

## Plan de Recuperación del Alumnado con Pendientes de EDUCACIÓN FÍSICA

### 1. Fundamentación normativa

Este plan se ajusta a la normativa vigente y orienta la actuación de los departamentos didácticos para la recuperación de materias pendientes en ESO, Bachillerato, FP y PFP.

- **LOMLOE (Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre)**: marco general del sistema educativo, currículo competencial, promoción y titulación.
- **Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo**: ordenación y enseñanzas mínimas de la ESO.
- **Decreto 235/2022, de 7 de diciembre (CARM)**: currículo de la ESO en la Región de Murcia.
- **Decreto 158/2024, de 18 de julio (CARM)**: modifica el currículo de la ESO en Murcia.
- **Orden de 4 de julio de 2024 (CARM)**: organización y evaluación en ESO y Bachillerato (actas, expedientes, promoción, titulación).
- **Decreto 359/2009, de 30 de octubre (CARM)**: respuesta educativa a la diversidad (medidas ordinarias y específicas).
- **Resolución de 12 de agosto de 2025 (CARM)**: instrucciones de ordenación y organización de la Formación Profesional Básica (CFGB), con capítulo específico de evaluación, promoción y titulación.
- **Orden de 28 de septiembre de 2023 (CARM)**: regula los Programas Formativos Profesionales (PFP) en la Región de Murcia (modalidades Adaptada y Especial, organización, evaluación y certificación).

## 2. Objetivos generales

- a) Garantizar que el alumnado con materias pendientes disponga de un itinerario claro, transparente y alcanzable.
- b) Unificar criterios y procedimientos en todos los departamentos para asegurar coherencia pedagógica y equidad.
- c) Establecer mecanismos de acompañamiento (tutorías, seguimiento individual, uso de recursos) y de evaluación claros, accesibles y conocidos por alumnado y familias.
- d) Favorecer la mejora de resultados y la continuidad académica, en consonancia con los perfiles competenciales del currículo.

## 3. Directrices comunes para todos los departamentos

Cada departamento elaborará su plan específico siguiendo parámetros comunes de comunicación y seguimiento

## 4. Supervisión y coordinación

- Cada departamento entregará su plan de recuperación a Jefatura de Estudios antes de la fecha límite establecida: 15 de octubre.
- El Equipo Directivo verificará la coherencia con estas directrices comunes.
- La Comisión de coordinación pedagógica podrá realizar seguimiento y proponer mejoras para cursos sucesivos.

## Plantilla de Plan de Recuperación para Departamentos:

### 1º E.S.O. EDUCACIÓN FÍSICA

Completa una fila por Materia/Curso. Añada filas si es necesario. Sea conciso y refiera, cuando proceda, las competencias específicas y saberes del Decreto 235/2022.

Competencias / Saberes básicos	Actividades de recuperación	Instrumentos de evaluación	Calendario (Entregas / Pruebas)
Bloque A: Vida activa y saludable: 01.- tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Educación postural: relajación. Cuidado del cuerpo. Calentamiento general autónomo. Pautas para prevenir, y en su caso tratar el dolor muscular de origen retardado.			
Bloque B: Organización y gestión de la actividad física: 03.- La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva	Para aprobar la asignatura pendiente del año/os anterior/es, en todos los cursos, el alumno/a debe aprobar la 1 <sup>a</sup> y 2 <sup>a</sup> evaluación (en ambas se debe tener una nota igual o superior a 5). Si el caso que al alumno/a superara este caso, obtendría una nota final de la asignatura pendiente igual a la media de la 1 <sup>a</sup> y 2 <sup>a</sup> evaluaciones del nivel que esté cursando.	- ESCALA DE OBSERVACIÓN, - LISTA DE CONTROL, - EXPOSICIONES, - ACTIVIDADES DE COLABORACIÓN – OPOSICIÓN, COREOGRAFÍA GRUPAL	Para aprobar la asignatura pendiente del año/os anterior/es, en todos los cursos, el alumno/a debe aprobar la 1 <sup>a</sup> y 2 <sup>a</sup> evaluación
Bloque B: Organización y gestión de la actividad física: 06.- Actuación ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.			
Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices: 01.- Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.			
Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices: 03.- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.			

