tiempo académico para la explotación de sus talentos particulares (alguno/s de los “múltiples” en los que más dotado esté).

## “MODELO DEL SUR”.

En rasgos generales, con algunas variables y sistemas nacionales difícilmente definibles, Europa tiende a mostrar dos modelos bien diferenciados de organización escolar. Podríamos arriesgarnos a referirnos a un modelo “norte” (escandinavo, germánico e incluso centro-europeo), en el que la vida de los menores se organiza en torno al centro escolar y es allí donde desarrollan su actividad académica y la complementan con su desarrollo cultural, musical, deportivo, etc. La mayor parte de su tiempo diario se desarrolla en el centro escolar y es allí donde se ubican todos los servicios escolares y extra-escolares. De forma que las familias dejan y recogen de allí a sus hijos y, el sistema organiza su desarrollo escolar, cultural, deportivo, idiomático, etc. Al parecer, si nos fijamos en algunos de los escasos indicadores existentes, con mayor éxito en muchos de esos ámbitos, que en otros modelos como el que vivimos aquí. Nuestro modelo “el sur” (o mediterráneo) es completamente diferente. El alumnado vive su concreta jornada escolar y después tiene mucho tiempo de libre configuración que algunas familias suficientemente responsabilizadas o sensibilizadas, emplean (y asumen económicamente) en cubrir con actividades de desarrollo cultural, musical, deportivo, de refuerzo académico (clases particulares), etc. a través de un “rally” diario, para, una de dos, tratar de paliar las carencias del sistema en tales temas, o bien dar la opción de que al estudiante en cuestión se desarrolle de forma especializada en algún asunto en el que destaca o muestra especial motivación. Portugal, España, Francia, Italia, Grecia y algunos otros... son países que se organizan bajo este sistema. Pretender cambiar de la noche a la mañana de sistema general de organización nacional parece utópico, ni siquiera sabemos si además sería acertado y casi seguro que económicamente inabordable. Sin embargo, ***una autonomía de centros escolares y de proyectos de acción puntuales y contextualizados, si que parece una excelente opción para aprovechar situaciones que favorezcan la aparición de yacimientos organizativos que promuevan desarrollos formativos de gran calidad específica.*** El caso que nos ocupa es uno de ellos en materia de TD.

## “DESMANTELAMIENTO DEPORTIVO ESCOLAR”.

El “deporte escolar” en España es un problema conceptual importante. La nomenclatura sigue vigente, pese a que la realidad ha cambiado ostensiblemente de cuando se originó. El deporte en edad escolar hace cuatro décadas estaba arraigado efectivamente en los centros escolares (más en los privados que en los públicos, pero en los centros escolares en cualquier caso). Tras la Transición, las Leyes del Deporte, el desarrollo de las políticas deportivas municipales, las sucesivas reformas educativas, etc. Esa antigua realidad ha dejado de existir, y en la actualidad el deporte en edad escolar se practica, trata y organiza fuera de los centros escolares (salvo cada vez más escasas excepciones), en un entramado de clubes, federaciones deportivas, empresas del ramo y escuelas deportivas municipales. El alejamiento entre el tratamiento que se da al deporte en uno y otro entorno (educativo y deportivo) es cada vez más divergente. Tal circunstancia no tiene porque ser negativa, ni mucho menos, de hecho presenta varias bondades, sin embargo sí que puede tener dos efectos negativos muy concretos. El primero general: seguir pretendiendo creer que el Deporte Escolar en España es “Escolar” provoca muchos desajustes y errores de administración, empleo racional de recursos, etc. aunque ese no es un tema que nos

afecte directamente aquí. El segundo mucho más concreto: **el alumnado que está sumergido en un proceso de TD a largo plazo, pierde mucho tiempo necesario y precioso, empleándolo en atender a los requisitos administrativos de dos interpretaciones deportivas paralelas que no tienen nada que ver la una con la otra: el Deporte Escolar (federativo) y el deporte escolar (AF y EF en el centro escolar).**

## TEORÍAS DE LOS EXPERTOS.

La práctica es fundamental, gran parte de los procesos de aprendizaje motor (y de cualquier otro tipo de aprendizaje) se basan en ella, es algo imprescindible tanto para fases asociativas (de “construcción” como para las de automatización). Richard Sennett<sup>4</sup> ha escrito uno de los ensayos más brillantes que hemos podido leer en los últimos años y que explica largamente la importancia que la práctica tiene para el ser humano cuando éste trata de alcanzar altas cotas de dominio en algún campo (incluye referencias a estudios con músicos, artesanos, técnicos de prestigio en diferentes campos...).

*“Deberíamos sospechar de las pretensiones del talento innato, no entrenado. [...] es en general una fantasía narcisista. Por el contrario, volver una y otra vez a una acción permite la autocrítica. La educación moderna teme que el aprendizaje repetitivo embote la mente. Temeroso de aburrir a los niños, ansioso por pretender estímulos siempre distintos, el maestro ilustrado evitará la rutina; pero eso priva a los niños de la experiencia de estudiar según sus propias prácticas arraigadas modulándolas desde dentro”. (p.54).*

Sennett valora cifras de **en torno a las 10.000 horas de trabajo para alcanzar el dominio de experto en cualquier campo** (incluidos los de desempeño preferentemente motriz). **Estas cantidades no son fáciles de conseguir si los aspirantes a expertos no gozan de sistemas organizativos especializados que les permitan integrar en su vida los principales ámbitos de la misma (la familia y los tres inicialmente mencionados: académico, deportivo y psicosocial).**

### Fundamentación deportiva.

#### TEORÍA DE LOS “EXPERTOS” Y “PRÁCTICA DELIBERADA”.

En la actualidad, uno de los enfoques temáticos que más han preocupado a los expertos en tecnificación deportiva es estudiar y aclarar lo que caracteriza a los denominados **“expertos deportistas”**. Éstos serían los practicantes que han alcanzado un alto nivel de ejecución, dominio y eficacia en la práctica de su modalidad deportiva. Se sabe que hay determinadas características asociadas al éxito en la práctica de cada modalidad deportiva, pero también se ha demostrado que hay una serie de condicionantes o características comunes o muy generalizadas entre los diferentes tipos de expertos.

---

<sup>4</sup> SENNETT, R.: “El artesano”. Anagrama. Barcelona, 2009.

Starkes y Ericsson<sup>5</sup>, han recopilado la mayor parte de investigación reciente sobre las características que presentan los expertos deportivos, algunas de las cuales destacamos a continuación:

- ***El conjunto de características que definen a los expertos proceden tanto de factores genéticos como aprendidos. El entorno tiene un papel fundamental en el desarrollo de la competencia deportiva.*** Recientemente se está comprobando como muchos parámetros tradicionalmente cognitivos como intención, atención, personalidad y factores emocionales, actúan como factores de control que organizan el aprendizaje y realización de patrones de movimientos. Actualmente se impone una perspectiva integradora que incluye tanto cualidades de origen hereditario como otras provocadas por los procesos vitales.
- ***La mejora en los aprendizajes deportivos se producen automáticamente como respuesta a prácticas extensivas y el talento innato de cada cual.*** Si la práctica está específicamente diseñada para provocar mejora, su eficacia es mayor. De hecho, se especula con la posibilidad de que en el ADN de la mayoría de la gente sana, existan “genes dormidos”, como carga genética heredada de la especie, capaces de ser aprovechados si se da la suficiente actividad de práctica sostenida (**Práctica Deliberada**). Esta actividad debería centrarse especialmente en aspectos de mejora identificados en cada deportista. El aumento del volumen (cantidad) de práctica es imprescindible para la mejora, pero no de cualquier modo, sino caracterizado por altos niveles de concentración, atención, calidad de ejecución (o intensidad) e implicación de constante toma de decisión.
- La práctica deliberada debe ir variando en función de la edad y madurez de los deportistas. Debe reunir diferentes características en cada momento de la vida, pasando de una práctica y ejercitación basado en el juego deliberado, antes de la adolescencia, a la práctica deliberada de actividades más sofisticadas y técnicamente dirigidas a medida que el deportista se va haciendo adulto. Parece pues necesario distinguir el tipo de actividad (o intención) que debe acompañar a los deportistas según estos tengan unas intenciones recreativas o de rendimiento.

---

<sup>5</sup> STARKES, JL; ERICSSON KA.: “Expert performance in Sports. Advances in Research on Sport Expertise”. Human Kinetics. Champaign, 2003.



DIMENSIONES	JUEGO LIBRE	JUEGO DELIBERADO	PRÁCTICA ESTRUCTURADA	PRÁCTICA DELIBERADA
OBJETIVO	Diversión	Diversión	Mejora Rendimiento	Mejora Rendimiento
PERSPECTIVA	Proceso (significado)	Proceso-experimentación	Resultado (final)	Resultado (final)
MONITORIZACIÓN	No	Apenas	Monitorizada	Cuidadosamente monitorizada
CORRECCIÓN	No	No inmediata	Focalizada en corregir (a menudo a través de aprendizaje por descubrimiento)	Focalizada en corrección inmediata
GRATIFICACIÓN	Inmediata	Inmediata	Inmediata y retardada	Retardada
FUENTES DE DIVERSIÓN	Intrínsecas	Predominan las intrínsecas	Predominan las extrínsecas	Extrínsecas.

Tabla 1: diferentes tipos de práctica deportiva y comparación entre ellos. Las denominadas “deliberadas” parecen conducir más a la promoción de “expertos” (cada una a cierta edad), mientras que las otras dos se caracterizan más en entornos de meros practicantes.

- Otra característica que aparece en el estudio de la vida de los expertos es que **hasta los 12 años, éstos practican gran variedad de deportes** (al igual que muchos otros practicantes). Sin embargo, **desde los trece años en adelante, los primeros van reduciendo el número de modalidades y centrándose más en aquella a la que se van a dedicar, mientras que los demás no. Finalmente, los expertos pueden continuar practicando (de adultos) una media de unas tres modalidades, pero una de forma “profesional o exclusiva” y las demás como recurso de ocio o entretenimiento evasivo.**
- El número de horas de dedicación a la práctica también tiene mucho que ver con el grado de dominio de la misma. Al final de una vida deportiva la acumulación de horas de dedicación puede resultar elevadísima. En la figura 1 mostramos un ejemplo real de cuantificación de tiempo dedicación a diferente tipo de práctica en función de la edad para expertos en un deporte de equipo.



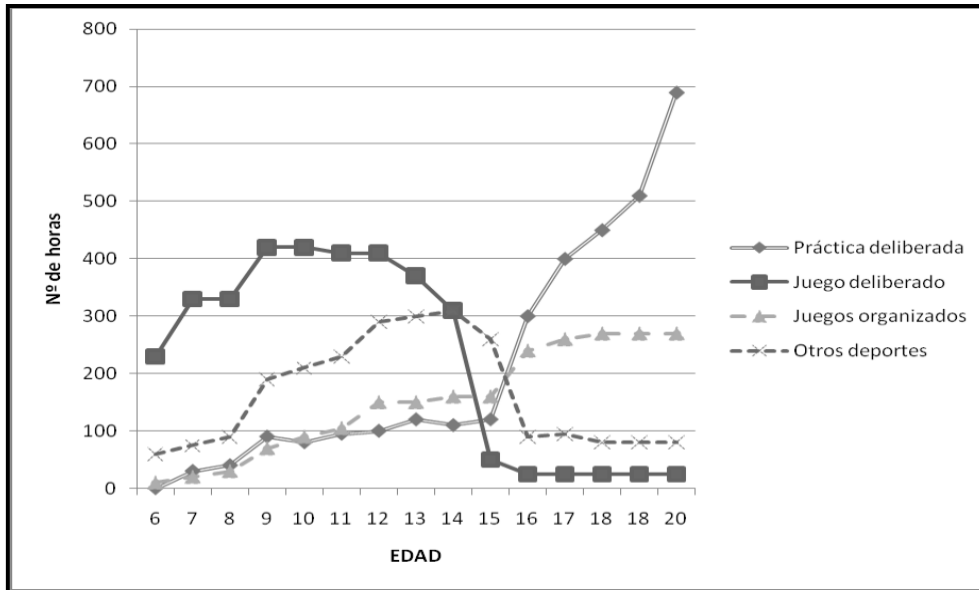


Figura 1: cuantificación de horas anuales de práctica en actividades clasificadas en cuatro tipos diferentes de grupos de prácticas para deportistas de élite de un deporte de equipo concreto.

