

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
Programación didáctica Actividades Acuáticas:
Explorando el Mundo Acuático
Materia optativa 3ºESO
Curso escolar 2025 – 2026
IES LAS LLAMAS



ESPADE
TECNIFICACIÓN DEPORTIVA
IES LAS LLAMAS



ACTIVIDADES ACUÁTICAS:
EXPLORANDO EL MUNDO ACUÁTICO

3ºESO

1. Introducción	pag. 3
2. La contribución de cada materia al desarrollo de las competencias clave, las competencias específicas y su conexión con los descriptores del Perfil de salida.....	pag. 4
3. Los criterios de evaluación y los saberes básicos de cada materia para cada uno de los cursos de dichas etapas, así como la distribución temporal de dichos elementos curriculares en el curso. Organización en función de las unidades didácticas, proyectos interdisciplinares y/o situaciones de aprendizaje que se van a desarrollar.....	pag. 6
4. La concreción de los métodos pedagógicos y didácticos propios del centro para cada uno de los cursos de la etapa correspondiente.....	pag. 9
5. Los materiales y recursos didácticos que se vayan a utilizar.....	pag. 11
6. Los procedimientos, actividades e instrumentos de evaluación, así como los criterios de calificación del aprendizaje del alumnado.	pag. 12
7. Las medidas de refuerzo y procedimientos de recuperación para aquel alumnado cuyo progreso no sea el adecuado.....	pag. 17
8. Las medidas de atención a la diversidad que se van a aplicar....	pag 17
9. Las actividades complementarias y extraescolares que se pretenden realizar desde el departamento.....	pag. 18
10. Las actividades de recuperación y los procedimientos para la evaluación del alumnado con materias pendientes de cursos anteriores, teniendo en cuenta lo que determina a este respecto la normativa vigente....	pag. 18
11. Criterios para la evaluación del desarrollo de la programación y de la práctica docente.....	pag. 18
12. Contexto de aplicación.....	pág 19
13. Criterios de selección del alumnado.....	pag 19

1. Introducción

En un escenario educativo en continuo movimiento y dinamización, nos encontramos ante una asignatura que no solo busca explorar nuevas dimensiones aprendizaje, sino también "sumergir" a nuestros alumnos en un mundo de oportunidades y beneficios para su desarrollo integral. Nos referimos a la asignatura de "Actividades Acuáticas", como una propuesta innovadora, que encuentra su razón de ser en la riqueza de espacios acuáticos y verdes que circundan nuestro instituto, aportando así un conjunto de experiencias educativas únicas de nuestros alumnos.

En el amplio horizonte de la educación física, las actividades acuáticas se erigen como una disciplina singular y enriquecedora que busca sumergir a los estudiantes en un universo de experiencias físicas y emociones únicas. En este contexto, la presente asignatura se presenta como un viaje apasionante que conecta a los alumnos de 3º de ESO con el fascinante mundo de los deportes acuáticos. La localización privilegiada de nuestro instituto, próximo al mar y al centro deportivo Marisma, así como rodeado de espacios verdes como playas y parques, proporciona el escenario perfecto para integrar esta asignatura en el currículo académico.

- **El Mar como Aula Abierta**

El instituto de las Llamas de Santander, ubicado en las proximidades de las playas del Sardinero y la Magdalena, abre las puertas a un aula abierta y dinámica: el océano. Las actividades acuáticas no solo encuentran aquí un entorno idóneo para su práctica, sino que también ofrecen un sinfín de oportunidades para explorar la biología marina, la geografía costera y la importancia de la conservación de los ecosistemas acuáticos. La proximidad al mar no solo constituye un recurso físico sino también una fuente inagotable de inspiración para entender la interconexión entre la actividad física y el medio ambiente.

- **Centro Deportivo: Un Completo Abanico de Oportunidades**

La proximidad a un centro deportivo Marisma, amplía las posibilidades de enriquecer la formación en actividades acuáticas. Las instalaciones especializadas permiten no solo la práctica sino también el perfeccionamiento de habilidades en deportes como la natación, el buceo, el surf y la vela. El acceso a profesionales cualificados y a equipamiento de calidad garantiza un aprendizaje seguro y eficaz.

Además, se fomenta la adopción de hábitos saludables y la promoción de un estilo de vida activo entre los estudiantes.

- **El Espacio Verde como Entorno de Aprendizaje Integral**

Los espacios verdes que rodean nuestro instituto, como playas y parques, se convierten en extensiones naturales de nuestro aula. Estos entornos no solo ofrecen oportunidades para la práctica de actividades acuáticas al aire libre, sino que también se erigen como laboratorios vivos para explorar la biodiversidad, la meteorología y la importancia de la conservación ambiental. La conexión entre el aprendizaje teórico en el aula y la aplicación práctica en estos espacios verdes crea un ciclo educativo completo y motivador.

