

4. EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

CARACTERÍSTICAS

La etapa de Educación Secundaria Obligatoria se organiza en materias y comprende dos ciclos, el primero de tres cursos escolares y el segundo de uno. El segundo ciclo o cuarto curso de la Educación Secundaria Obligatoria tendrá un carácter fundamentalmente propedéutico.

4.1 Características de la programación de Educación Física en el primer ciclo (1.º 2.º y 3.º de ESO)

El primer ciclo de la Educación Secundaria, que agrupa al alumnado de 12, 13 y 14 años, constituye un salto cualitativo importante entre los dos bloques educativos que conforman nuestro sistema educativo: la Educación Primaria y la Educación Secundaria. Esta etapa formativa coincide con el comienzo de la adolescencia, fase especialmente crítica en el desarrollo madurativo de las personas tanto en los aspectos físicos como sociales y psicológicos.

Además, nuestros jóvenes se enfrentan a una sociedad cuyas características plantean dificultades añadidas a las propias de esta fase de la vida: la pérdida de puntos de referencia sólidos, el abuso del tiempo dedicado a los medios informáticos y de los videojuegos, la falta de espacios naturales para el desarrollo motor, el sedentarismo, los malos hábitos alimentarios, la falta de motivación para el aprendizaje, la influencia de los medios de comunicación o la preponderancia de los aspectos materiales frente a los factores éticos y morales.

Las actividades que promueve esta programación pretenden facilitar la maduración y la integración de nuestros alumnos en una sociedad difícil para ellos, donde la necesidad de autoafirmación e independencia del mundo adulto empieza a ser una premisa presente en sus vidas. Las sesiones de clase se centran en el alumno, se prima el proceso de aprendizaje frente al resultado final, donde las actuaciones motrices no son el fin del proceso educativo, sino el instrumento o la herramienta con la que el profesor de Educación Física guía el proceso de enseñanza.

Las sesiones de clase del área de Educación Física suponen un intento de respetar el proceso de aprendizaje de cada alumno y una incitación a la participación. También suponen que el alumno se encuentre a gusto realizando las propuestas que desarrolla en nuestras clases cuando la exigencia motriz se adapta a sus posibilidades, facilitando de esta manera su integración en el grupo de clase y, a la vez, la aceptación de los diferentes niveles motrices que se dan en las edades puberales, relacionados en la mayoría de los casos más con la edad biológica de los alumnos que con su edad cronológica.

Las tareas colectivas, las propuestas globales, la búsqueda de soluciones, los aprendizajes individuales, la autoevaluación y la enseñanza recíproca constituyen situaciones habituales en nuestras clases. Las situaciones didácticas basadas en la reproducción de modelos intentan evitarse en la medida de lo posible, aunque pueden facilitar la adquisición de una competencia motriz suficiente para otros aprendizajes significativos y participativos.

4.2 Características de la programación de Educación Física en el segundo ciclo (4º de ESO)

El segundo ciclo de la Educación Secundaria se centra en el alumnado de 15 y 16 años. Esta etapa formativa coincide con la plena adolescencia, fase especialmente crítica en el desarrollo madurativo de las personas tanto en los aspectos físicos como sociales y psicológicos.

Las actividades que se desarrollan en el área de Educación Física para estas edades están planificadas teniendo en cuenta las características de estas edades: la creatividad, la originalidad y la inquietud de todo adolescente por conocer cosas nuevas.

Se pretende, por tanto, incidir positivamente en el cambio del desarrollo evolutivo del alumnado: antes de esta etapa el pensamiento era concreto; ahora, en estas edades, comienza la adquisición del pensamiento formal con el que van a poder relacionar los elementos de un problema y desarrollar

así su capacidad de análisis, síntesis, comprensión de ideas abstractas, crear hipótesis y razonar a partir de ellas, y luego confrontar las soluciones con la realidad. Este cambio nos va a ser muy útil para poder utilizar, siempre que podamos, metodologías en las que el alumnado deberá solucionar los problemas que nosotros planteemos.