- **La presencia activa del entrenador durante la práctica deliberada afecta directamente sobre la eficacia de esta sobre el aprendizaje**, aunque hace falta más investigación sobre este punto pues hay grandes diferencias entre unas y otras modalidades deportivas.
- Otros dos factores que caracterizan una buena práctica deliberada son que el progreso en el aprendizaje se da a través de pasos muy próximos entre sí, y la existencia de medios y métodos de ajuste sobre la práctica.
- Durante el proceso de creación del experto, el deportista sufre una serie de cambios en varios de los parámetros que mayor relación tienen con su práctica deportiva. Se señalan dos grupos de factores: de entrenamiento y de influencias sociales relacionadas. Los factores de entrenamiento evolucionan de la siguiente manera:
  - Número de actividades practicadas decreciente: de lo diverso a lo singular.
  - Juego deliberado decreciente: de alta práctica a baja.
  - Práctica deliberada creciente: de baja a alta.

Los factores sociales lo hacen así:

- Papel cambiante del entrenador: de ser un facilitador deportivo, centrado en la infancia, a ejercer de especialista deportivo.
- Los padres evolucionan en su papel: de estar involucrados directamente (como organizadores, conductores, espectadores, etc.) pasan a involucrarse de forma indirecta (espectadores).
- Los iguales también cambian su rol: de cubrir necesidades de estímulo (jugador colega), a atender necesidades emocionales (apoyo).
- Respecto a la necesidad, desde un punto de vista general, de la existencia de entrenadores para la participación en el proceso de desarrollo de un deportista experto, nos limitaremos a exponer algunos hallazgos no siempre tenidos en cuenta:
  - Muchos deportistas huyen del sacrificio y se refugian en prácticas (o niveles de práctica) o modalidades que les aportan diversión.

- **Se ha demostrado la necesidad de un mentor (entrenador u otro...) que monitorice con conocimiento, y demande actividades diarias de rendimiento.**
- La compleja interacción entre deportistas, padres y entrenadores, existe durante las fases de sus carreras deportivas: iniciación, desarrollo y optimización.
- En los países en vías de desarrollo se ha comprobado que aparecen dos peculiares modelos de promoción deportiva. Uno se caracteriza por una práctica de mucho volumen diario y completamente desestructurada, y por unas altísimas expectativas de promoción económica a través del éxito deportivo. Es el caso del fútbol brasileño y sudamericano, también denominado “darwinismo futbolístico” en el que los mejores sobreviven. Paralelamente las familias de clase media-alta apuestan por un deporte en el que los padres se implican mucho económica y temporalmente, buscan los mejores técnicos, lugares y medios, y encaminan a sus hijos a través de ellos.
- Respecto a los países desarrollados la diversidad de modelos socioculturales de entrenamiento es enorme y depende mucho del país en cuestión y de la modalidad deportiva. Los entrenadores en estos casos responden a modelos muy variados según los casos.

Otro gran especialista en el estudio de los deportistas expertos es Orlick<sup>6</sup>, quien, entre otros aspectos, hace referencia a la importancia del “**aprendizaje permanente**”. Según él los expertos se caracterizan por un apasionado compromiso con dicho aprendizaje permanente que incluye:

- Reflexión sobre lo que se hace bien.
- Reflexión sobre lo que se puede depurar o mejorar.
- Extraer importantes lecciones de cada experiencia o resultado.
- Valorar la medida en que el compromiso, preparación mental y enfoque afectan al rendimiento.
- Seleccionar áreas relevantes de mejora.
- Actuando bajo lecciones aprendidas de forma permanente.

## LOS DOS GRANDES REFERENTES MUNDIALES.

Si en la historia moderna del deporte hay algún referente que se haya consolidado como productor de talentos deportivos consagrados, de forma permanente, y aún a pesar de los posibles cambios experimentados por la sociedad contemporánea, y en algún caso hasta por la propia organización estructural del país, estos son los EEUU y Rusia (tanto en su anterior versión de URSS como en su actual condición). De ambas potencias mundiales y deportivas no podemos trasladar gran parte de las variables que tienen que ver con la “producción” de deportistas de éxito, pero sí que podemos observar algunas cuestiones de tratamiento exportables en cierta medida.

El sistema americano está basado en el tratamiento privado de los deportistas de tecnificación. La denominación de privado no debería llevarnos a equivocación, ya que en la mayoría de los casos (o al menos en una amplia variedad de deportes), dicho

---

<sup>6</sup> ORLICK, T.: “In pursuit of excellence. How to win in sport and life through mental training”. Human Kinetics. Champaign, 2000.

tratamiento es realmente institucional, lo que ocurre que practicado por instituciones que allí, en función de su sistema de organización nacional, no son de titularidad pública. Nos referimos especialmente a los centros de enseñanza coincidentes con los periodos de TD (centros de Secundaria y Universidades). Precisamente los EEUU se caracterizan por mostrar un tratamiento de la TD y de la práctica deportiva juvenil verdaderamente escolar. Más escolar que en Europa y con mayor peso en los centros educativos que en los clubes. A lo largo de la Secundaria el tratamiento del deporte desde un punto de vista de competición reglada y estructuración del entrenamiento es muy importante. Tal y como nos describe Stroot, SA<sup>7</sup>, **la plantilla de los departamentos de EF se compone tanto de profesorado de EF como (y en muchos casos con mucha mayor relevancia) de entrenadores deportivos**, debido al peso que los equipos deportivos (colectivos e individuales) tienen sobre los centros escolares. Algo que corrobora un autor tan reconocido como Chelladuari<sup>8</sup>.

Sobre lo que ocurre en el deporte universitario, probablemente al público general le suene mucho más. Las universidades mantienen excelentes equipos de técnicos especializados en el desarrollo de deportistas que se encuentran finalizado su periodo de TD e iniciando el de Alto Rendimiento Deportivo (ARD). Por lo demás, las universidades establecen muchas facilidades y **sistemas que garanticen el progreso paralelo de los deportistas en el ámbito deportivo y académico. Lejos de ponerles pegas, buscan facilitar ambas progresiones, y exigen rendimientos en las mismas**. Tanto el sociólogo Orin Starn<sup>9</sup>, como otros autores (Parks et al<sup>10</sup> y Yiannakis & Melnick<sup>11</sup>) dan cuenta de ello.

En lo que respecta al caso ruso, gracias a la ingente obra publicada de Platanov<sup>12</sup> se disfruta de muchísima información. La organización en este caso ha sido siempre de titularidad fundamentalmente pública, aunque a la postre, el tratamiento de los deportistas talentosos, a costa igualmente de instituciones y equipos de técnicos bien preparados. En este caso con una ubicación menos académica y quizás más federativa, aunque en cualquier caso ofreciendo a los deportistas soluciones integradas en las que poder **conciliar de forma intensiva sus vidas académica y deportiva**. Las tesis de Platanov con respecto al desarrollo de deportistas de éxito se pueden resumir en lo que él denominaba cuatro “orientaciones” clave a tener en cuenta para el desarrollo de procesos de formación deportiva especializada:

1. Progreso rápido de los volúmenes de trabajo dedicados al entrenamiento (tiempo de entrenamiento). De sus datos se desprendía que los deportistas de élite de los años 80 alcanzaban más del doble de sesiones de entrenamiento que los de los 60.
2. Especificidad. Adaptación del trabajo de entrenamiento al objetivo buscado. Cada modalidad debe seguir un tratamiento propio.

---

<sup>7</sup> STROOT, AS.: “Case studies in Physical Education”. Holcomb Hathaway. Scottsdale, 2000.

<sup>8</sup> CHELLADURAI, P.: “Managing Organizations for Sport & Physical Activity”. Holcomb Hathaway. Scottsdale, 2001.

<sup>9</sup> STARN, O.: “Sports and Society”. Course on-line. Duke university, 2013.

<sup>10</sup> PARKS, JB; ZANGER, BRK; QUARTERMAN, J.: “Contemporary Sport Management”. Human Kinetics. Champaign, 1998.

<sup>11</sup> YIANNAKIS, A; MELNICK, MJ.: “Contemporary Issues in Sociology of Sport”. Human Kinetics. Champaign, 2001.

<sup>12</sup> PLATONOV, VN: “El entrenamiento deportivo. Teoría y Metodología”. Paidotribo. Barcelona, 1988.

3. Incorporación de nuevos métodos y medios de entrenamiento que permitan integrar la preparación condicional, técnica, etc. Algo en constante avance y que implica permanente actualización por parte de los técnicos responsables.
4. Perfeccionamiento de la organización del entrenamiento. Apoyado sobre bases científicas y equipos de técnicos especializados.

Para la escuela “rusa” (exportada desde entonces por los principales países occidentales, incluido los EEUU, como consecuencia de la liberación de técnicos vinculada a la desaparición del Bloque del Este), **el periodo de la Secundaria española coincide preferentemente con la fase denominada como Etapa de Preparación Específica de Base, dentro del diseño de “vida deportiva” de los deportistas de ARD. Lo cual se encuadra de lleno en lo que denominamos TD y para ellos se caracteriza en términos generales por incluir solamente un 20% de preparación general, un 40% de preparación auxiliar y ya un 40% (creciente) de preparación específica. Todo ello para volúmenes anuales recomendados de entrenamiento de entre 600 y 800 horas (actualmente muchas más).** Platonov (preferentemente), junto con Verjoshanski<sup>13</sup> (en segundo plano), representan el compendio de ciencia del entrenamiento de origen ruso, y por tanto, puede que la principal fuente del saber actual sobre el asunto. Dada la importancia que aquel país daba (y sigue dando) a los resultados deportivos, así como a la enorme cantidad de recursos invertidos y al poderoso sistema organizativo planteado y no discutido, por debajo de la “dirección científica general” se situaba un segundo nivel de científicos del deporte especializados en las diferentes modalidades que ponían en marcha y estudiaban la aplicación de las anteriores bases científicas, de forma específica sobre cada deporte. Como ejemplos que corroboran este sistema y refuerzan los planteamientos expuestos por los anteriores autores podemos citar (entre otros) a: Fessenko<sup>14</sup> (natación), Polishuk<sup>15</sup> (ciclismo), Zaporozhanov et al<sup>16</sup> (atletismo) y Godik et al<sup>17</sup> (fútbol).

#### LA ACTUALIZACIÓN DE LA FUNDAMENTACIÓN.

A la hora de referirse a las bases del diseño y modelación de los planteamientos de la TD moderna en el plano internacional, la referencia indiscutible seguida por todos no es otra que la de Tudor Bompa<sup>18</sup>. Este autor estudia los sistemas nacionales de organización del entrenamiento desde su iniciación hasta el ARD. Concluye, entre otras cosas que **la especialización deportiva de rendimiento requiere una separación y tratamiento específicos y recomienda que los recursos encaminados al desarrollo de grandes deportistas sean diferenciados y separados de los de la promoción del deporte de ocio, salud o enseñanza.** La teoría comúnmente esgrimida de que la base de los éxitos es una pirámide amplia base de practicantes queda dinamitada. Bompa muestra modelos y pautas a seguir para la organización de sistemas que produzcan deportistas y marca un antes y un

---

<sup>13</sup> VERJOSHANSKI, IV.: “Entrenamiento deportivo. Planificación y programación”. Martínez Roca. Barcelona, 1990.

<sup>14</sup> PLATONOV VN; FESSENKO, SL.: “Los sistemas de entrenamiento de los mejores nadadores del mundo I y II”. Paidotribo. Barcelona, 1994.

<sup>15</sup> POLISHUK, DA.: “Ciclismo. Preparación teoría y práctica”. Paidotribo. Barcelona, 1993.

<sup>16</sup> ZAPOROZHANOV, VA; SIRENKO, VA, YUSHKO, BN.: “La carrera atlética”. Paidotribo. Barcelona, 1992.

<sup>17</sup> GODIK, MA; POPOV, AV.: “La preparación del futbolista”. Paidotribo. Barcelona, 1993.

<sup>18</sup> BOMPA, T.: “Theory and methodology of training”. Kendall/hunt. Iowa, 1983.

después en la organización de este tipo de estructuras. Con él además los equipos interdisciplinarios de técnicos y docentes deportivos cobran especial relevancia. Todo lo cual sigue plenamente vigente en la actualidad.