- **La Importancia de las Actividades Acuáticas en la Salud de los Alumnos de 3º de ESO**

La adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo físico y psicológico de los estudiantes. La práctica de actividades acuáticas ofrece una variedad de beneficios para la salud física, mental y emocional. Éstos serían los más destacados:

1. Beneficios de carácter fisiológico: desarrollo de la resistencia cardiovascular, fortalecimiento muscular y tonificación, bajo impacto en las articulaciones.
2. Mejora de la Flexibilidad y Rango de Movimiento
3. Control del Peso y Quema de Calorías
4. Reducción del Estrés y la Ansiedad
5. Mejora de la Coordinación y Equilibrio
6. Fomento de la Socialización y Trabajo en Equipo
7. Desarrollo de la Autoconfianza y Superación Personal

La combinación de estos beneficios convierte a las actividades acuáticas en una opción integral y saludable para personas de todas las edades, proporcionando no solo un ejercicio físico efectivo, sino también una experiencia enriquecedora para el bienestar general.

En resumen, la asignatura de Actividades Acuáticas para alumnos de 3º de ESO encuentra su justificación en la intersección entre la proximidad geográfica a recursos como el mar y un centro deportivo, junto con la experimentación de diferentes deportes y actividades relacionadas con el medio acuático. Esta propuesta no solo se trata de aprender a nadar o practicar deportes acuáticos, sino de sumergirse en un mundo que integra conocimiento, salud, respeto ambiental y desarrollo personal.

2. La contribución de cada materia al desarrollo de las competencias clave, las competencias específicas y su conexión con los descriptores del Perfil de salida.

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, pero a través de la asignatura de actividades acuáticas, se pretende una diversidad de contenidos, situaciones y contextos de aprendizaje, que provocará 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 así como pautas para la exposición oral de sesiones o ejercicios.
- II. COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIAS BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA. Algunos de los saberes precisan para su análisis 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. 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 va a tener un papel clave.
- IV. **APRENDER A APRENDER.** A través de la asignatura, se inicia al alumnado en el aprendizaje motor de experiencias nuevas y sobre todo en un medio no convencional. Se generan las condiciones adecuadas para, a través de un proceso reflexivo, alcanzar progresivamente mayores niveles de eficacia y autonomía. 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 trabajo de diferentes propuestas irán encaminadas a acciones cooperativas y de equidad motor.
- VI. **SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR.** El desarrollo de esta competencia, vendrá dado fundamentalmente por las actitudes responsables que los alumnos deben presentar en sus decisiones relativas a las prácticas en un medio que genera gran incertidumbre, y en donde la toma de decisiones individuales es fundamental para solventar situaciones, no sólo de desarrollo de la práctica física, sino de prevención de posibles accidentes incluso.
- VII. **CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES.** En una ciudad tan ligada a la mar y sus actividades profesionales, con los años algunas de ellas evolucionaron en prácticas físico – deportivas en el medio acuático. Con la asignatura, daremos importancia al mantenimiento de este tipo de tradiciones arraigadas en la cultura de nuestra ciudad, sin ir más lejos el remo en trainera.

Siguiendo con los nuevos elementos que se han incorporado con la LOMLOE, nos encontramos con las competencias específicas:

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Competencias Específica 1: Conocer y ejecutar diferentes formas de actividad física y deporte relacionados con el medio acuático, practicando y experimentando situaciones recreativas y competitivas en un medio no convencional para conocer y adquirir nuevos conocimientos motrices y posibilidades de actividad física.

Competencias Específica 2: Implementar las habilidades motrices básicas específicas del medio acuático, practicando y experimentando situaciones motrices nuevas, para continuar el desarrollo y ampliación de las habilidades motoras.

Competencias Específica 3: Conocer y experimentar la práctica de deportes y actividades físico – deportivas arraigadas en la cultura propia de la región, identificando y reconociendo actividades físico – deportivas desarrolladas en el medio acuático para crear un arraigo y conocimiento de la cultura marina del entorno cercano.

Competencias Específica 4: Identificar y reconocer los principales impactos medioambientales y riesgos derivados de la práctica deportiva en el medio acuático, reflexionando y mostrando una actitud crítica ante comportamientos imprudentes, contaminantes y potencialmente peligrosos para ejercer prácticas físico – deportivas sostenibles y seguras.

Competencias Específica 5: Descubrir actividades físicas y deportes alejados de estereotipos sexistas, mostrando actitudes de respeto y equidad en la práctica, para consolidar y fortalecer una sociedad igualitaria y justa.

3. Los criterios de evaluación y los saberes básicos de cada materia para cada uno de los cursos de dichas etapas, así como la distribución temporal de dichos elementos curriculares. Organización en función de las unidades didácticas, proyectos interdisciplinares y/o situaciones de aprendizaje que se vayan a desarrollar a lo largo del curso.

SECUENCIACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS

1. U.D. Surf
2. U.D. Remo en remoergómetros
3. U.D. Vela
4. U.D. Actividades acuáticas en piscina
5. U.D. Piragüismo
6. U.D. Buceo
7. U.D. Salvamento y Socorrismo
8. U.D. Actividades acuáticas en playa

SABERES BÁSICOS:

Realizaremos una agrupación de saberes básicos en función de las competencias y directamente relacionados con las unidades didácticas, tal y como vemos a continuación:

Competencia específica 1:

- Deportes y actividades acuáticas: aspectos técnico-tácticos y reglamentarios de cada actividad físico - deportiva.
 - El surf (UD1):
 - Conocimiento de los orígenes e historia,
 - Identificación y uso correcto de los materiales,
 - Cultura de surf y peculiaridades de una actividad recreativa centenaria, pero bisoña como modalidad deportiva
 - Reglamentación básica y aplicación en simulacros de mangas
 - Ejecuciones técnicas básicas (puesta en pie, remada, deslizamientos laterales, etc...).
 - El remo (UD2):
 - Origen del remo como una actividad profesional
 - Embarcaciones y materiales tradicionales y modernos
 - Banco fijo y banco móvil
 - Entrenamiento en seco (uso de remoergómetros o circuitos físico - técnicos)
 - Práctica real en trainera.
 - Piragüismo (UD5):
 - Seguridad en la actividad
 - Variedades de embarcaciones y competiciones
 - Partes y uso de la pala
 - Fases de la palada
 - El giro como acción técnica nuclear
 - Condición física afín a la actividad e higiene postural importante como prevención de posibles lesiones.
 - Natación y actividades acuáticas en piscina (UD4):
 - Técnica 4 estilos de natación
 - Aquarunning y aquafitness: experiencias de actividades dirigidas con soporte musical
 - Iniciación al salvamento profesional en piscina (maniobras de entrada al agua, acercamiento a la víctima, rescate y extracción)
 - Natación sincronizada: contenidos de expresión corporal en el agua.
 - Vela (UD3):
 - Vientos, meteorología y fenómenos costeros como condicionantes de la navegación
 - Embarcaciones y modalidades deportivas
 - Vocabulario y nomenclatura específica de embarcaciones y materiales

- Navegación y maniobras básicas de control de la embarcación (timón, velamen, cabos, ...).
- Buceo autónomo con botella (UD6):
 - Equipo de buceo ligero (máscara, escafpines, chaleco, etc...)
 - Equipo de buceo pesado (botellas, tráquea, regulador, etc...)
 - Conocimiento básico sobre gases y su comportamiento a diferentes presiones
 - Manejo básico del equipo de buceo
 - Control de las medidas básicas de seguridad en la inmersión
 - Código de comunicación subacuático
 - Maniobras básicas de inmersión y desplazamientos en piscina.
- Salvamento acuático (UD7):
 - Disciplinas deportivas
 - Fauna marina
 - Materiales: tipos, usos y mantenimiento
 - Prevención y Rescate: maniobras de actuación de rescate
 - Tabla de rescate: remadas, colocación, desplazamientos, ...
 - Corrientes y mareas
 - Primeros auxilios: RCP, PLS, PAS, ...

Competencia Específica 2

- Surf (UD1)
 - Acciones técnicas previas a la sin ola
 - Acciones técnicas con ola
 - Transferencia entre entrenamiento en seco y surf.
- Piragüismo (UD5)
 - Entradas y salidas del agua. Seguridad en su realización.
 - Acciones técnicas relacionadas con los desplazamientos en piragua.
- Natación (UD4)
 - Desplazamientos en el medio acuático en los diferentes estilos.
 - Ciclos de coordinación respiración – brazada/patada
- Actividades acuáticas en piscina (UD4)
 - Movilidad subacuática en diferentes planos y situaciones con ayuda de material.
 - Actividades para el desarrollo de la condición física en piscina.
- Remo (UD2)
 - Coordinación de fases de remo en remoergómetro
- Buceo (UD6)
 - Maniobra de respiración específica de buceo
 - Desplazamiento subacuático
- Salvamento Deportivo (UD7):

- Habilidades sin material: entradas y salidas del agua y nado específico.
- Habilidades específicas con material: tabla, aletas y tubo de rescate.
- Habilidades específicas de salvamento en arena

Competencia Específica 3

- (UD2) Origen y características de actividades físico-deportivas relacionadas con el medio acuático propias de Cantabria.
- (Todas UD) Habilidades motrices de deportes acuáticos relacionados con la cultura de Cantabria: remo, traineras, vela...
- Uso adecuado del vocabulario propio con deportes acuáticos relacionados con la cultura cántabra.

Competencia Específica 4

- (Todas UD) Actuaciones sostenibles y cuidado del medio acuático.
- (Todas UD) Usos adecuados del medio acuático y el entorno que lo rodea dirigidos a una práctica deportiva y recreativa que tenga un impacto positivo en el medio ambiente.
- (Todas UD) Previsión y prevención de los riesgos asociados a la actividad físico-deportiva en un entorno cambiante como es el acuático.
- (UD7) Protocolos de seguridad específicos, individuales y colectivos, de las actividades a realizar: normas, prevención, transporte de víctimas, RCP...