<p>Bloque D: Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: 01.- Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico - deportivos.</p>	<p>De no ser así, tendrán otra oportunidad en la 3<sup>a</sup> evaluación, donde deberán realizar 3 tareas competenciales o pruebas específicas de educación física (una por cada trimestre), siendo estas presentadas con fecha límite del 20 de mayo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- RETOS</li> <li>- FICHAS DE E.F.</li> <li>- EXAMEN TEÓRICO</li> </ul>	<p>De no ser así, deberán realizar 3 tareas competenciales o pruebas específicas de educación física (una por cada trimestre),</p> <p>Fecha límite del 20 de mayo.</p>
<p>Bloque D: Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: 03.- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.</p>			
<p>Bloque D: Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: 04.- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices. Asertividad y autocuidado.</p>			
<p>Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices: 04.- Creatividad motriz. Resolución de retos y situaciones - problema de forma original, en propuestas individuales.</p>			
<p>Bloque E: Manifestaciones de la cultura motriz: 03.- Práctica de actividades rítmico – musicales con carácter artístico – expresivo.</p>			
<p>Bloque F: Interacción eficiente y sostenible con el entorno: 02.- Análisis del riesgo en las prácticas físico - deportivas en el medio natural y urbano. Medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos</p>			

## Plantilla de Plan de Recuperación para Departamentos:

### 2º E.S.O. EDUCACIÓN FÍSICA

Completa una fila por Materia/Curso. Añada filas si es necesario. Sea conciso y refiera, cuando proceda, las competencias específicas y saberes del Decreto 235/2022.

Competencias / Saberes básicos	Actividades de recuperación	Instrumentos de evaluación	Calendario (Entregas / Pruebas)
A. Vida activa y saludable: Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.			
B. Organización y gestión de la actividad física: Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.	Para aprobar la asignatura pendiente del año/os anterior/es, en todos los cursos, el alumno/a debe aprobar la 1 <sup>a</sup> y 2 <sup>a</sup> evaluación (en ambas se debe tener una nota igual o superior a 5). Si el caso que al alumno/a superara este caso, obtendría una nota final de la asignatura pendiente igual a la media de la 1 <sup>a</sup> y 2 <sup>a</sup> evaluaciones del nivel que esté cursando.	- ESCALA DE OBSERVACIÓN, - LISTA DE CONTROL, - EXPOSICIONES, - ACTIVIDADES DE COLABORACIÓN – OPOSICIÓN, COREOGRAFÍA GRUPAL	Para aprobar la asignatura pendiente del año/os anterior/es, en todos los cursos, el alumno/a debe aprobar la 1 <sup>a</sup> y 2 <sup>a</sup> evaluación
B. Organización y gestión de la actividad física: La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.			
B. Organización y gestión de la actividad física: Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB).			
C. Resolución de problemas en situaciones motrices: Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales.			

C. Resolución de problemas en situaciones motrices: Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico deportivas.		- RETOS - FICHAS DE E.F. - EXAMEN TEÓRICO	De no ser así, deberán realizar 3 tareas competenciales o pruebas específicas de educación física (una por cada trimestre),
C. Resolución de problemas en situaciones motrices: Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en grupo	De no ser así, tendrán otra oportunidad en la 3 <sup>a</sup> evaluación, donde deberán realizar 3 tareas competenciales o pruebas específicas de educación física (una por cada trimestre), siendo estas presentadas con fecha límite del 20 de mayo.		
D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo			
D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado			
E. Manifestaciones de la cultura motriz: Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas de interpretación			
E. Manifestaciones de la cultura motriz: Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Las danzas como manifestación de la interculturalidad			
F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno: Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible			

## Plantilla de Plan de Recuperación para Departamentos:

### 3º E.S.O. EDUCACIÓN FÍSICA

Completa una fila por Materia/Curso. Añada filas si es necesario. Sea conciso y refiera, cuando proceda, las competencias específicas y saberes del Decreto 235/2022.