La corriente científica impulsada por Bompa tiene un reflejo inmediato y de altísimo valor añadido en España, de la mano de F. S. Bañuelos<sup>19</sup>. Bañuelos hace una perfecta interpretación y adaptación de las nuevas teorías a la casuística y condicionantes nacionales, que como consecuencia generan el modelo ADO y la reestructuración de la organización de entrenamiento y competición asumida por el COE y las federaciones deportivas nacionales de cara a los JJOO de Seul 88 y Barcelona 92. Sus planteamientos fueron posteriormente imitados por algunos países, entre los que destacó Gran Bretaña a la hora de diseñar sus sistemas de “producción” de talentos de cara a la búsqueda de éxitos para Londres 2012. Tanto él como su cercano colaborador Ruiz<sup>20</sup>, ahondan en la importancia de los factores organizativos, la creación de equipos profesionales multidisciplinares, la necesidad de asesoramiento especializado a los entrenadores deportivos que trabajan directamente con los deportistas de TD, ***el establecimiento de vías que garanticen la progresión de los deportistas jóvenes y su conciliación de ámbitos (escolar, de entrenamiento, familiar, psico-social), la posibilidad de aumento de horas de práctica y entrenamiento, así como el desarrollo de sistemas de control y monitorización de los procesos***. Precisamente lo que persigue el proyecto que aquí estamos tratando de desarrollar. Según ellos, ***los deportistas de mayor categoría tienen mayores posibilidades de desarrollarse o llegar a serlo si gozan de determinadas facilidades que les permitan trabajar más, ser tutorizados adecuadamente, poder conciliar sus estudios con sus entrenamientos y competiciones, y estar descargados de desempeños poco vinculados con su itinerario deportivo o no imprescindibles para su avance académico***. Estas tesis siguen vigentes y continúan siendo fundamento de aportaciones posteriores (García Manso<sup>21</sup> y sobre todo García Manso et al<sup>22</sup>), que entre otras cosas están aplicando sobre ellas las nuevas aportaciones científicas derivadas de las teorías de los sistemas y la complejidad. En este sentido para el ARD y consiguientemente para el planteamiento de modelos de organización de la TD, va cobrando cada vez mayor importancia la estrategia de recurrir al estudio y diseño de casos como medio de progresión, implantación y tratamiento de la TD. Nos referimos a la constitución de modelos de funcionamiento aplicados y adaptados a casos contextualizados.

---

<sup>19</sup> SÁNCHEZ BAÑUELOS, F.: “Bases teóricas y funcionales del ARD. Conceptos, requisitos y condicionantes”. Apuntes del master en ARD. UAM-COES. Madrid, 1995.

<sup>20</sup> RUIZ PÉREZ, LM; SÁNCHEZ BAÑUELOS, F.: “Rendimiento Deportivo. Claves para la optimización de los aprendizajes”. Gymnos. Madrid, 1997.

<sup>21</sup> GARCÍA MANSO, JM.: “Alto Rendimiento. La adaptación y la excelencia deportiva”. Gymnos. Madrid, 1999.

<sup>22</sup> GARCÍA MANSO, JM; MARTÍN GONZÁLEZ, JM.: “La Formación del Deportista en un sistema de rendimiento deportivo”. Kinasis. Colombia, 2008.

## 2. DOCENCIA Y COORDINACIÓN DEL PROFESORADO

La docencia del programa de la asignatura de Tecnificación Deportiva 1, 2, 3, y 4 será impartida por un profesor - coordinador, el cual es aconsejable que debido a la complejidad organizativa de la asignatura, es necesario que tenga un importante conocimiento de los contenidos y un conocimiento organizativo de la asignatura.

En el curso 2024 – 25 el encargado de su docencia será:

Rafael Salcines Medrano (Profesor de EF)

Además de la figura del profesor - coordinador, el desarrollo de los entrenamientos/unidades didácticas será llevada a cabo por un entrenador con título nacional del deporte en cuestión, bien Salvamento o Surf, y que son contratados por las diferentes federaciones deportivas. Esta importante figura, participará del proceso de enseñanza aprendizaje. Los responsables de los deportes serán

- Paula Vidania: Salvamento
- Pedro Gutiérrez: Surf

Para el curso académico actual 2024-2025, se propone la siguiente organización en programa ESPADE de nuestro Centro:

**1º ESO** para 2 alumnos de salvamento (2).

- Materia de libre configuración determinada por el centro: Tecnificación Deportiva I (2 horas semanales)
- Adaptación no significativa de la materia específica Educación Física (2 horas/semanales) \*

**2º ESO** para 2 alumno de Surf (2)

- Materia de libre configuración determinada por el centro: Tecnificación Deportiva II (2 horas semanales)
- Adaptación no significativa de la materia específica Educación Física (2 horas/semanales) \*

**3º ESO** para 2 alumnos de Salvamento (1) y de Surf (1):

- Materia de libre configuración determinada por el centro: Tecnificación Deportiva III (2 horas semanales)
- Adaptación no significativa de la materia específica Educación Física (2 horas/semanales) \*

**4º ESO** para 4 alumnos de Surf (2) y de Salvamento (2):

- Materia de libre configuración determinada por el centro: Tecnificación Deportiva IV (2 horas semanales)
- Adaptación no significativa de la materia específica Educación Física (2 horas/semanales) \*



**1º BACHILLERATO** para 1 alumno de Surf (1):

- Materia de libre configuración determinada por el centro: Tecnificación Deportiva IV (4 horas semanales)

**2º BACHILLERATO** para 4 alumnos de Salvamento (4):

- Materia de libre configuración determinada por el centro: Tecnificación Deportiva IV (4 horas semanales)

**- SABERES Y/O UNIDADES DIDÁCTICAS QUE SE VAN A TRABAJAR EN ESTAS HORAS.**

Los saberes que se trabajan son los que se exponen más adelante en el apartado concreto de contenidos y temporalización.

**- TEMPORALIZACIÓN DE LAS MISMAS.**

El horario y duración de las clases de Tecnificación Deportiva forma parte del horario del programa ESPADE, los cuales se describen el *apartado XII de la programación de Educación Física y en base a la orden 78/2018 de 26 de junio modificada por la Orden EDU/36/2024, de 18 de julio, que modifica la Orden ECD/78/2018, de 26 de junio, que regula el programa ESPADE (ESPECIAL ATENCIÓN AL DEPORTE), para la conciliación de estudios y entrenamiento deportivo de alumnos que cursan Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato.*

**- METODOLOGÍA QUE SE VA A UTILIZAR EN ESTOS PERIODOS.**

La metodología que se va a desarrollar, se explicita en un apartado concreto para la misma.

**- MODELO DE COORDINACIÓN PEDAGÓGICA**

La asignatura de Tecnificación Deportiva, conlleva una importante y necesaria coordinación entre el profesor - coordinador responsable con los técnicos citados.

El contacto con los técnicos y responsables de las diferentes federaciones para plantear los contenidos y actividades de enseñanza aprendizaje, es continuo, bien a través de reuniones o por conversaciones telefónicas/videoconferencias.

Los entrenamientos, son el momento ideal para analizar las diferentes situaciones que se dan en el día a día de los alumnos pertenecientes a esta asignatura. Situaciones académicas, competiciones, entrenamientos, logística organizativa, actividades complementarias,... y que tratan de solventarse de la manera más adecuada.

La impartición de los contenidos, se realizará conjuntamente entre el profesor responsable junto con el monitor, dejando los aspectos técnico – tácticos por



completo al técnico federativo, mientras el profesor apoya en esto y desarrolla el resto de funciones académicas y organizativas del alumnado y entrenamientos.

Por otro lado, la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado, se llevará a cabo en las condiciones que se definen en el apartado específico de esta programación para tal fin, destacando la objetividad de los instrumentos y procedimientos, más si cabe con la presencia de 2 personas (profesor y técnico) realizando esta evaluación.

### **3. LA CONTRIBUCIÓN DE CADA MATERIA AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE, LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SU CONEXIÓN CON LOS DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA.**

#### **A) CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE**

La educación basada en competencias permite: definir los resultados de aprendizaje esperados desde un planteamiento integrador, dirigido a la aplicación de los saberes adquiridos para conseguir un desarrollo personal satisfactorio; el ejercicio de la ciudadanía activa; y la capacidad de adaptación permanente a lo largo de la vida. La materia de Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, sin embargo, la diversidad de contenidos, situaciones y contextos de aprendizaje, provoca que también se contribuya a la adquisición competencias clave, tal y como a continuación se expone.

- I. **COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA.** Son diversas las situaciones en las que se favorece: las constantes interacciones que se producen en la práctica de actividad física y las vías de comunicación que en ellas se establecen, pero fundamentalmente a través del trabajo con textos escritos (artículos, libros, webs, ...); el desarrollo del lenguaje corporal como refuerzo del verbal a través de las actividades de expresión corporal; y las pautas para la exposición oral de trabajos.
- II. **COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIAS BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA.** Se contribuye a su mejora con la realización del análisis de distintos cálculos (zonas de intensidad, balance energético...), la elaboración de gráficos para la valoración de las capacidades físicas básicas, la deducción lógica para la resolución de problemas, la utilización de diferentes magnitudes y medidas para cuantificar distintos contenidos, la estructuración espacio-temporal en algunas acciones... Por otro lado, el conocimiento de lo corporal y su relación con el movimiento es un saber fundamental e imprescindible. Sistemas orgánicos, adaptaciones que se producen, alimentación, postura..., son algunos de los contenidos que para su análisis precisan de ciencias como la Anatomía, la Física, la Biología y las Tecnológicas, entre otras. De igual forma, a través de la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural, se establece un vínculo hacia ciencias

relacionadas con la utilización responsable del entorno y con actitudes de respeto, conservación e impronta de una huella ecológica.

- III. **COMPETENCIA DIGITAL.** Ayuda a su mejora la utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para la búsqueda y el procesamiento de la información para ampliar contenidos, elaborar trabajos de distinto tipo (texto, presentación, imagen, video, sonido,...) o compartir dicha información. Además, la existencia de gran cantidad de aplicaciones informáticas relacionadas con la actividad física posibilita la utilización de las mismas en la elaboración y puesta en práctica de actividades. Sin olvidar, la utilización de plataformas web como soporte o ayuda del proceso de enseñanza-aprendizaje y todas aquellas ya explicitadas en la introducción y que este curso académico van a tener un papel clave.
- IV. **APRENDER A APRENDER.** A través de la Educación Física se inicia al alumnado en el aprendizaje motriz. Se generan las condiciones adecuadas para, a través de un proceso reflexivo de adquisición de recursos, alcanzar progresivamente mayores niveles de eficacia y autonomía en el aprendizaje. De esta forma, los alumnos llegarán a ser capaces de gestionar su propia práctica física y afrontar nuevos retos de aprendizaje.
- V. **COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS.** Las actividades físico-deportivas son un medio de gran eficacia para facilitar la integración y la aceptación de conductas, el respeto y la tolerancia, la cooperación y el trabajo en equipo...; aprendizajes que podrán ser transferidos a situaciones de la vida cotidiana. El hecho de incluir un bloque de Elementos Comunes a la Actividad Física donde se refuerzan actitudes, valores y la gestión emocional, implica el compromiso con el desarrollo de estos aspectos tan importantes para la convivencia y la seguridad en las clases.
- VI. **SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR.** La elaboración de proyectos personales relacionados con la actividad física, la organización y puesta en práctica de forma autónoma de actividades en clase o la participación en proyectos grupales, son algunas de las situaciones que se dan en Educación Física. El alumno precisa de todos sus recursos personales para asumir responsabilidades, tomar decisiones, perseverar y superar dificultades; para dar respuesta de forma creativa a los retos planteados. Por otro lado, la propia dinámica de participación en los deportes exige la adopción de posturas proactivas, con constantes tomas de decisiones para la aplicación de los recursos oportunos en función de los condicionantes en la práctica.
- VII. **CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES.** Existen dos manifestaciones de la motricidad vinculadas con esta competencia: por un lado, las expresiones deportivas y lúdicas como prácticas ligadas al patrimonio cultural y folclórico de los pueblos y, por otro, las actividades físicas rítmico-expresivas. Ambas concepciones del cuerpo y su movimiento, permiten experimentar y valorar la riqueza cultural de una sociedad.

## B) COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SU CONEXIÓN CON LOS DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA.