Competencia Específica 5

- (Todas UD) Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico- deportivos. Presencia en medios de comunicación de las diferentes actividades acuáticas a realizar.
- (Todas UD) Conductas de trabajo cooperativo en diferentes situaciones motrices, en especial aquellas que requieran medidas de seguridad.
- (Todas UD) Identificación, reflexión crítica y rechazo de conductas contrarias a la convivencia y la seguridad en situaciones motrices

4. La concreción de los métodos pedagógicos y didácticos propios del centro para cada uno de los cursos de la etapa correspondiente.

Si hiciéramos un pequeño análisis histórico sobre las evoluciones metodológicas de las diferentes materias, podríamos concluir que la Educación Física es una de las asignaturas que más ha evolucionado en lo que a sus

diferentes maneras de presentar la asignatura. Esta evolución afectará positivamente a la materia de Actividades Acuáticas.

Todos tenemos en la cabeza las clases donde el orden estricto, las filas y el mando directo predominaban sobre cualquier otro tipo de metodología. Afortunadamente hemos evolucionado hacia nuevas formas y recursos metodológicos: métodos basados en la búsqueda, modelos pedagógicos y otras metodologías activas hacen que nuestra materia se encuentre a la vanguardia en lo que a nuevos métodos de trabajo con el alumnado.

Siguiendo esta línea y lo que nos marcan tanto el Real Decreto 217/2022, Real Decreto 243/2022 y el Decreto cántabro 73/2022, debemos ofrecer a nuestros alumnos diferentes y variadas opciones metodológicas. Debemos tener en cuenta una de las principales características de la materia de Actividades Acuáticas, que es su realización en un entorno cambiante que tiene un componente importante de riesgo al realizar las actividades en el medio acuático. Esto nos hace inclinarnos hacia metodologías más directivas con el fin de garantizar la seguridad y el orden en nuestras clases. Aunque no debemos olvidar que se pueden buscar opciones menos dirigidas con el fin de que sean ellos los que encuentren sus propias soluciones dentro de las situaciones motrices planteadas.

En este sentido ofreceremos distintos métodos, estrategias, estilos de enseñanza y modelos pedagógicos en función de las características de nuestro alumnado, los saberes que se impartan y las propias necesidades del centro.

Para abordar con posibilidades de éxito las numerosas situaciones motrices a las que se verá expuesto el alumnado a lo largo de su vida, será preciso desarrollar de manera integral capacidades de carácter cognitivo y motor, pero también afectivomotivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social. De este modo, el alumnado tendrá que aprender a gestionar sus emociones y sus habilidades sociales en contextos variados de práctica motriz. Esto solo se consigue con una adecuada variabilidad metodológica, que vemos explicada en los siguientes cuadros donde se hace referencia a cada uno de los distintos elementos metodológicos presentes en nuestra asignatura.

MÉTODO	
Reproducción de modelos	Mediante la búsqueda
Si prima la seguridad de las acciones, Técnica muy definida Secuencias de movimiento claras.	Aspectos sin técnica. Sin una solución definida. Si varias soluciones son válidas.

ESTRATEGIAS	
Global	Analítica
Acciones realizadas en tu totalidad. Más relacionada con la búsqueda.	Acciones partidas para facilitar su aprendizaje.
• Global pura • Global polarizada • Global modificada	• Analítica pura • Analítica secuencial • Analítica progresiva

ESTILOS DE ENSEÑANZA. Según Delgado Noguera (91)
• ESTILOS TRADICIONALES: ◦ Mando Directo, modificación MD y Asignación de tareas • ESTILOS INDIVIDUALIZADORES: ◦ Trabajos por grupos, Programas individuales y Enseñanza programada. • ESTILOS PARTICIPATIVOS: ◦ Enseñanza Recíproca, Grupos Reducidos ◦ Y Microenseñanza • ESTILOS SOCIALIZADORES • ESTILOS COGNOSCITIVOS: ◦ Descubrimiento guiado ◦ Resolución de problemas • ESTILOS CREATIVOS

5. Los materiales y recursos didácticos que se vayan a utilizar.

Unidad didáctica	Material	Disponibilidad
1. U.D. Surf	Tablas y neoprenos	Federación cántabra de surf y Escuela Obsession
2. Remo con remoergómetros	Material de educación física	Disponible en el departamento
3. U.D. Vela	Material de primeros auxilios	Disponible en el departamento
4. Actividades acuáticas en piscina	Palas, raquetas y pelotas	Se ha solicitado su compra

5. Piragüismo	Bolos, palas...	Disponible en el departamento
6. Buceo	Instalaciones CD Duin Marisma	Acuerdo de colaboración
7. Salvamento y Socorrismo	Bicicletas, mapas y brújulas	Disponible en el departamento
8. Actividades acuáticas en playa		

6. Los procedimientos, actividades e instrumentos de evaluación, así como los criterios de calificación del aprendizaje del alumnado.

A.-EVALUACIÓN

Los referentes básicos para la evaluación serán los criterios de evaluación que se nos marcan desde el decreto 73/2022. Estos serán los que nos guíen a lo largo de todo el proceso de enseñanza aprendizaje y de evaluación del mismo. Esto implica que tanto para la evaluación como para la calificación serán los criterios de evaluación los que nos marquen los resultados académicos de nuestro alumnado.