## IES MARIANO BAQUERO

Torre de Romo 88, Murcia, 30011  
Tfno.: 968340262/64  
[www.iesmariano.baquero.es](http://www.iesmariano.baquero.es)  
30010966@murciaeduca.es



Competencias / Saberes básicos	Actividades de recuperación	Instrumentos de evaluación	Calendario (Entregas / Pruebas)
<p>A. Vida activa y saludable: Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Alimentación saludable, alimentos no saludables y similares. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo</p>			
<p>B. Organización y gestión de la actividad física: Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física</p>	<p>Para aprobar la asignatura pendiente del año/os anterior/es, en todos los cursos, el alumno/a debe aprobar la 1<sup>a</sup> y 2<sup>a</sup> evaluación (en ambas se debe tener una nota igual o superior a 5). Si el caso que al alumno/a superara este caso, obtendría una nota final de la asignatura pendiente igual a la media de la 1<sup>a</sup> y 2<sup>a</sup> evaluaciones del nivel que esté cursando.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ESCALA DE OBSERVACIÓN,</li> <li>- LISTA DE CONTROL,</li> <li>- EXPOSICIONES,</li> <li>- ACTIVIDADES DE COLABORACIÓN – OPOSICIÓN, COREOGRAFÍA GRUPAL</li> <li>- RETOS</li> <li>- FICHAS DE E.F.</li> <li>- EXAMEN TEÓRICO</li> </ul>	<p>Para aprobar la asignatura pendiente del año/os anterior/es, en todos los cursos, el alumno/a debe aprobar la 1<sup>a</sup> y 2<sup>a</sup> evaluación</p>
<p>B. Organización y gestión de la actividad física: Actuaciones ante accidentes. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).</p>			
<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices: Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil</p>			<p>De no ser así, deberán realizar 3 tareas competenciales o pruebas específicas de educación física (una por cada trimestre),</p>
<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices: Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.</p>			



## IES MARIANO BAQUERO

Torre de Romo 88, Murcia, 30011  
Tfno.: 968340262/64  
[www.iesmariano.baquero.es](http://www.iesmariano.baquero.es)  
30010966@murciaeduca.es



C. Resolución de problemas en situaciones motrices: Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles	De no ser así, tendrán otra oportunidad en la 3 <sup>a</sup> evaluación, donde deberán realizar 3 tareas competenciales o pruebas específicas de educación física (una por cada trimestre), siendo estas presentadas con fecha límite del 20 de mayo.	Fecha límite del 20 de mayo.
D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.		
D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.		
E. Manifestaciones de la cultura motriz: Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.		
E. Manifestaciones de la cultura motriz: Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.		
F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno: Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.		

### Plantilla de Plan de Recuperación para Departamentos:

#### 1º BACHILLERATO. EDUCACIÓN FÍSICA

Completa una fila por Materia/Curso. Añada filas si es necesario. Sea conciso y refiera, cuando proceda, las competencias específicas y saberes del Decreto 235/2022.

Competencias / Saberes básicos	Actividades de recuperación	Instrumentos de evaluación	Calendario (Entregas / Pruebas)



## IES MARIANO BAQUERO

Torre de Romo 88, Murcia, 30011  
Tfno.: 968340262/64  
[www.iesmariano.baquero.es](http://www.iesmariano.baquero.es)  
30010966@murciaeduca.es



A. Vida activa y saludable: Salud física: programa personal de actividad física	<p>Al no tener continuidad la asignatura por no cursar en 2º bachillerato la asignatura optativa de educación físico - deportiva y salud (al no poder ofertarse), las actividades serán las siguientes:</p> <p>Tendrá que realizar varias tareas competenciales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 plan de desarrollo de la condición física (1er trimestre);</li> <li>- 1 exposición de clases dirigidas (crossfit, pilates o yoga) + 1 exposición de nutrición (2º trimestre);</li> <li>- 1 dramatización de un cuento (3er trimestre).</li> </ul> <p>Dichas pruebas específicas o tareas competenciales serán publicadas en la clase de Classroom creada específicamente por el departamento de Educación Física para ello (código: onhj7qk3).</p> <p>Las directrices de esa tarea las proporcionará el profesorado a principio del curso 2025-26.</p> <p>La fecha límite para la presentación de estas tareas las irá especificando el profesor en el Classroom especificado en el párrafo anterior.</p> <p>La nota final será del curso será la sumatoria de los criterios de evaluación incluidas en las pruebas específicas o tareas competenciales.</p>	<p>Tendrá que realizar varias tareas competenciales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ESCALA DE OBSERVACIÓN</li> <li>- LISTA DE CONTROL,</li> <li>- EXPOSICIONES</li> <li>- ACTIVIDADES DE COLABORACIÓN – OPOSICIÓN,</li> <li>- COREOGRAFÍA INDIVIDUAL</li> <li>- RETOS</li> <li>- FICHAS DE E.F.</li> <li>- EXAMEN TEÓRICO</li> </ul>	<p>Tendrá que realizar varias tareas competenciales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 plan de desarrollo de la condición física (1er trimestre);</li> <li>- 1 exposición de clases dirigidas (crossfit, pilates o yoga) + 1 exposición de nutrición (2º trimestre);</li> <li>- 1 dramatización de un cuento (3er trimestre).</li> </ul> <p>Fecha límite del 10 de mayo.</p>
A. Vida activa y saludable: Salud social: prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva.			
B. Organización y gestión de la actividad física: Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva			
C. Resolución de problemas en situaciones motrices: Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que correspondan a sus intereses.			
D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: Desempeño de roles y funciones relacionadas con el deporte: arbitraje, entrenador, participante y otros.			
D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).			
E. Manifestaciones de la cultura motriz: Técnicas específicas de expresión corporal.			
E. Manifestaciones de la cultura motriz: Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva.			
F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno: Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y la del grupo			