- TECNIFICACIÓN DEPORTIVA I

1. Practicar y lograr una mejora física basada en la superación y el esfuerzo, discriminando y diferenciando los principales métodos y sistemas de entrenamiento de la condición física relacionados con la modalidad deportiva, para planificar el rendimiento deportivo con garantías de éxito.

La adquisición de esta competencia se alcanzará mediante la experimentación y puesta en práctica de los saberes relacionados con la mejora del rendimiento deportivo. Estos conocimientos y destrezas capacitarán al alumnado para la gestión, planificación y autorregulación de su propio entrenamiento, atendiendo a la valoración de su nivel inicial, y al desarrollo de las cualidades físicas específicas de su modalidad deportiva acordes a su edad de desarrollo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CCL3, STEM2, STEM4, CD1, CD3, CPSAA4

2. Identificar, interpretar y ejecutar las situaciones técnicas, tácticas y estratégicas claves de la modalidad deportiva practicada, comprendiendo la lógica interna y los procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar soluciones efectivas adaptadas a los diferentes contextos de entrenamiento y competición.

Esta competencia implica que el alumnado debe conocer la lógica interna de su modalidad deportiva, entendiendo las distintas circunstancias en las que esta se desarrolla, lo que implicará una toma de decisiones adaptada a las mismas. Durante este proceso el alumnado tendrá que definir metas, elaborar estrategias, secuenciar acciones, ejecutar lo establecido, realizar análisis sobre los resultados y proponer y crear soluciones de mejora siempre dentro de los límites del reglamento y la ética en la aplicación de las normas de la modalidad deportiva, fomentando la solidaridad y el juego limpio.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, STEM1, STEM2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CP2

3. Implementar prácticas que contribuyan al bienestar individual y colectivo, reconociendo y analizando los aspectos físicos, sociales y ambientales y su influencia

sobre la salud, para identificar aquellas que favorezcan la mejora del rendimiento deportivo.

Esta competencia persigue que el alumnado adopte una actitud crítica y un compromiso activo ante aquellos comportamientos y conductas de riesgo, incívicas, desiguales y estereotipadas que rodean la práctica deportiva. Existen numerosos contextos en los que podrá desarrollarse esta competencia, ya que tiene impacto tanto a nivel personal como social. Conlleva la responsabilidad individual de nuestros comportamientos, la adquisición de una serie de hábitos saludables, y la comprensión de la importancia de nuestras conductas y acciones en la interacción con los otros y con el entorno.

Esta competencia específica se conecta con los descriptores de salida: CCL2, STEM5, CPSSA2, CPSAA5, CE1, CC1, CC2, CC3, CC4

4. Analizar los procesos que afectan a los sentimientos y emociones comprendiendo y participando en el desarrollo de la motivación, la empatía y la adquisición de habilidades sociales proactivas para facilitar la adaptación y el desempeño en las situaciones que presentan un desafío emocional en la práctica deportiva.

Esta competencia tiene como objetivo el desarrollo personal y social del alumnado a través de la identificación y comprensión de las emociones y sentimientos que surgen en el ámbito de la práctica deportiva. Se busca fomentar una gestión positiva de estas emociones, capacitándolos para enfrentar desafíos que puedan afectar su bienestar emocional. Asimismo, destaca la importancia de las habilidades sociales en la gestión tanto de las propias emociones como de las de los demás, especialmente en entornos deportivos donde la interacción social es fundamental.

Esta competencia específica se relaciona con los siguientes descriptores del perfil de salida: CCL1, STEM5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3, CC3.

- TECNIFICACIÓN DEPORTIVA AVANZADA

1. Aplicar y valorar diferentes programas de desarrollo físico (individuales y colectivos) practicados en los entrenamientos, analizando y evaluando las diversas propuestas, para comprender el proceso de mejora de los resultados físicos y del rendimiento deportivo.

Con el desarrollo de esta competencia se pretende que el alumnado conozca y aplique los diferentes programas físicos y planes de entrenamiento que mejoran el rendimiento en la modalidad deportiva, basándose en los datos fisiológicos que arrojan resultados de medición de las capacidades condicionales y perceptivo-motrices, para así poder aplicar los principios del entrenamiento, y el resto de los aspectos que conforman la planificación del rendimiento. El alumnado reflexionará y analizará todos estos aspectos y adoptará un papel más protagonista, puesto que será capaz de proponer planes y valorar los de otros compañeros y compañeras.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL3, STEM1, STEM2, CD3, CPSAA5, CPSAA3.2 y CE3

2. Valorar y adaptar las habilidades específicas y situaciones tácticas de la modalidad deportiva, analizando los procesos de percepción, decisión y ejecución, para la mejora de las acciones propias y/o del grupo y la consolidación de destrezas y estrategias de organización y gestión en el contexto deportivo.

La adquisición de esta competencia permite que el alumnado sea capaz de elegir y ejecutar con mayor acierto y precisión las habilidades técnico-tácticas complejas de la modalidad deportiva en situaciones de entrenamiento y competición. Durante el proceso, el alumnado deberá trabajar y crear nuevas y rápidas respuestas técnico-tácticas y estratégicas adaptadas a la lógica interna de la modalidad, incluyendo aquellos aspectos del reglamento que ayuden a ampliar la variedad de soluciones motrices eficaces en situaciones de conflicto, compromiso o incertidumbre.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, STEM1, STEM4, CD3, CPSAA1.1, CPSAA3.2, CE2, CE3 y CP2

3. Integrar e interiorizar hábitos que fomenten actitudes y conductas individuales y sociales responsables, realizando una práctica deportiva segura, comprometida, cívica y sostenible para consolidar los valores propios de la cultura deportiva.

Esta competencia hace referencia al análisis y la valoración de los hábitos de vida que fomentan el bienestar y prevengan la aparición de enfermedades y de situaciones que ponen en riesgo la salud individual y colectiva. Se pretende que el alumnado reflexione sobre las principales acciones que implementa sobre sí mismo, sobre los demás y sobre el entorno, para interiorizar una toma de decisiones comprometida con la cultura deportiva, los hábitos saludables, la prevención de

situaciones que ponen en riesgo su salud o la de los demás y con el cuidado del entorno físico con el que interaccionan.

Esta competencia específica se conecta con los descriptores de salida: CCL1, STEM5, CPSAA2, CC1, CC2, CC3, CC4 y CE1.

4. Autorregular las emociones y los impulsos, utilizando estrategias de empoderamiento y control de las variables psico-sociales en el ámbito deportivo para buscar un equilibrio mental y una mejora de la resiliencia en situaciones de entrenamiento y de competición.

La etapa de bachillerato se convierte en ocasiones en una barrera insalvable para el alumnado, que decide abandonar el deporte o los estudios para dedicar más tiempo a alcanzar sus metas académicas o deportivas. La carga de entrenamientos y competiciones y las decisiones personales hacen necesaria la aplicación de técnicas que busquen un bienestar emocional y motivacional, una mejor comunicación con los demás y un ajuste de respuestas ante las situaciones de fatiga, exigencia física y exigencia mental.

La adquisición de esta competencia proporcionará al alumnado herramientas para conseguir un mayor equilibrio mental en una etapa en la que el momento madurativo y la realidad provoca un desajuste.

Esta competencia específica se relaciona con los siguientes descriptores del perfil de salida: CCL5, STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA3.1 y CE2

#### **4. LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y LOS SABERES BÁSICOS, LA DISTRIBUCIÓN TEMPORAL EN UNIDADES DIDÁCTICAS, PROYECTOS INTERDISCIPLINARES Y SITUACIONES DE APRENDIZAJE.**

##### **a) CRITERIOS DE EVALUACIÓN, SABERES BÁSICOS Y DISTRIBUCIÓN TEMPORAL EN UNIDADES DIDÁCTICAS.**

Los criterios de evaluación aparecen dados de forma prescriptiva en la normativa citada al inicio de la programación, *Orden EDU/36/2024, de 18 de julio, que modifica la Orden ECD/78/2018, de 26 de junio, que regula el programa ESPADE (ESPECIAL Atención al DEporte)*. En la misma pueden consultarse, para no crear un documento denso y poco práctico en su uso.

En la concepción integral de un proceso de tecnificación deportiva es difícil poder desgranar y marcar en el tiempo los momentos de aplicación de cada uno de los saberes que la engloban.

Salvo en las jornadas específicas donde se tratan aspectos relacionados con los Hábitos y Cultura deportiva, el resto de saberes van a experimentar un continuo desde el primer día de entrenamiento hasta el último.

Los bloques de saberes I y II (condición física y rendimiento, y los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios) se van a ir presentado y desarrollando diariamente en las sesiones de entrenamiento. Son elementos inherentes a la práctica deportiva que no se pueden concebir por separado.

En lo que respecta al bloque III, (hábitos y cultura y estilos de vida deportiva), aunque se puede concebir de la misma manera que con los bloques I y II, se van a focalizar los saberes en diferentes trimestres para un mayor análisis. La distribución sería la siguiente:

- 1º Trimestre (Octubre-Diciembre): Alimentación aplicada al deporte.
- 2º Trimestre (Enero-Marzo): Prevención de lesiones.
- 3º Trimestre (Abril-Junio): Malos hábitos y doping en el deporte.

Lo referente a la gestión emocional también se considera un contenido transversal y longitudinal, de ahí que se vaya tratando de forma individualizada durante todo el proceso de entrenamiento, consolidándose con la intervención de una psicóloga deportiva.

## RELACIÓN CRITERIOS DE EVALUACIÓN CON LOS SABERES BÁSICOS

<b>TECNIFICACIÓN DEPORTIVA (1º y 2º ESO)</b>	
<b>Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas</b>	<b>Saberes básicos</b>
1.1. Recopilar, conocer y utilizar ejercicios y juegos de calentamiento y vuelta a la calma propios de la modalidad deportiva elegida, discriminando entre calentamientos generales y específicos y sus diferentes momentos de aplicación en entrenamientos y competición.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El calentamiento y la vuelta a la calma: características, partes, mejoras y principales ejercicios.</li> <li>- Calentamiento general y específico.</li> <li>- Ejercicios dirigidos al calentamiento de la modalidad practicada.</li> </ul>
1.2. Practicar y comprender sesiones de entrenamiento basadas en el desarrollo de las capacidades físicas a través de diferentes métodos y sistemas de la modalidad deportiva practicada.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cualidades físicas básicas y su participación en el deporte. Acondicionamiento físico basado en el trabajo de las capacidades físicas con referencia a las características personales.</li> </ul>
1.3. Mejorar el nivel de rendimiento de los factores de ejecución, de acuerdo al desarrollo evolutivo y partiendo del nivel condicional inicial.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación física y su relación con del desarrollo madurativo del alumnado: planificación de ejercicios de técnica y capacidades físicas.</li> </ul>
1.4. Entender la importancia los indicadores de rendimiento y conocer la utilidad de estos datos en la aplicación de un programa de entrenamiento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Test básicos de las capacidades físicas para el control del entrenamiento.</li> <li>- Indicadores de rendimiento: frecuencia cardiaca, volumen máximo de oxígeno, acumulación de ácido láctico.</li> </ul>



2.1. Reconocer, describir y practicar las principales habilidades técnico-tácticas de la modalidad deportiva, detectando los errores básicos y evidenciando una mejora individual en el entrenamiento.	- Las habilidades motrices específicas y su aproximación a los modelos técnicos de referencia. Habilidades técnico-tácticas individuales (lógica externa) de la modalidad deportiva. Modelos tácticos básicos de la modalidad deportiva.
2.2. Conocer y aceptar las reglas de su modalidad deportiva, haciendo un uso correcto de ellas en situaciones jugadas.	- Reglas básicas del juego.
2.3 Conocer y vivenciar la lógica interna de la modalidad deportiva, integrando las habilidades técnico-tácticas en la dinámica de la práctica deportiva.	- Conocimiento de los diferentes elementos que participan en el juego, la lógica interna.
2.4. Conocer y practicar el vocabulario técnico y específico de la modalidad deportiva, aplicándolo en situaciones de entrenamiento.	- Vocabulario técnico básico de la modalidad deportiva. - Relación del vocabulario de la modalidad con otras lenguas.
3.1. Comprender la incidencia del entrenamiento de alto rendimiento tiene sobre la salud (nutrición, higiene postural, descanso, etc.), identificando situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	- Efectos de la actividad física sobre el organismo y la salud: beneficios y riesgos. - La relajación y respiración como elementos fundamentales de prevención y salud en el deporte. - Espectros de salud en el deporte: control postural, nutrición, higiene, autoimagen, ...
3.2. Referenciar modelos deportivos que representen comportamientos, actitudes y valores positivos en el ámbito del rendimiento y de las distintas manifestaciones de la modalidad deportiva.	- Hábitos perjudiciales para la práctica deportiva y principales trastornos derivados de los mismos (tabaquismo, alcoholismo, trastornos alimentarios...) - La alimentación y la nutrición vinculadas al ejercicio. Relación entre nutrición y ejercicio. - El entrenamiento invisible, factor clave del rendimiento deportivo.
3.3. Identificar acciones en el desarrollo de la práctica deportiva que generen un impacto positivo sobre el medioambiente.	- Actividad física y medio ambiente. Consumo responsable como deportistas y análisis del impacto de nuestra práctica en el entorno.
4.1. Conocer los principales efectos psico-sociales que tiene la práctica regular de una modalidad deportiva según sus propias vivencias.	- Aspectos psico-sociales de la práctica deportiva. -- Emociones y sentimientos. Aspectos básicos.
4.2. Identificar las principales emociones y sentimientos que afectan negativamente al rendimiento en el entrenamiento y la competición.	- Influencia de las emociones en el deporte y en el rendimiento.
4.3. Ejemplificar los diferentes tipos de liderazgo a partir de figuras referentes del mundo deportivo describiendo las principales características que los definen.	- Liderazgo. Estilos de liderazgo. Ejemplificaciones.
4.4. Expresar las principales variables que afectan a la motivación de un deportista a partir de vivencias personales.	- Motivación en la modalidad deportiva: motivaciones extrínsecas e intrínsecas.