La evaluación con carácter general se establece en varios planos:

- **Inicial.** Basada en la observación y/o realización de pruebas de valoración estandarizadas. Sirve para el establecimiento de los niveles de partida del alumnado.
- **Continua.** Es la que marca el desarrollo del curso, la constante sucesión de actividades, el encargo de tareas y trabajos, la observación por parte del profesor, el registro de marcas, evolución de los distintos criterios de evaluación, el control de asistencia... son componentes que ayudan a poder establecer una valoración adecuada en cualquier momento del curso, y que oficialmente se expresa en forma de calificación en la 1ª, 2ª y 3ª (Final) evaluaciones. Este tipo de evaluación nos marcaría también las bases de la evaluación cualitativa de finales de octubre.
- **Formativa:** la evaluación debe ser formativa, es decir, que nos ayude a generar aprendizajes. Siguiendo esta línea debemos de tener claro que el alumno es protagonista de su aprendizaje y que tiene derecho a saber como mejorar y como obtener el máximo rendimiento a su trabajo. Es por ello, que se realizará una evaluación formativa que guíe a los alumnos desde el principio hasta el final.
- **Autoevaluación.** El alumno forma parte imprescindible del proceso de evaluación y de la creación de hábitos que mejoren la autonomía. De ahí que se diseñen actividades que fomenten el auto

conocimiento y el espíritu crítico del alumnado. Esto hará que se fomente el aprendizaje, que de otra manera no sería posible. Algunas tareas son diseñadas precisamente para facilitar esta labor por su parte.

- **Evaluación final.** La evaluación final es la manifestación explícita de la calificación al finalizar el curso. Puede provenir de dos vías. 1ª el estado de la evaluación continua al finalizar el curso; y 2ª para aquellos que no hayan superado el curso de forma continua, existe una convocatoria en forma de prueba extraordinaria que, según las directrices marcadas por la Consejería de Educación, se celebrará en junio. Explícitamente para el caso de 1º de bachillerato, contamos con una prueba final en junio y a ella debe presentarse el alumnado que no supera el curso por evaluaciones. En caso de no superar esta prueba final iría con los contenidos pendientes a la extraordinaria unos días después.

- **Evaluación externa.** En aquellas unidades didácticas en las que hay colaboración de entidades externas al IES, aprovechamos tal circunstancia para añadir una evaluación de tipo externo al proceso de evaluación. De esta forma nuestro alumnado disfruta de una valoración ajena a la perspectiva de sus docentes habituales y la programación asegura algunos mecanismos de evaluación externa que resultan fundamentales para asegurar una evaluación de programas que no dependa exclusivamente de la autoevaluación del propio departamento.

B.-PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS Y ACTIVIDADES

Para hacer frente a este apartado debemos tener claro qué son cada uno de estos conceptos, por lo que haremos una asociación de cada uno de ellos con una pregunta sobre la evaluación:

- Procedimientos: ¿Cómo evaluar?
- Instrumentos: ¿Con qué evaluar?
- Actividades: ¿Qué evaluar?

Esto se puede ver reflejado, junto con sus distintas opciones o variantes en el siguiente cuadro:

ACTIVIDAD ¿Qué evaluar?	PROCEDIMIENTO ¿Cómo evaluar?	INSTRUMENTO ¿Con qué evaluar?
Portfolio del alumno	Observación sistemática	Escalas de observación
Exposición oral	Análisis de las producciones de los alumnos	Registro anecdótico
Montajes finales	Intercambios orales	Listas de control

Debates, simulaciones, juegos dramáticos	Pruebas específicas	Rúbricas
Resolución de problemas y ejercicios motrices		Escala de valoración
Grabaciones		Escala graduada
Trabajos escritos		Fichas de seguimiento
Cuaderno de clase		

C. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Como ya hemos comentado, el referente básico para la evaluación serán los criterios de evaluación. Estos los extraemos de la orden EDU 30/2024. Serán los siguientes, tal y como los vemos en el proyecto presentado para la aprobación de la materia:

Competencia Específica 1

1. Practicar diferentes deportes acuáticos conociendo y aplicando sus principales reglas y aspectos técnicos de cada modalidad física practicada.
2. Ejecutar elementos técnicos básicos de las diferentes actividades físico – deportivas practicadas demostrando conocimiento y soltura en su realización.

Competencia Específica 2

1. Incrementar y diversificar el bagaje motor de habilidades motrices participando con interés y dedicación en actividades deportivas y recreativas en el medio acuático.
2. Asimilar nuevas formas de desplazamiento ejecutadas en el medio acuático, incrementando conocimientos y experiencias motrices no convencionales para el ser humano.

Competencia Específica 3

1. Practicar y reconocer deportes y actividades arraigadas en la cultura popular de la comunidad autónoma de Cantabria, identificando sus características vernáculas.
2. Conocer e identificar elementos característicos de la cultura propia de los deportes tradicionales de Cantabria relacionados con el medio acuático, analizando sus orígenes y evolución y conectándolos con la importancia de su relación con el medio marino.