A través de los estilos de enseñanza-aprendizaje basados en el descubrimiento favoreceremos este proceso madurativo de los alumnos, intentando que cuando hayan acabado la ESO hayan adquirido el pensamiento formal.

Un aspecto muy importante que hay que tener en cuenta en estas edades de la adolescencia es el temor a no ser aceptados en su nueva imagen corporal. Al cambiarles el cuerpo, algunos adolescentes suelen tener gran preocupación por su apariencia física y en muchos casos les crea inseguridades, por esto es típico en estas edades tener algún tipo de complejo con su cuerpo y sus movimientos.

Con una metodología adaptada y pensada en las características individuales de cada alumno se puede contribuir a que estos superen sus complejos e inseguridades, reafirmando su forma de moverse y su imagen corporal aumentando, en definitiva, su autoestima.

Muchas de las actividades que se desarrollan en las clases de Educación Física están enfocadas al trabajo en grupo, lo que fomenta el acercamiento entre el alumnado y teje una red social que va a facilitar la pertenencia a un grupo, que es otra de las características del alumnado de estas edades.

Lejos queda la concepción educativa basada en el “conductismo”, donde todos los alumnos tenían que hacer lo mismo y de la misma forma para llegar a un mismo resultado. No interesaba el proceso, sino el resultado. El alumno llegaba a dominar una serie de automatismos, pero carecía de unos esquemas motrices que pudieran ayudarle a resolver cualquier situación.

Hoy en día, con la concepción educativa basada en el “constructivismo”, somos conscientes de que el conocimiento debe ser construido y elaborado por los mismos alumnos. De esta manera, los profesores nos convertimos en guías del proceso de enseñanza-aprendizaje dotando a nuestros alumnos de estrategias para aprender a aprender, para que cada vez sean más autónomos. Se pretende, de esta manera, que el aprendizaje de nuestros alumnos sea significativo y que lleguen a relacionar el contenido que están aprendiendo con aquellos que ya tenían.

Otro aspecto de los contenidos de este ciclo educativo es la funcionalidad de las actividades físico deportivas propuestas, es decir, que lo que el alumnado aprenda en nuestras clases le sirva en su vida cotidiana. Muchas de las actividades que se proponen en el área de Educación Física ponen en juego los aspectos cognitivos, motrices, afectivos o sociales de los alumnos.

OBJETIVOS GENERALES DE LA E.S.O.

El artículo 11 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, establece los siguientes **objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria**, de tal manera que esta etapa educativa deberá contribuir a desarrollar en los alumnos las capacidades que les permitan:

Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.

Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos.

Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o

circunstancia personal o social.

Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.

Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.

Concebir el conocimiento científico como un saber integrado que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.

Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.

Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación

COMPETENCIAS CLAVE

En todos los contenidos se intentará promover las siguientes competencias básicas:

1. Comunicación lingüística.

La competencia en comunicación lingüística es el resultado de la acción comunicativa dentro de prácticas sociales determinadas, en las cuales el individuo actúa con otros interlocutores y a través de textos en múltiples modalidades, formatos y soportes. Estas situaciones y prácticas pueden implicar el uso de una o varias lenguas, en diversos ámbitos y de manera individual o colectiva. Para ello el individuo dispone de su repertorio plurilingüe, parcial, pero ajustado a las experiencias comunicativas que experimenta a lo largo de la vida. Las lenguas que utiliza pueden haber tenido vías y tiempos distintos de adquisición y constituir, por tanto, experiencias de aprendizaje de lengua materna o de lenguas extranjeras o adicionales.

Esta visión de la competencia en comunicación lingüística vinculada con prácticas sociales determinadas ofrece una imagen del individuo como agente comunicativo que produce, y no sólo recibe, mensajes a través de las lenguas con distintas finalidades. Valorar la relevancia de esta afirmación en la toma de decisiones educativas supone optar por metodologías activas de aprendizaje (aprendizaje basado en tareas y proyectos, en problemas, en retos, etcétera), ya sean estas en la lengua materna de los estudiantes, en una lengua adicional o en una lengua extranjera, frente a opciones metodológicas más tradicionales.