<b>TECNIFICACIÓN DEPORTIVA (3º y 4º ESO)</b>	
<b>Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas</b>	<b>Saberes básicos</b>
1.1. Diseñar y ejecutar de forma autónoma calentamientos y técnicas de recuperación, valorando la importancia que éstas tienen en el rendimiento deportivo.	- Actividades de activación, vuelta a la calma y recuperación del entrenamiento y la competición. Fatiga (fisiológica y psicológica), estrategias nutricionales, hidroterapia, sueño reparador, recuperación activa, estiramientos y masaje. Momentos de planificación de las actividades de activación y recuperación.
1.2. Aplicar correctamente métodos y sistemas de entrenamiento de las capacidades físicas y planificar sesiones de mejora del rendimiento físico, adaptándolos a un objetivo específico marcado.	- Iniciación en la preparación física general en diferentes vertientes: trabajo anaeróbico y musculación

<p>1.3. Analizar los efectos fisiológicos que la aplicación de los sistemas de entrenamiento produce en el organismo teniendo en cuenta las características evolutivas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Capacidades condicionales específicas de la modalidad deportiva. Procesos de adaptación fisiológica del entrenamiento: musculares, cardiovasculares, nerviosas y enzimáticas.</li> <li>- Relación entre la condición física y la mejora del rendimiento deportivo.</li> </ul>
<p>1.4. Valorar la condición física conociendo y aplicando diferentes métodos de medición del entrenamiento en momentos diferentes de la planificación deportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Métodos y sistemas de monitorización del entrenamiento: cronometraje, pulsómetros, relojes inteligentes, chalecos gps, ...</li> </ul>
<p>2.1. Practicar y mejorar las habilidades técnico-tácticas de la modalidad, acercándose a los modelos ideales de ejecución en el entrenamiento y la competición.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Modelos técnicos de ejecución automatizados. Habilidades técnico-tácticas colectivas. Sistemas de juego de la modalidad. Principios tácticos ofensivos y defensivos. Recursos tecnológicos. Uso y tratamiento de imágenes y vídeos. Análisis cinemático y dinámico.</li> </ul>
<p>2.2. Interpretar las reglas fundamentales de su modalidad deportiva, haciendo un uso correcto en situaciones de juego no favorables.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reglamento aplicado de la modalidad deportiva Reglamento y situaciones competitivas.</li> </ul>
<p>2.3. Comprender las diferentes variables que conforman la lógica interna de la modalidad deportiva, aplicando estrategias de manera autónoma en contextos de incertidumbre.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conexiones que se producen entre las características/elementos de la modalidad deportiva. (tiempo, espacio, móvil, jugadores, reglas, etc.)</li> </ul>
<p>2.4. Mantener una comunicación técnica entre deportistas y/o con el técnico deportivo/a, utilizando la terminología específica de la modalidad deportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comunicación técnica y específica de la modalidad deportiva.</li> <li>- Diálogos básicos en otras lenguas.</li> <li>- Bibliografía de la modalidad deportiva en otras lenguas.</li> </ul>
<p>3.1. Incorporar progresivamente aspectos de nutrición, higiene postural, prevención de lesiones a sus rutinas de entrenamiento para garantizar una mejora del rendimiento deportivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lesiones más habituales en el deporte y en la modalidad deportiva practicada: musculares, articulares, tendinosas, patologías habituales, ...</li> <li>- Necesidades dietéticas y de hidratación en el entrenamiento y la competición. Suplementación alimenticia.</li> </ul>
<p>3.2. Reconocer actitudes y comportamientos que fomenten patrones de conducta que optimicen el rendimiento deportivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ayudas ergogénicas y sus consecuencias. Ética del uso de sustancias en el entrenamiento y la competición.</li> </ul>
<p>3.3. Interaccionar con el entorno con respeto y conciencia ecológica, reflexionando sobre las diferentes acciones positivas que se realizan en el mismo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Modelos referenciales de buenas prácticas deportivas.</li> </ul>
<p>4.1. Saber expresar los principales beneficios psico-sociales de la práctica regular de una modalidad deportiva según sus propias vivencias.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prejuicios y estereotipos en la modalidad deportiva.</li> <li>- Deporte y bienestar psicológico.</li> <li>- Prejuicios y estereotipos personales, incluidos los de género, en la modalidad deportiva.</li> </ul>
<p>4.2. Reconocer y modificar las emociones y sentimientos regulando la disposición hacia aquellos que puedan afectar negativamente en momentos de máxima exigencia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inteligencia emocional y su uso en el deporte. Conceptos básicos.</li> <li>- Habilidades de enfrentamiento de las emociones. Uso en la modalidad deportiva.</li> </ul>
<p>4.3. Aplicar recursos para la mejora de la empatía y otras habilidades de liderazgo en situaciones de dificultad (estrés, fatiga y/o conflicto) derivadas de la carga de entrenamiento y de la competición.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Empatía y liderazgo deportivo.</li> </ul>
<p>4.4. Entender los cambios y fluctuaciones en la motivación de un deportista en su trayectoria deportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectos sociales del entorno del deportista relacionado con el rendimiento deportivo.</li> <li>- Motivación: orientación hacia la tarea y orientación hacia el resultado.</li> <li>- El entorno social y su influencia en la vida académica y el rendimiento deportivo.</li> </ul>

<b>TECNIFICACIÓN DEPORTIVA AVANZADA I (1º BACHILLERATO)</b>	
<b>Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas</b>	<b>Saberes básicos</b>
1.1 Diseñar y poner en práctica un programa de entrenamiento físico, basándose en parámetros científicos y evaluables, y adaptándolo a sus propias características en las sesiones de entrenamiento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plan de trabajo de la condición física relacionado con la modalidad deportiva: sistemas y métodos del entrenamiento, relación volumen e intensidad, distribución de cargas y principios del entrenamiento.</li> </ul>
1.2 Planear conjuntamente con otros compañeros y compañeras la puesta en práctica de métodos de entrenamiento para la mejora de las capacidades condicionales y perceptivo motrices, aportando retroalimentaciones para la mejora.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diseño de la planificación de entrenamiento.</li> <li>- Desglose de las exigencias físicas de la modalidad deportiva y trabajo específico de cada situación motriz.</li> </ul>
1.3 Analizar los procesos fisiológicos producidos en el organismo por la aplicación de diferentes métodos de entrenamiento, identificando aquellos que mejoran el rendimiento en la modalidad deportiva.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los procesos adaptativos del organismo ante el ejercicio.</li> </ul>
1.4 Experimentar formas fiables de medición y seguimiento del entrenamiento utilizando diferentes recursos para interpretar los resultados.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Instrumentos y recursos de evaluación y control del entrenamiento y la competición: diarios de entrenamiento, test físicos, test fisiológicos, zonas de actividad.</li> </ul>
2.1. Practicar y analizar los procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos de incertidumbre, utilizando las diferentes habilidades técnico-tácticas y estrategias de forma eficaz.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tareas motrices: clasificación y fases de ejecución.</li> <li>- Modificación de los mecanismos de percepción y decisión en situaciones técnicas de incertidumbre.</li> <li>- Modelos tácticos de la modalidad deportiva: aplicaciones, usos, variantes y modificaciones adaptativas.</li> </ul>
2.2. Practicar y analizar situaciones reglamentarias complejas, obteniendo soluciones eficaces en el desarrollo del juego.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectos reglamentarios avanzados de la modalidad deportiva.</li> </ul>
2.3. Experimentar y analizar situaciones de competición propias de la lógica interna de la modalidad deportiva, empleando diversos recursos de forma eficaz.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sesiones de entrenamiento específico de cada modalidad deportiva.</li> <li>- Materiales para la mejora de las habilidades específicas.</li> <li>- Relación de la lógica interna con la externa.</li> </ul>
2.4. Establecer una comunicación precisa con el personal técnico deportivo, utilizando la representación gráfica como recurso complementario.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Establecimiento de códigos de comunicación entre los agentes implicados en la competición.</li> <li>- Prevención y tratamiento de lesiones específicas de la modalidad.</li> <li>- Adaptación de la expresión motriz al resto de elementos del juego.</li> <li>- Representación gráfica aplicada a la modalidad deportiva.</li> <li>- Role plays en otros idiomas.</li> <li>- Recursos comunicativos en otras lenguas relacionados con la modalidad deportiva: emails, entrevistas, etc.</li> </ul>
3.1. Aplicar y tomar medidas nutricionales de control del balance calórico, de prevención de lesiones, de actuación en caso de accidente y/o de recuperación para una práctica deportiva segura.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seguridad y prevención en la modalidad deportiva: materiales, espacio de competición, situación de los deportistas.</li> <li>- Balance calórico. Indicador del control del peso y del estado de forma.</li> <li>- Sustancias prohibidas. Valoración ética de su uso y riesgos para la salud.</li> <li>- Previsión y gestión de riesgos asociados a la modalidad deportiva en situación de entrenamiento y/o competición.</li> </ul>

3.2. Demostrar los valores fundamentales de la cultura deportiva: respeto, cumplimiento de las reglas, solidaridad, compromiso, responsabilidad personal y social, en el contexto de entrenamiento y competición.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectos positivos de la cultura deportiva. Conductas prosociales en la práctica deportiva.</li> </ul>
3.3. Emprender y diseñar acciones que reduzcan el deterioro del medio ambiente en la práctica deportiva.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejora del entorno como espacio para la práctica deportiva.</li> <li>- Materiales y equipamientos deportivos: usos y especificaciones técnicas. Consumo sostenible responsable.</li> </ul>
4.1. Distinguir las principales fortalezas psicológicas y puntos débiles en uno mismo en situaciones de entrenamiento y competición.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades psicológicas. Fortalezas psicológicas y puntos débiles.</li> </ul>
4.2. Identificar y predecir los momentos donde se produce un descontrol emocional o un impulso que afecte negativamente al rendimiento individual y/o colectivo en las vivencias deportivas aplicando técnicas básicas que ayuden a regularlo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Control emocional en situaciones de entrenamiento y competición. Autorregulación del estrés.</li> <li>- Control de la activación a través de la respiración y la visualización.</li> <li>- Habilidades de enfrentamiento de las emociones.</li> <li>- Técnicas básicas de relajación y respiración.</li> </ul>
4.3. Practicar dinámicas para la mejora de la comunicación y otras habilidades de liderazgo en situaciones de dificultad (estrés, fatiga y/o sobreentrenamiento) en el entrenamiento y la competición.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades sociales y desarrollo de conductas prosociales en situaciones de entrenamiento y competición.</li> <li>- Competitividad y liderazgo.</li> </ul>
4.4. Plantear objetivos a corto, medio y largo plazo para la mejora de la motivación y la autoconfianza en el trabajo diario, aplicándolos durante el entrenamiento y la competición.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Establecimiento de objetivos para la mejora del rendimiento.</li> </ul>