Competencia Específica 4

1. Desarrollar inquietudes y participar en actividades físico-deportivas y recreativas en entornos acuáticos, disfrutando del entorno de manera

sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones en las que se desarrollan.

2. Conocer e identificar protocolos preventivos y de primeros auxilios adaptados al medio acuático y específicos de las diferentes modalidades deportivas trabajadas.

Competencia Específica 5

1. Participar en situaciones de actividad físico – deportiva interviniendo acorde a valores no sexistas, inclusivos e igualitarios.
2. Cooperar en acciones deportivas, asumiendo diferentes roles indiferentemente del sexo y de los estereotipos consolidados si los tuvieran, animando y coordinando esfuerzos para alcanzar el bien común de la práctica realizada.

A continuación, los relacionamos con los instrumentos y actividades de evaluación:

Programación didáctica: Actividades Acuáticas: Explorando el Mundo Acuático

ACTIVIDADES ACUÁTICAS				
COMPETENCIA ESPECÍFICA	C.EVAL. (% curso)	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	ACTIVIDAD	UD
COMPETENCIA ESPECÍFICA 1 35%	1.1 17,5%	Escala de valoración	Práctica surf	1
		Lista de control	Teoría surf	1
		Lista de control	Práctica natación	4
		Escala de valoración	Práctica buceo	6
COMPETENCIA ESPECÍFICA 2 25%	1.2 17,5%	Escala de valoración	Práctica surf	1
		Rúbrica	Práctica piragüismo	5
		Escala de valoración	Práctica buceo	6
COMPETENCIA ESPECÍFICA 3 15%	2.1 10%	Registro anecdótico	Cuaderno del profesor clases en piscina	4
		Lista de control	Teoría natación	4
		Lista de control	Práctica natación	4
		Rúbrica	Práctica piragüismo	5
COMPETENCIA ESPECÍFICA 4 15%	2.2 15%	Escala de valoración	Práctica buceo	6
COMPETENCIA ESPECÍFICA 5 10%	3.1 7,5%	Escala de valoración	Práctica Remo	2
		Registro de acontecimientos	Clases prácticas Vela	3
		Lista de control	Teoría Vela	3
		Lista de control	Teoría Remo	2
COMPETENCIA ESPECÍFICA 6 10%	3.2 7,5%	Registro de acontecimientos	Clases Surf	1
		Registro de acontecimientos	Clases Salvamento y socorrismo	7
		Rúbrica	Práctica Salvamento y Socorrismo	7
		Lista de control	Teoría Salvamento	7
COMPETENCIA ESPECÍFICA 7 10%	4.1 7,5%	Escala de valoración	Práctica Buceo	6
COMPETENCIA ESPECÍFICA 8 10%	4.2 7,5%	Registro de acontecimientos	Clases diarias	Todas

7. Las medidas de refuerzo y procedimientos de recuperación para aquel alumnado cuyo progreso no sea el adecuado.

El marco de referencia para la recuperación serán los criterios de evaluación. Siguiendo esta premisa, se destinarán sesiones de recuperación de contenidos ya impartidos y no superados, con el fin de que todo el alumnado pueda alcanzar y superar lo exigido por los criterios de evaluación. Estas sesiones se ubicarán a final de curso o a lo largo del mismo en función del criterio a recuperar y/o de la disponibilidad de instalaciones.

8. Las medidas de atención a la diversidad que se vayan a aplicar en el curso de que se trate, teniendo en cuenta lo dispuesto en el plan de atención a la diversidad del centro.

Todos los alumnos, en principio, seguirán con normalidad el desarrollo de las clases, entre las metodologías aplicables por el profesorado para atender sus peculiaridades individuales, están los tipos de distribución de agrupamientos, los diferentes niveles de tareas o progresiones de aprendizaje propuestos, las ayudas directas en los ejercicios, la diversificación de tareas, etc.

En cualquier caso, queremos llamar la atención sobre la específica carga de diversidad que presenta esta materia, en la cual, la edad, el género, el grado de madurez biológico, etc. son aspectos que marcan enormes diferencias entre los alumnos, además de las propias habituales de condición física, habilidad y destreza. Además, debemos tener en cuenta que en nuestra materia se dan situaciones puntuales que hacen que el alumnado no pueda seguir la clase con normalidad. Estamos hablando de pequeñas incapacidades temporales, ya que damos por hecho que los alumnos que eligen de manera voluntaria esta asignatura se encuentran en plenas condiciones físicas, sin embargo, puede ser relativamente habitual que nos encontremos con alumnos lesionados, enfermos o temporalmente impedidos para la práctica de actividad física.

Las combinaciones y el tratamiento que se pueden dar son:

a) Las exenciones temporales totales aplazan la realización de contenidos prácticos por parte del alumnado y obligan a diseñar algunas propuestas extra de trabajo teórico. A lo largo de la clase podrán realizar otro tipo de actividades como por ejemplo:

- Roles de ayuda, árbitro, entrenador, etc...
- Diseñar y/o explicar tareas.
- Utilización de medios TIC.
- Programa de readaptación específico.
- Coevaluar a los compañeros.

b) Las exenciones temporales parciales se solucionan evitando que el alumnado ejecute actividades contraindicadas.