Además, la competencia en comunicación lingüística representa una vía de conocimiento y contacto con la diversidad cultural que implica un factor de enriquecimiento para la propia competencia y que adquiere una particular relevancia en el caso de las lenguas extranjeras. Por tanto, un enfoque intercultural en la enseñanza y el aprendizaje de las lenguas implica una importante contribución al desarrollo de la competencia en comunicación lingüística del alumnado.

2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.

La competencia matemática y las competencias básicas en ciencia y tecnología inducen y fortalecen algunos aspectos esenciales de la formación de las personas que resultan fundamentales para la vida.

En una sociedad donde el impacto de las matemáticas, las ciencias y las tecnologías es determinante, la consecución y sostenibilidad del bienestar social exige conductas y toma de decisiones personales estrechamente vinculadas a la capacidad crítica y visión razonada y razonable de las personas.

3. Competencia digital.

La competencia digital es aquella que implica el uso creativo, crítico y seguro de las tecnologías de la información y la comunicación para alcanzar los objetivos relacionados con el trabajo, la empleabilidad, el aprendizaje, el uso del tiempo libre, la inclusión y participación en la sociedad.

Esta competencia supone, además de la adecuación a los cambios que introducen las nuevas tecnologías en la alfabetización, la lectura y la escritura, un conjunto nuevo de conocimientos, habilidades y actitudes necesarias hoy en día para ser competente en un entorno digital.

Requiere de conocimientos relacionados con el lenguaje específico básico: textual, numérico, icónico, visual, gráfico y sonoro, así como sus pautas de decodificación y transferencia. Esto conlleva el conocimiento de las principales aplicaciones informáticas.

Supone también el acceso a las fuentes y el procesamiento de la información; y el conocimiento de los derechos y las libertades que asisten a las personas en el mundo digital.

Igualmente precisa del desarrollo de diversas destrezas relacionadas con el acceso a la información, el procesamiento y uso para la comunicación, la creación de contenidos, la seguridad y la resolución de problemas, tanto en contextos formales como no formales e informales. La persona ha de ser capaz de hacer un uso habitual de los recursos tecnológicos disponibles con el fin de resolver los problemas reales de un modo eficiente, así como evaluar y seleccionar nuevas fuentes de información e innovaciones tecnológicas, a medida que van apareciendo, en función de su utilidad para acometer tareas u objetivos específicos.

La adquisición de esta competencia requiere además actitudes y valores que permitan al usuario adaptarse a las nuevas necesidades establecidas por las tecnologías, su apropiación y adaptación a los propios fines y la capacidad de interactuar socialmente en torno a ellas. Se trata de desarrollar una actitud activa, crítica y realista hacia las tecnologías y los medios tecnológicos, valorando sus fortalezas y debilidades y respetando principios éticos en su uso. Por otra parte, la competencia digital implica la participación y el trabajo colaborativo, así como la motivación y la curiosidad por el aprendizaje y la mejora en el uso de las tecnologías

4. Aprender a aprender.

La competencia de aprender a aprender es fundamental para el aprendizaje permanente que se produce a lo largo de la vida y que tiene lugar en distintos contextos formales, no formales e informales.

Esta competencia se caracteriza por la habilidad para iniciar, organizar y persistir en el aprendizaje. Esto exige, en primer lugar, la capacidad para motivarse por aprender.

Esta motivación depende de que se genere la curiosidad y la necesidad de aprender, de que el estudiante se sienta protagonista del proceso y del resultado de su aprendizaje y, finalmente, de que llegue a alcanzar las metas de aprendizaje propuestas y, con ello, que se produzca en él una

percepción de auto-eficacia. Todo lo anterior contribuye a motivarle para abordar futuras tareas de aprendizaje.