<b>TECNIFICACIÓN DEPORTIVA AVANZADA II (2º BACHILLERATO)</b>	
<b>Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas</b>	<b>Saberes básicos</b>
1.1 Valorar un programa físico, individual o colectivo, desarrollado por uno mismo o por un compañero, para la mejora del rendimiento, a través del uso de diferentes instrumentos y actividades de evaluación, en situaciones de puesta en práctica del mismo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividades de análisis y evaluación de planes de entrenamiento.</li> <li>- Instrumentos de evaluación de los planes de entrenamiento.</li> </ul>
1.2 Evaluar la pertinencia de los métodos y sistemas de entrenamiento para la mejorar de las capacidades condicionales y perceptivo motrices de las sesiones propuestas por los compañeros.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hojas y plantillas de seguimiento, test de monitorización del rendimiento, recursos digitales de control.</li> </ul>
1.3 Seleccionar y evaluar métodos y medios de entrenamiento en función de los objetivos del entrenamiento y la competición, de las características de los deportistas y su adaptación al esfuerzo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estrategias metodológicas de presentación del contenido.</li> <li>- Nuevas formas de trabajo en la preparación física. Propuestas alternativas.</li> </ul>
1.4 Reflexionar y evaluar sobre los resultados obtenidos de la aplicación y uso de diferentes formas de medición de la preparación física, contrastando los datos recogidos durante el entrenamiento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos de organización y secuenciación de las sesiones de trabajo.</li> <li>- Indicadores de fatiga, recuperación y sobre entrenamiento.</li> </ul>

<p>2.1. Evaluar situaciones competitivas que requieren de una toma de decisiones técnico-tácticas no programada, utilizando los recursos apropiados a las situaciones planteadas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación técnico-táctica en situaciones de juego complejas.</li> <li>- Sesiones de entrenamiento específico de cada modalidad deportiva.</li> <li>- Plantillas de recogida de datos empíricos.</li> </ul>
<p>2.2. Identificar y analizar situaciones conflictivas en la aplicación del reglamento aportando estrategias que ayuden a prevenirlas y/o solucionarlas en la competición.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Situaciones reglamentarias en momentos críticos de competición.</li> <li>- Prevención de situaciones conflictivas en competición.</li> <li>- Situaciones arbitrales simuladas.</li> </ul>
<p>2.3. Contrastar y seleccionar posibles respuestas en situaciones de competición, adaptándose eficazmente a la dinámica de la práctica deportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Actuaciones estratégicas del reglamento en situaciones de competición.</li> <li>- Situaciones de competición y creación de nuevas respuestas adaptadas a la participación de los elementos del juego de cada modalidad deportiva.</li> </ul>
<p>2.4. Exponer una situación práctica del contexto competitivo, aplicando todos los recursos y la terminología específica de la modalidad deportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nuevas tecnologías (vídeo, apps y programas de edición, etc.) en análisis tácticos.</li> <li>- Uso, diseño y creación de nuevos materiales de transferencia adaptados a los mecanismos de ejecución.</li> <li>- Labores de apoyo y asesoramiento en campeonatos y competiciones.</li> <li>- Aplicación de los recursos comunicativos técnicos de la modalidad deportiva en momentos de competición.</li> <li>- Simulacros de entrevistas en otras lenguas.</li> <li>- Videos de competición en otras lenguas.</li> </ul>
<p>3.1. Incorporar de forma autónoma en su planificación deportiva y en sus rutinas, aspectos nutricionales, de higiene y educación postural y medidas específicas para la prevención de lesiones según sus objetivos y metas deportivas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluaciones de situaciones de riesgo en eventos, competiciones y entrenamientos de la modalidad deportiva práctica.</li> <li>- Ayudas ergonutricionales: Suplementos, intermediarios metabólicos, y otras sustancias.</li> <li>- Dieta precompetitiva, competitiva y postcompetitiva</li> </ul>
<p>3.2. Reflexionar sobre la coherencia de las acciones deportivas propias y de los demás en relación a los valores de la cultura deportiva, tanto en los entrenamientos como en el ámbito competitivo, realizando propuestas de mejora.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificación de conductas contrarias a los valores de la cultura motriz.</li> <li>- Orientaciones profesionales vinculadas con la modalidad deportiva practicada.</li> </ul>
<p>3.3. Valorar el impacto medioambiental a corto y largo plazo de las acciones diseñadas en el contexto deportivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Impacto medioambiental. Interacción y valoración de las acciones en el entorno físico.</li> </ul>
<p>4.1. Reflexionar y practicar dinámicas para el control y fortalecimiento de las habilidades psicológicas en los momentos previos y/o posteriores a una competición.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades y competencias psicológicas para la mejora del rendimiento.</li> <li>- Atribución interna de éxitos y fracasos.</li> </ul>
<p>4.2. Aplicar dinámicas que ayuden a moderar los impulsos y adecuar la activación al momento del entrenamiento y/o la competición en la se encuentren.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnicas para el autocontrol emocional. Regulación de la ansiedad antes y durante la competición.</li> </ul>
<p>4.3. Incorporar de forma autónoma y mejorar el uso de habilidades sociales de liderazgo relacionadas con la comunicación y la escucha en situaciones de dificultad en entrenamientos y competiciones dando retroalimentaciones que ayuden a la mejora del rendimiento individual o colectivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnicas de comunicación verbal y no verbal aplicada a la modalidad deportiva.</li> </ul>
<p>4.4. Establecer un plan de acción concreto para mantener la motivación del deportista atendiendo al control de las variables psico-sociales del contexto en el que se desarrolla.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teoría del establecimiento de metas y objetivos. Plan de acción.</li> </ul>

## b) PROYECTOS INTERDISCIPLINARES

El departamento de Educación Física no se entenderá como algo aislado y único en el centro, sino todo lo contrario, tratará en la medida de lo posible de mantener vías de comunicación y establecer actividades comunes con los diferentes departamentos del centro, de las que obviamente serán partícipes los alumnos del programa Espade

Destacar la creación por parte del departamento de una “semana verde”, en la que las actividades propuestas tendrán siempre una doble vertiente, relacionada con otros contenidos de otras asignaturas. Otro ejemplo, es la coordinación entre el departamento de biología y el de educación física en desarrollo de contenidos relacionados con los aparatos y sistemas del cuerpo, reforzando algunos y repartiendo el trabajo de otros.

La relación con el resto de asignaturas, es otro aspecto importante y que en la medida de lo posible se debe llevar a cabo.

En el posterior desarrollo de la programación se tratarán de relacionar los saberes con otros de las asignaturas del nivel educativo de la programación.

Lo verdaderamente eficaz de esta propuesta es que se trabajen todas las actividades, en combinación e intercambio entre los profesores de las materias implicadas, es lo que conocemos como interdisciplinariedad, de esta manera se ganaría tiempo y eficacia en la consecución de dichas actividades y objetivos.

Entre las asignaturas de las etapas de ESO y Bachillerato, estos son algunos ejemplos de las que pueden tener una mayor interrelación con la Tecnificación Deportiva:

### MATEMÁTICAS:

Uso del sistema de numeración para medir: Espacios (cinta métrica), tiempos (cronómetros), pulsómetros (frecuencia cardiaca), podómetro (pasos), peso, altura, etc. -Uso del sistema de numeración para tanteos, formaciones de grupos, etc. -Uso de operaciones matemáticas en las actividades y juegos: División de grupos, sumas de puntuaciones obtenidas, restas por penalizaciones, multiplicaciones para hallar resultados, etc.- Uso de gráficos y estadísticas sobre resultados de algunas actividades.

### LENGUA

Uso del lenguaje en el desarrollo de la actividad física: verbal y no verbal (auditivo como palmadas, sonidos; visual como el lenguaje de signos, imágenes, movimientos corporales; Kinestésico - táctil como palmadas en la espalda, corrección

de algún ejercicio de manera táctil, etc. -Uso de otro tipo de lenguaje literario y bibliográfico de la especialidad.

## BIOLOGÍA

Ya el simple hecho de la realización de las diferentes modalidades deportivas en el medio natural implica el aprendizaje y conocimiento de las condiciones naturales y su influencia en cada modalidad, a saber: mareas, corrientes, flujos de e intervalos de olas, etc..

## INGLÉS

Uso de terminología específica de otra lengua extranjera, conversación en otro idioma, incluso tratamiento de artículos en ese idioma.

### c) SITUACIONES DE APRENDIZAJE

A continuación describiremos mediante cuadros la relación entre unidades didácticas, saberes y situaciones de aprendizaje que se trabajarán.

TECNIFICACIÓN DEPORTIVA I		
Unidades Didácticas	Saberes básicos	Situaciones de Aprendizaje
1. U.D. El estado de forma	1. Condición física y rendimiento.	El cuerpo: comprensión conocimiento de los diferentes sistemas y aparatos del cuerpo humano El calentamiento Metodologías de entrenamiento
2. Mi modalidad deportiva	2. Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios.	Conocimiento de la modalidad deportiva
3. Mens sana in corpore sano	3. Hábitos, cultura y estilo de vida deportiva.	Salud y bienestar mental Hábitos integrales

TECNIFICACIÓN DEPORTIVA II		
Unidades Didácticas	Saberes básicos	Situaciones de Aprendizaje
1. U.D. El estado de forma	1. Condición física y rendimiento.	Preparación de mi cuerpo Adaptación de mi cuerpo al entrenamiento Indicadores de mi rendimiento
2. Mi modalidad deportiva	2. Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios.	Automatizaciones técnicas El reglamento de juego Códigos comunicativos
3. Mens sana in corpore sano	3. Hábitos, cultura y estilo de vida deportiva.	Deporte de alto rendimiento Equilibrios socioemocionales

TECNIFICACIÓN DEPORTIVA AVANZADA I		
Unidades Didácticas	Saberes básicos	Situaciones de Aprendizaje
1. U.D. El estado de forma	1. Condición física y rendimiento.	Entrenamiento, adaptaciones y control del entrenamiento específico
2. Plan de Entrenamiento	1. Condición física y rendimiento.	Plan de entrenamiento



3. Mi modalidad deportiva	2. Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios.	Especialización de la técnica a través de la modificación de los mecanismos de la tarea Resolución de situaciones reglamentarias complejas y entendimiento de la lógica interna de la modalidad deportiva Comunicación y expresión motriz en el juego
4. Mens sana in corpore sano	3. Hábitos, cultura y estilo de vida deportiva.	Control nutricional y ergogénico Entrenamiento seguro y lesiones de la modalidad Emociones

TECNIFICACIÓN DEPORTIVA AVANZADA II		
Unidades Didácticas	Saberes básicos	Situaciones de Aprendizaje
1. U.D. El estado de forma	1. Condición física y rendimiento.	Análisis y evaluación del entrenamiento Propuestas activas
2. Mi modalidad deportiva	2. Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios.	Factores de ejecución complejos y nuevas propuestas de entrenamiento Análisis y evaluación de la técnica Reglamentación conocimiento y aplicación Códigos comunicativos activos
3. Mens sana in corpore sano	3. Hábitos, cultura y estilo de vida deportiva.	Análisis y evaluación de la organización del entrenamiento y la competición Dieta y ayudas Salidas profesionales Emociones, metas y objetivos

## 5. LA CONCRECIÓN DE LOS MÉTODOS PEDAGÓGICOS Y DIDÁCTICOS

El enfoque metodológico de la materia optativa Tecnificación Deportiva será de carácter práctico de tal modo que el alumno integre mediante su aplicación los conceptos propios de la materia.

Las sesiones tomarán una estructura propia del entrenamiento deportivo, utilizando como vehículo educativo la modalidad deportiva que se haya escogido. De esta manera el trabajo práctico se irá fundamentando con aspectos teóricos propios de los principios del acondicionamiento físico y los factores que determinan el rendimiento deportivo, así como del enfoque global de la actividad física vinculada a la salud.

Basándonos en una metodología ecléctica, tanto del ámbito deportivo (más directiva) como educativo (orientada hacia el descubrimiento), vamos a describir diferentes tipos de actividades de enseñanza-aprendizaje comunes a ambos campos.

### Actividades de enseñanza-aprendizaje

 Cumpliendo con la idea general de los **principios pedagógicos** de la

enseñanza, podemos establecer las siguientes:

De presentación y motivación: vídeos sobre la ejecución correcta de un gesto técnico, los principales errores y su realización por parte de otros compañeros o deportistas.