Es fundamental entender, que el profesorado hará todo lo posible para que, con las medidas adecuadas, todos los alumnos se hayan y disposición de aprovechar las clases al máximo, dentro siempre de sus posibilidades y teniendo en cuenta los posibles impedimentos temporales que nos podamos encontrar.

9. Las actividades complementarias y extraescolares que se pretenden realizar desde el departamento.

Las actividades complementarias que se tienen programadas para la asignatura de Actividades Acuáticas serán las siguientes:

- Bautismo en trainera: Pedreña. 2ª Evaluación
- Visita fábrica construcción de tablas de surf

10. Las actividades de recuperación y los procedimientos para la evaluación del alumnado con materias pendientes de cursos anteriores.

No hay alumnado que tenga pendiente esta materia de cursos anteriores.

11. Criterios para la evaluación del desarrollo de la programación y de la práctica docente.

La evaluación interna del desarrollo de la programación y de la práctica docente en el departamento se apoya directamente en cierto grado de triangulación (aunque informal) en nuestros quehaceres y propuestas. Esta práctica se ve enriquecida con la habitual presencia complementaria de profesores-Instructores. La cual hace que nos encontremos con nuevas tendencias, propuestas e interpretaciones de la materia. Para cuestiones de tipo cualitativo, como en gran medida lo es el proceso de enseñanza-aprendizaje, la triangulación es imprescindible. No sólo debe contemplarse la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado, sino también el proceso de enseñanza. En este sentido a los datos aportados por la evaluación continua de los alumnos, será necesario añadir otros datos referentes a la validez de la programación, de las actividades de enseñanza diseñadas, de los recursos materiales y personales utilizados, de los tiempos y espacios previstos, de la agrupación de alumnos, de los criterios de evaluación aplicados, y de la propia actuación del profesor.

Para ello, nos serviremos de los siguientes cuadros, que analizan gracias a unos indicadores de logro, ese proceso de enseñanza y que nos permitirá ir reajustando nuestras programaciones, lo que podríamos denominar autoevaluación.

RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN.

INDICADORES DE LOGRO	Sí	No	Obs.
Se han trabajado los contenidos marcados en la Progr.			
El alumnado ha alcanzado los estándares conforme a los C.E.			
Los procedimientos de evaluación han sido adecuados al nivel de los alumnos/as.			
Los instrumentos de evaluación han sido apropiados y suficientes para corroborar y registrar la evolución de los alumnos.			
Los criterios de calificación han sido los adecuados en el tipo y grado de importancia a la hora de calificar al alumno.			

ADECUACIÓN DE LOS MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS, Y LA DISTRIBUCIÓN DE ESPACIOS Y TIEMPOS A LOS MÉTODOS DIDÁCTICOS Y PEDAGÓGICOS UTILIZADOS.

INDICADORES DE LOGRO	Sí	No	Obs.
Los recursos utilizados por el profesor han sido adecuados para la programación de los procesos de enseñanza-aprendizaje.			
Los materiales y recursos didácticos utilizados por el alumnado han sido adecuados a sus intereses y capacidades.			
La distribución de los espacios ha sido acertada para la estimulación de la cooperación y la seguridad en la práctica de actividad física.			
La distribución de los tiempos de las sesiones y actividades físicas ha sido adecuada para el desarrollo de las sesiones y de las actividades programadas en ellas.			

CONTRIBUCIÓN DE LOS MÉTODOS DIDÁCTICOS Y PEDAGÓGICOS A LA MEJORA DEL CLIMA DE AULA.

INDICADORES DE LOGRO	Sí	No	Obs.
Se ha dejado constancia en todo momento que lo primordial para el aprendizaje es una buena convivencia.			
He estado pendiente de todos aquellos conflictos que hayan podido surgir entre los alumnos/as para ayudarles a resolverlos de manera asertiva.			
Se ha llevado un registro de aquellas actuaciones que perjudican la convivencia y se han aplicado correcciones para moldear la conducta.			
He sido de ejemplo para los niños/as como modelo a seguir en la resolución de conflictos y en la expresión de la opinión para el acercamiento de posiciones.			

EFICACIA DE LAS MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

INDICADORES DE LOGRO	Sí	No	Obs.
Todo el alumnado ha recibido los apoyos y refuerzos necesarios en función de las necesidades presentadas.			
Se han tomado medidas específicas adecuadas para que aquellos ANEAE puedan realizar correctamente las actividades.			
Han predominado en primer lugar las medidas ordinarias para contrarrestar todas aquellas dificultades observadas.			
Ha sido necesario aplicar alguna ACI			

12. Contexto de Aplicación

El contexto de aplicación de la programación se desarrolla en el IES Las Llamas de Santander, centro situado en una zona de la ciudad que se caracteriza por un nivel socioeconómico medio alto, donde no es frecuente encontrar situaciones familiares que entorpezcan el proceso de enseñanza aprendizaje. En cuanto al entorno, destacar las posibilidades que el departamento puede explotar, tanto el parque de las Llamas como las playas del Sardinero etc... Esto hace que el aprovechamiento de este espacio como "obligado" y de esta forma paliar también las coincidencias con los grupos del departamento.