## IES MARIANO BAQUERO

Torre de Romo 88, Murcia, 30011  
Tfno.: 968340262/64  
[www.iesmarianobaquero.es](http://www.iesmarianobaquero.es)  
30010966@murciaeduca.es



### Plantilla de Plan de Recuperación para Departamentos:

#### CFGB I. EDUCACIÓN FÍSICA

Completa una fila por Materia/Curso. Añada filas si es necesario. Sea conciso y refiera, cuando proceda, las competencias específicas y saberes del Decreto 235/2022.

Competencias / Saberes básicos	Actividades de recuperación	Instrumentos de evaluación	Calendario (Entregas / Pruebas)
1. Participa de manera activa en las actividades propuestas en clase, respetando las normas establecidas y mostrando actitudes de colaboración y respeto con los compañeros.	Para aprobar la asignatura pendiente del año/os anterior/es, en todos los cursos,		

<p>2. Desarrolla las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.</p>	<p>el alumno/a debe aprobar la 1<sup>a</sup> y 2<sup>a</sup> evaluación (en ambas se debe tener una nota igual o superior a 5). Si el caso que al alumno/a superara este caso, obtendría una nota final de la asignatura pendiente igual a la media de la 1<sup>a</sup> y 2<sup>a</sup> evaluaciones del nivel que esté cursando.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ESCALA DE OBSERVACIÓN,</li> <li>- LISTA DE CONTROL,</li> <li>- EXPOSICIONES,</li> <li>- ACTIVIDADES DE COLABORACIÓN – OPOSICIÓN,</li> <li>- COREOGRAFÍA GRUPAL</li> <li>- RETOS</li> <li>- FICHAS DE E.F.</li> <li>- EXAMEN TEÓRICO</li> </ul>	<p>Para aprobar la asignatura pendiente del año/os anterior/es, en todos los cursos, el alumno/a debe aprobar la 1<sup>a</sup> y 2<sup>a</sup> evaluación</p>
<p>3. Conoce y realiza calentamientos específicos adaptados a las modalidades deportivas practicadas en clase.</p>			
<p>4. Resuelve situaciones motrices individuales aplicando fundamentos técnicos y habilidades específicas en las actividades físicas y deportivas propuestas en condiciones adaptadas y reales.</p>			
<p>5. Resuelve situaciones motrices de adversario, deportes de palas y raquetas aplicando fundamentos técnicos y habilidades específicas en las actividades físicas y deportivas propuestas en condiciones adaptadas y reales.</p>	<p>De no ser así, tendrán otra oportunidad en la 3<sup>a</sup> evaluación, donde deberán realizar 3 tareas competenciales o pruebas específicas de educación física (una por cada trimestre), siendo estas presentadas con fecha límite del 20 de abril.</p>		<p>De no ser así, deberán realizar 3 tareas competenciales o pruebas específicas de educación física (una por cada trimestre),</p>
<p>6. Resuelve situaciones motrices de colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p>			
<p>7. Reconoce las posibilidades que ofrecen las actividades físicas y deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p>	<p>Estas tareas se las proporcionará el profesor En el classroom de la asignatura</p>		<p>Fecha límite del 20 de abril.</p>