De desarrollo y aprendizaje:

- Teoría: conocimiento de elementos esenciales del deporte (aspectos técnicos, gestión emocional, cultura deportiva...) a través de fichas y documentos escritos, explicaciones teóricas y puestas en común.
- Práctica: circuitos de preparación física, métodos de entrenamiento propios de cada modalidad deportiva, tareas de mejora técnica, circuitos de prevención de lesiones.

De diagnóstico-evaluación:

- Inicial: test de condición física y pruebas específicas. Cuestionarios de satisfacción y desarrollo personal.
- Formativa: repetición de test iniciales en momentos intermedios de la progresión de aprendizaje.
- Final: competiciones oficiales, comportamiento ante los resultados obtenidos.

De resumen:

- De cursos anteriores: protocolos de actuación dentro del programa, sesiones tipo.
- De la sesión anterior: actividades de repaso de la sesión anterior a modo de introducción y calentamiento (físico y mental).
- De la sesión realizada: preguntas al final de la sesión sobre los contenidos y objetivos tratados.

✚ Centrándonos en el principio de la **individualización** de la enseñanza, a continuación se refleja por separado (ampliación y refuerzo) diferentes actividades que se van a utilizar según el nivel de evolución y los posibles problemas que se puedan presentar:

De refuerzo:

A los alumnos que presenten mayores dificultades se les atenderá con dos tipos de refuerzo:

- Mental: ejecución de actividades en situaciones facilitadas o ayudados por un compañero o el entrenador. La frustración ante la imposibilidad de realizar una tarea invita al desánimo.
- Físico: se pondrán en marcha planes personales de condición física, técnica y táctica para evitar mesetas en el aprendizaje del deportista,

aportando posibles tareas y progresiones para su ejecución.

### De ampliación:

Aquellos alumnos que presentan un desarrollo más rápido dispondrán de una progresión de aprendizaje que se ajuste más a su evolución siendo conscientes de lo importante que es no quemar etapas antes de tiempo (principios del entrenamiento en etapa de formación).

- ✚ Atendiendo al principio de **motivación y significatividad** en el aprendizaje incluimos otro tipo de actividades y/o elementos que consideramos esenciales:

### De aproximación y captación del interés.

*“Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo”  
(Benjamín Franklin, 1706-1790).*

Somos conscientes que los alumnos ESPADE tienen un alto componente de motivación por la oportunidad que se les presenta: dedicar más tiempo de su formación a la modalidad deportiva que han escogido y quieren practicar. Sin embargo, el aumento significativo de las horas del entrenamiento y la rutina que ello puede conllevar, se convierte en un arma de doble filo.

Por ello, consideramos importante realizar tareas que animen, involucren al alumno y le sean atractivas de cara, por un lado, a mantener un estado emocional óptimo para el aprendizaje y el desarrollo y por el otro, a dar sentido y significado a los aprendizajes presentados en forma de tarea.

Plantear tareas de reto y superación alcanzables, dinámicas de grupo al comienzo de los entrenamientos, realizar juegos y tareas lúdicas o romper rutinas de entrenamiento son algunas de las actividades que van a ayudar a captar la atención y el interés de los alumnos.

### Intervenciones didácticas: métodos y estrategias.

Brevemente, vamos a mostrar las líneas sobre las que se va trabajar en cada una de las modalidades deportivas, siendo conscientes que cada programación contará con sus particularidades.

La clave para conseguir un tipo de enseñanza y desarrollo eficaz es la utilización de una alternancia metodológica. Por lo tanto, tendrá cabida tanto un **método** basado en la Reproducción de Modelos (RM) como en el Descubrimiento (D), eso sí, utilizado cada uno en su momento preciso (Ej. RM, aspectos técnicos y D, para los tácticos).

Estos métodos están íntimamente ligados con las **estrategias** a seguir distinguiendo entre la estrategia Global y la Analítica. La primera la relacionamos más con el Descubrimiento, mientras que la analítica está más próxima a la Reproducción de Modelos. Ambas formas de presentar las habilidades a los deportistas siguen el principio de alternancia, decantándonos en la mayoría de los contenidos por la

siguiente secuencia: Global - Analítico – Global.

Como forma de intervención, también se hará uso de métodos más colaborativos como el peer teaching, en el que los alumnos harán uso de sus conocimientos para compartirlos con compañeros.

## **6. LOS MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS**

### **Recursos materiales:**

- Apuntes, archivos, documentos, presentaciones, vídeos, etc. sobre contenidos concretos, elaborados por el profesor o entrenador.
- Fichas de trabajo del alumno elaboradas por el profesor para complementar y reforzar contenidos.
- Material bibliográfico diverso: libros, artículos de revistas o prensa, materiales extraídos de Internet, publicidad, etc. relacionadas con el deporte.
- Pizarra.
- Medios audiovisuales e informáticos (TV, vídeo, ordenador, “cañón” proyector).
- Espacio web específico para el desarrollo de la formación a distancia (Moodle)
- Material deportivo genérico: gomas, alteras, bosu, picas, escaleras, esterillas...
- Material deportivo específico: tabla, palas, aletas, pull...

### **Recursos humanos:**

Las sesiones de entrenamiento serán dirigidas por técnicos de las federaciones implicadas en el programa de tecnificación, estando en posesión del título de entrenador nacional o técnico deportivo superior de la modalidad deportiva. Además, son Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y cuentan con experiencia profesional en el entrenamiento deportivo, tanto como entrenadores como deportistas de alto rendimiento.

Además, todo el proceso de aprendizaje-enseñanza será tutorizado por el coordinador del proyecto y Jefe del Departamento de Educación Física. Participará en todas las funciones propias del profesor titular de la asignatura: control de la asistencia, seguimiento y evaluación de la asignatura, atención a la diversidad del alumnado...

## **7. PLANIFICACIÓN DEL USO DE ESPACIOS Y EQUIPAMIENTOS**

Las clases se desarrollarán habitualmente en la instalación deportiva correspondiente a la modalidad deportiva. Las modalidades acuáticas se llevarán a cabo en el Club Deportivo Marisma. Se utilizará el gimnasio, la piscina, salas polivalentes y la sala de reuniones.

También se utilizarán instalaciones y dependencias del centro educativo. Tanto de carácter inespecífico como específico: aula de informática, gimnasio o patios.

En algunas situaciones se realizarán sesiones en el entorno próximo al centro educativo, sea el parque de Las Llamas o la playa del sardinero. En este último caso se utilizarán las instalaciones y el equipamiento que tiene la Federación Cantabra de Salvamento Acuático en los bajos del Rhin.

## **8. LOS PROCEDIMIENTOS, ACTIVIDADES E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO.**

### **LOS PROCEDIMIENTOS, ACTIVIDADES E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**

Las estrategias e instrumentos de evaluación deberán ser variados para facilitar el acceso al conocimiento y dominio de la modalidad deportiva, habida cuenta de las diferentes características del alumnado, siendo el seguimiento individualizado del alumno y la observación directa y sistemática los instrumentos principales del proceso de evaluación del aprendizaje.

Los instrumentos de evaluación serán:

- Observación de la clase: comportamiento y ejecuciones del alumnado en las tareas propuestas.
- Monitorización de datos objetivos de asistencia, participación, equipación necesaria, retrasos, cumplimiento de normas de seguridad, comportamiento, respeto, etc.
- Pruebas de ejecución práctica: test iniciales y finales.
- Pruebas de conocimientos teóricos: escritas vía Moodle (plataforma web).
- Control del diario del alumno: formulario google forms que contemplan las sesiones de entrenamiento y sus variables.
- Medición de marcas en pruebas de valoración objetiva.

A continuación, se adjuntan dos ejemplos de instrumentos de evaluación que se van a usar para el proceso evaluador (rúbrica de evaluación y parte del diario de sesiones que rellenan cada sesión de entrenamiento los alumnos a través de google forms).

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO  
**Tecnificación Deportiva I**

COMPETENCIA ESPECÍFICA	C.EVAL.	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	ACTIVIDAD	UD
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA 1  30%</b>	<b>1.1 20%</b>	CHECK LIST ACTIVACIÓN	EJECUCIÓN CALENTAMIENTO	
	<b>1.2 35%</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	
		ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES	
	<b>1.3 35%</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	
	<b>1.4 10%</b>	LISTA DE CONTROL DEL RENDIMIENTO	PRÁCTICA DE MONITORIZACIÓN	
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA 2  40%</b>	<b>2.1 50%</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	
		ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES	
	<b>2.2 25%</b>	LISTA DE CONTROL ANÁLISIS COMPETICIÓN	MANGAS O COMPETICIONES EN ENTRENAMIENTOS	
	<b>2.3 15%</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	

	<b>2.4</b> <b>10%</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	CUESTIONARIO ORAL	
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b> <b>3</b>  <b>15%</b>	<b>3.1</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	CUESTIONARIO ORAL	
	<b>75%</b>	ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES	
	<b>3.2</b> <b>15%</b>	ESCALA DE VALORACIÓN TAREA	TAREA COMPLEMENTARIA	
	<b>3.3</b> <b>10%</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	CUESTIONARIO ORAL	
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b> <b>4</b>  <b>15%</b>	<b>4.1, 4.2, 4.3 Y 4.4</b> <b>80%</b>	RÚBRICA PSICOLOGÍA	TALLER PSICOLOGÍA	
	<b>4.1, 4.2, 4.3 Y 4.4</b> <b>20%</b>	ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES	



### **Tecnificación Deportiva II**

COMPETENCIA ESPECÍFICA	C.EVAL.	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	ACTIVIDAD	UD
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA 1</b>	<b>1.1</b>	CHECK LIST ACTIVACIÓN	EJECUCIÓN CALENTAMIENTO	
	<b>20%</b>			
	<b>1.2</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	
	<b>35%</b>	ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES	
	<b>1.3</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	
<b>30%</b>	<b>35%</b>			
	<b>1.4</b>	LISTA DE CONTROL DEL RENDIMIENTO	PRÁCTICA DE MONITORIZACIÓN	
	<b>10%</b>			
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA 2</b>	<b>2.1</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	
	<b>50%</b>	ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES	
	<b>2.2</b>	LISTA DE CONTROL ANÁLISIS COMPETICIÓN	MANGAS O COMPETICIONES EN ENTRENAMIENTOS	
	<b>25%</b>			
	<b>2.3</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	
	<b>15%</b>			

	<b>2.4</b> <b>10%</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	CUESTIONARIO ORAL	
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b> <b>3</b>  <b>15%</b>	<b>3.1</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	CUESTIONARIO ORAL	
	<b>75%</b>	ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES	
	<b>3.2</b> <b>15%</b>	ESCALA DE VALORACIÓN TAREA	TAREA COMPLEMENTARIA	
	<b>3.3</b> <b>10%</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	CUESTIONARIO ORAL	
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b> <b>4</b>  <b>15%</b>	<b>4.1, 4.2, 4.3 Y 4.4</b> <b>80%</b>	RÚBRICA PSICOLOGÍA	TALLER PSICOLOGÍA	
	<b>4.1, 4.2, 4.3 Y 4.4</b> <b>20%</b>	ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES	

### **Tecnificación Deportiva Avanzada I**

COMPETENCIA ESPECÍFICA	C.EVAL.	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	ACTIVIDAD	UD
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA 1</b>  <b>30%</b>	<b>1.1</b> <b>20%</b>	ESCALA NUMÉRICA PLAN ENTRENAMIENTO	PLAN DE ENTRENAMIENTO	1
	<b>1.2</b> <b>35%</b>	LISTA DE CONTROL PRÁCTICA DIRIGIDA	ENTRENAMIENTOS DIRIGIDOS	
		RÚBRICA DE AUTOEVALUACIÓN PRÁCTICA DIRIGIDA	AUTOEVALUACIÓN	
	<b>1.3</b> <b>35%</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	
	<b>1.4</b> <b>10%</b>	LISTA DE CONTROL DEL RENDIMIENTO	PRÁCTICA DE MONITORIZACIÓN	
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA 2</b>  <b>40%</b>	<b>2.1</b> <b>50%</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	
		ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES	
	<b>2.2</b> <b>25%</b>	LISTA DE CONTROL ANÁLISIS COMPETICIÓN	MANGAS O COMPETICIONES EN ENTRENAMIENTOS	
	<b>2.3</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	