A colación con esto anterior, el departamento de Educación Física contemplará la utilización de determinados recreos para el traslado a instalaciones o espacios diferentes donde se llevará a cabo la sesión didáctica.

13. Criterios de selección del alumnado

El alumnado que podrá participar en la optativa es limitado por varios aspectos:

- Seguridad en la realización de actividades. Ya que un volumen alto de personas en la realización de actividades en el medio natural implica un mayor riesgo en su desarrollo, lo cual debe ser una premisa de control el todo momento. *En este punto, desde el departamento de educación física queremos poner el foco en la pérdida de las dos horas lectivas de codocencia que el departamento tenía en esta asignatura y que ya desde el año pasado se han perdido. Considerando este un aspecto muy importante para garantizar que todos los contenidos sean llevados con la mayor supervisión posible.*
- Recursos materiales. Otro aspecto capital es el de los materiales, ya que cuanto más alumnado participe en la asignatura más complicada va a ser la logística. Suponiendo un mayor esfuerzo económico por todas las partes implicadas en el desarrollo de la asignatura.

Debido a estas razones, al final del curso se lleva cabo una prueba de nivel que selecciona a los alumnos que podrán acceder a la asignatura en el siguiente curso. Junto a esta prueba de nivel se añaden otra serie de criterios que hacen una selección lo más objetiva y amplia de espectro posible.

PRUEBAS DE ACCESO A LA ASIGNATURA OPTATIVA "ACTIVIDADES ACUÁTICAS" TD3. 3º ESO

Conocimiento del medio acuático y destrezas suficientes para desenvolverse en las diferentes UU.DD. que se desarrollarán a lo largo del curso.

a.- Pruebas de acceso:

Será necesario pasar las pruebas en piscina que serán las determinantes para la elección.

Durante estas pruebas los alumnos deberán prestar atención (que será valorada) y acudir con el material necesario (bañador, gorro, gafas de piscina, toalla y chanclas), en el caso de no traer el material necesario el alumno/a será eliminado de la prueba.

Estas pequeñas pruebas tienen como fin valorar su nivel motor dentro del agua, realizando

a.1.-Práctica: (hasta 10 puntos)

- 1.- 50 m en cada uno de los estilos Crol, Espalda, Braza y Mariposa.
- 2.- Test de flotabilidad, flotación en posición dorsal durante 20" + flotabilidad vertical: brazos en alto y mantenerse con batido de piernas 1'.
- 3.-Zambullida, tirarse de cabeza desde el poyete de la calle y ver el control del gesto.
- 4.-Buceo en apnea, recoger un aro del fondo con un desplazamiento de unos 12 metros.

a.2.-Preguntas Teóricas

Durante el proceso se les podrá preguntar oralmente diferentes cuestiones básicas sobre:

- 1.-Estilos de natación.
- 2.-Pruebas deportivas de Natación y/o Salvamento
- 3.-Conocimientos en el surf (Tipos de olas, corrientes en playas, ciclos de marea)

Estas apreciaciones se adjuntarán al Excel y notas de cada uno de los participantes.

b.-Obligatoriedad de acudir a la prueba práctica. Los alumnos que no acudan a la prueba por diferentes motivos, podrán inscribirse como alumnos/as en reserva de plaza, en el orden de inscripción y deberán aportar un certificado

de las federaciones Cántabras de Natación o Salvamento o de una escuela oficial/ club deportivo de estas dos especialidades deportivas.

c.- Valoración de la materia de Educación Física (hasta 8 puntos): Los profesores del departamento encargados de la asignatura, considerarán la opinión del profesor de Ed.Física de 2º de ESO del curso anterior como otra valoración importante; se valorarán aspectos como: predisposición al trabajo en equipo, compañerismo, trabajo y esfuerzo en la asignatura, buena predisposición hacia la materia...

d.- Otros criterios (hasta 5 puntos): Las conductas que afectan a las normas de convivencia del centro del alumno/a serán tenidas en cuenta para otorgar puntuación en forma positiva, de tal manera que la ausencia de medidas disciplinarias -partes de incidencias, procedimientos abreviados, procedimientos ordinarios- será valorado positivamente añadiendo hasta 5 puntos en la valoración final de la prueba de nivel.

Esta puntuación, se razona por la importancia de la seguridad que precisa la realización de actividades en el medio natural debido al riesgo inherente de las mismas, es por ello, la importancia de un participante disciplinado para el bienestar y seguridad de todos los alumnos.

Se reservarán 2 plazas para los alumnos en los que el Departamento de Orientación estime como beneficioso para su desarrollo social y educativo, su participación en esta optativa.

Esta última opción será valorada en cada caso por el departamento de Educación Física.