	<b>15%</b>			
	<b>2.4</b> <b>10%</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	CUESTIONARIO ORAL	
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b> <b>3</b> <b>15%</b>	<b>3.1</b> <b>75%</b>	ESCALA DE VALORACIÓN HÁBITOS Y SEGURIDAD	APLICACIÓN DE SOLUCIONES EN SITUACIONES PROPUESTAS	
	<b>3.2</b> <b>15%</b>	ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES	
	<b>3.3</b> <b>10%</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	CUESTIONARIO ORAL	
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b> <b>4</b> <b>15%</b>	<b>4.1, 4.2, 4.3 Y 4.4</b> <b>80%</b>	RÚBRICA PSICOLOGÍA	TALLER PSICOLOGÍA	
	<b>4.1, 4.2, 4.3 Y 4.4</b> <b>20%</b>	ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES	

### **Tecnificación Deportiva Avanzada II**

COMPETENCIA ESPECÍFICA	C.EVAL.	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	ACTIVIDAD	UD
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA 1</b>	<b>1.1</b>	ESCALA NUMÉRICA VALORACIÓN PLAN ENTRENAMIENTO	EJECUCIÓN Y VALORACIÓN PLAN DE ENTRENAMIENTO	1
	<b>20%</b>	LISTA DE CONTROL EVALUACIÓN PRÁCTICAS DIRIGIDAS	ENTRENAMIENTOS DIRIGIDOS	
		<b>35%</b>	RÚBRICA DE AUTOEVALUACIÓN PRÁCTICA DIRIGIDA	AUTOEVALUACIÓN
	<b>1.3</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	
	<b>35%</b>			
<b>30%</b>	<b>1.4</b>	LISTA DE CONTROL DEL RENDIMIENTO	PRÁCTICA DE MONITORIZACIÓN	
	<b>10%</b>			
	<b>2.1</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	
		<b>50%</b>	ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA 2</b>	<b>2.2</b>	LISTA DE CONTROL ANÁLISIS COMPETICIÓN	MANGAS O COMPETICIONES EN ENTRENAMIENTOS	
	<b>25%</b>			
<b>40%</b>	<b>2.3</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	

	<b>15%</b>			
	<b>2.4</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	ENTRENAMIENTOS	
	<b>10%</b>			
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b> <b>3</b> <b>15%</b>	<b>3.1</b>	ESCALA DE VALORACIÓN HáBITOS Y SEGURIDAD	APLICACIÓN DE SOLUCIONES EN SITUACIONES PROPUESTAS	
	<b>75%</b>			
	<b>3.2</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	CUESTIONARIO ORAL	
<b>15%</b>				
	<b>3.3</b>	RÚBRICA DE EVALUACIÓN	CUESTIONARIO ORAL	
	<b>10%</b>			
<b>COMPETENCIA ESPECÍFICA</b> <b>4</b> <b>15%</b>	<b>4.1, 4.2, 4.3 Y 4.4</b>	RÚBRICA PSICOLOGÍA	TALLER PSICOLOGÍA	
	<b>80%</b>			
	<b>4.1, 4.2, 4.3 Y 4.4</b>	ESCALA DE VALORACIÓN DIARIOS	DIARIOS DE SESIONES	
	<b>20%</b>			

## 9. DESCRIPCIÓN DE LAS PRUEBAS FINALES Y EXTRAORDINARIAS

*Para todo el proceso de evaluación recogido en este apartado se estará, en todo caso, a lo dispuesto en la Orden EDU/3/2023, de 3 de marzo, citada con anterioridad, en lo que no contradiga al Real Decreto por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional, hasta la implantación de las modificaciones introducidas por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación, en el currículo, la organización y objetivos y programas de cada etapa. Dicho lo cual, se mantendrán los siguientes criterios para los cursos de bachillerato **(los cursos de ESO no tienen según la normativa evaluaciones extraordinarias, por lo que se tendrá en cuenta lo descrito en el apartado anterior)**.*

Respecto a los alumnos de **bachillerato**, se llevará a cabo una prueba en la que se solicitarán varias tareas:

- Prueba teórica sobre saberes de la modalidad deportiva. 25%
- Prueba práctica en la que se exigirán diferentes tareas prácticas que incluirán conceptos técnico – tácticos y reglamentarios. 75%

## 10. LAS MEDIDAS DE REFUERZO Y PROCEDIMIENTOS DE RECUPERACIÓN PARA AQUEL ALUMNADO CUYO PROGRESO NO SEA EL ADECUADO.

La recuperación es una consecuencia lógica de la evaluación. No debe entenderse como una vuelta sobre las mismas actividades, sino que se han de articular las medidas correctoras y vías alternativas ante posibles fallos en el proceso de enseñanza-aprendizaje. La recuperación supone una adaptación curricular concreta, mediante actividades de refuerzo, ampliación, actividades de apoyo y planes individuales de actuación.

Se llevará a cabo una recuperación de cada Unidad Didáctica o evaluación según las características de cada una, utilizando instrumentos como:

Trabajo monográfico de síntesis.

Prueba práctica

Sesiones de refuerzo

Exposición oral de contenidos.

El profesor dispondrá de una mayor atención para esos alumnos cuyo progreso sea más dificultoso, prestándole la ayuda necesaria y asistencia metodológica adecuada para su evolución positiva.



## 11. LAS MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La asignatura de Tecnificación Deportiva, se enmarca dentro del programa ESPADE, la orden *ECD/78/2018, DE 26 DE JUNIO* es la que la regula. Dicho programa se contempla como uno de los requisitos de atención a la diversidad en el Decreto 78/2019, de 24 de mayo, de ordenación de la atención a la diversidad en los centros públicos y privados concertados que imparten enseñanzas no universitarias en la Comunidad Autónoma de Cantabria.

Las medidas, se encuentran especificadas en el apartado de la programación de Educación física XII (bis), por ello, no se explicitan en este texto y se refiere a dicho apartado para su consulta.

## 12. LAS ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Se pretenden acometer diversas actividades complementarias y extraescolares generales dentro del proyecto ESPADE.

En esta asignatura, se va a desarrollar una serie de Jornadas relacionadas con los Hábitos y Cultura Deportiva donde cabe la posibilidad de ser impartido por especialistas ajenos al proyecto.

Su temporalización es la siguiente:

<b>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES</b>	
1 <sup>ER</sup> TRIMESTRE	Nutrición y deporte Visita instalaciones
2 <sup>O</sup> TRIMESTRE	Prevención de lesiones. Deporte adaptado en IES La Albericia Pruebas de Valoración de la condición Física en las casa del deporte de la Albericia
3 <sup>ER</sup> TRIMESTRE	Malos hábitos y doping en el deporte

Las actividades descritas, obviamente son un proyecto de realización, que es lo deseable. Además de éstas, es posible que surjan otras actividades que el departamento considere igualmente de didácticas, por lo que podrán realizarse en un momento dado, algunas más de las inicialmente proyectadas.

## 13. LAS ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN Y LOS PROCEDIMIENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL ALUMNADO CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.

El alumnado que cursa por segunda vez consecutiva un curso (repite), parte de cero a los efectos académicos burocráticos, es decir, no se tiene en cuenta su posible aprobado del curso anterior, ni tampoco su posible suspenso. Esto es válido para todo el alumnado, excepto para aquellos casos de

bachillerato en los que por ley y por opción personal declarada administrativamente, haya estudiantes que cursen de nuevo la asignatura, pese a tenerla ya aprobada del curso anterior. En tal caso podrían darse dos situaciones:

- a) Que la cursen con normalidad, partiendo de cero en todas las asignaturas a efectos académicos, según lo cual recibirán el tratamiento normal seguido por el alumnado matriculado por primera vez en bachillerato: pueden superar o no la materia a lo largo del curso.
- b) Que cursen la asignatura manteniendo su condición de aprobado, en cuyo caso sólo mantendrán la calificación anterior si la nueva no fuera superior, aunque la mejorarían la misma, si durante este nuevo curso, la calificación fuera superior a la anterior. Sin embargo, para estos casos y con objeto de salvaguardar la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje a la que tiene derecho todo el alumnado (especialmente todo el que aún no tiene oficialmente cursada y superada la materia), a aquellos estudiantes del caso b, que pudieran mostrar un comportamiento discente inadecuado y molesto que pueda deteriorar la normal marcha de las enseñanzas, se les aplicará un tratamiento específico encaminado a apartarlos legalmente de la materia, utilizando para ello todas las vías disciplinarias que la ley disponga. Y a este respecto, aún confiando y deseando que no se den casos de esta índole, queremos hacer un llamamiento preventivo a la Inspección Educativa en el sentido de buscar su colaboración constructiva para este tipo de situaciones que con la reciente normativa, podrían llegar a poner en peligro el derecho a una educación de calidad de todo aquel alumnado que está por cursar (y superar) materias que otros ya tienen superada.

El alumnado que pasa a un nuevo curso con la Tecnificación Deportiva evaluada negativamente en el curso anterior, cursa la materia con normalidad y serán sus nuevas evaluaciones las que marcarán la recuperación o no de la materia del curso anterior. Esto se justifica por varias razones: la edad cronológica está directamente relacionada con el baremo de marcas de las pruebas de aptitud física, y las actitudes y comportamientos deben ser tenidos en cuenta de manera actualizada. De todas formas, si el profesor/a que

tenga asignado el curso de cada alumno “pendiente” en cuestión, lo estima oportuno, en el ámbito de su clase, puede plantear al alumno alguna prueba de valoración, ejercicio, tarea o ampliación de programa concretos para llegar a considerar que este alumno “recupere la materia pendiente”. A consecuencia de este proceso de evaluación continuo, el profesor responsable del alumno en el curso presente emitirá en las fechas propuestas por la dirección del centro (para cada evaluación) una calificación del estado de recuperación de la materia pendiente por parte del alumno.

#### **14.LA CONCRECIÓN DE LOS PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS ACORDADOS Y APROBADOS, RELACIONADOS CON EL DESARROLLO DEL CURRÍCULO.**

En este apartado se hace referencia a lo descrito en la programación del departamento de Educación Física, en la que se encuentra integrada la Tecnificación Deportiva, y con lo que se va en consonancia. (*Apartado XIII*)

#### **15.CRITERIOS PARA LA EVALUACIÓN DEL DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE.**

Este apartado tomará como referencia, el apartado número *XIV* de la programación de Educación Física, de esta forma, no repetiremos en esta programación y derivamos a la lectura de dicho apartado.

#### **16.PUNTOS DE MEJORA RELACIONADOS CON EL CURSO ANTERIOR**

Respecto al curso anterior, la mejora que se ha producido en la asignatura es realmente de un alcance muy importante. La entrada en junio de la nueva normativa que modificaba la anterior ha consolidado el programa Espade y la asignatura por defecto en la etapa de bachillerato, en la que en años anteriores su desarrollo se encontraba de una forma un poco irregular.

En la actualidad, la asignatura ya se contempla en los planes de estudios de las dos etapas, ESO y Bachillerato.

Aunque no todo se ha solucionado, ya que siguen dándose

dificultades que provienen de un programa que se sitúa a caballo entre lo deportivo y lo académico. Pese al esfuerzo de la Consejería de Educación por abrir la mano a la Consejería de Deportes, de participar activamente en el desarrollo del programa Espade, y seguir evolucionando en el mismo y en su aplicación, ésta no ha decidido implicarse en un programa pionero en España.

Si es importante constatar, ya que al inicio de curso se dio una situación estresante, la importancia de la carga horaria que el coordinador del programa debe tener. Pese a que la normativa es clara en este aspecto, desde ordenación académica se intentó regular la carga horaria en base a un criterio lógico pero sesgado. Sin ánimo de polemizar, la carga horaria del programa nunca puede ser igual o menor de 6 horas, ya que las horas de presencia directa del coordinador en los entrenamientos es de 6 horas. A partir de ahí, hay que realizar todo el resto de funciones de tutorización y coordinación de asuntos del programa (no es el sitio ni lugar donde exponer dichas funciones), así como otra tarea muy importante, que es la adaptación curricular de la Educación Física de los alumnos de ESO. Expresado lo cual, sería interesante contactar con los coordinadores para saber de sus funciones y tareas y en base a eso establecer la carga horaria.

## **17. ANEXOS. (PÁG. 84)**

Se adjuntan como documentos las programaciones de las dos modalidades deportivas que supervisa el programa en el IES Las Llamas, surf y salvamento y socorrismo deportivo.