En segundo lugar, en cuanto a la organización y gestión del aprendizaje, la competencia de aprender a aprender requiere conocer y controlar los propios procesos de aprendizaje para ajustarlos a los tiempos y las demandas de las tareas y actividades que conducen al aprendizaje. La competencia de aprender a aprender desemboca en un aprendizaje cada vez más eficaz y autónomo.

Esta competencia incluye una serie de conocimientos y destrezas que requieren la reflexión y la toma de conciencia de los propios procesos de aprendizaje. Así, los procesos de conocimiento se convierten en objeto del conocimiento y, además, hay que aprender a ejecutarlos adecuadamente.

Aprender a aprender incluye conocimientos sobre los procesos mentales implicados en el aprendizaje (cómo se aprende). Además, esta competencia incorpora el conocimiento que posee el estudiante sobre su propio proceso de aprendizaje que se desarrolla en tres dimensiones: a) el conocimiento que tiene acerca de lo que sabe y desconoce, de lo que es capaz de aprender, de lo que le interesa, etcétera; b) el conocimiento de la disciplina en la que se localiza la tarea de aprendizaje y el conocimiento del contenido concreto y de las demandas de la tarea misma; y c) el conocimiento sobre las distintas estrategias posibles para afrontar la tarea.

5. Competencias sociales y cívicas.

Las competencias sociales y cívicas implican la habilidad y capacidad para utilizar los conocimientos y actitudes sobre la sociedad, entendida desde las diferentes perspectivas, en su concepción dinámica, cambiante y compleja, para interpretar fenómenos y problemas sociales en contextos cada vez más diversificados; para elaborar respuestas, tomar decisiones y resolver conflictos, así como para interactuar con otras personas y grupos conforme a normas basadas en el respeto mutuo y en convicciones democráticas.

Además de incluir acciones a un nivel más cercano y mediato al individuo como parte de una implicación cívica y social.

Se trata, por lo tanto, de aunar el interés por profundizar y garantizar la participación en el funcionamiento democrático de la sociedad, tanto en el ámbito público como privado, y preparar a las personas para ejercer la ciudadanía democrática y participar plenamente en la vida cívica y social gracias al conocimiento de conceptos y estructuras sociales y políticas y al compromiso de participación activa y democrática.

6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

La competencia sentido de iniciativa y espíritu emprendedor implica la capacidad de transformar las ideas en actos. Ello significa adquirir conciencia de la situación a intervenir o resolver, y saber elegir, planificar y gestionar los conocimientos, destrezas o habilidades y actitudes necesarios con criterio propio, con el fin de alcanzar el objetivo previsto.

Esta competencia está presente en los ámbitos personal, social, escolar y laboral en los que se desenvuelven las personas, permitiéndoles el desarrollo de sus actividades y el aprovechamiento de nuevas oportunidades. Constituye igualmente el cimiento de otras capacidades y con conocimientos más específicos

7. Conciencia y expresiones culturales.

La competencia en conciencia y expresión cultural implica conocer, comprender, apreciar y valorar con espíritu crítico, con una actitud abierta y respetuosa, las diferentes manifestaciones culturales y artísticas, utilizarlas como fuente de enriquecimiento y disfrute personal y considerarlas como parte de la riqueza y patrimonio de los pueblos.

Esta competencia incorpora también un componente expresivo referido a la propia capacidad estética y creadora y al dominio de aquellas capacidades relacionadas con los diferentes códigos artísticos y culturales, para poder utilizarlas como medio de comunicación y expresión personal. Implica igualmente manifestar interés por la participación en la vida cultural y por contribuir a la

conservación del patrimonio cultural y artístico, tanto de la propia comunidad como de otras comunidades.

CONTRIBUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA A LAS COMPETENCIAS CLAVE

La materia de la Educación Física contribuye de manera directa y clara en la consecución de las competencias básicas:

Competencia en comunicación lingüística.

Ofrece gran variedad de situaciones en las que la interacción entre iguales se produce a través del lenguaje verbal y no verbal.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

Contribuye sobre todo, en cuanto a aspectos cuantitativos: cálculo de porcentajes, fórmulas para calcular el índice de masa corporal, o el umbral aeróbico, elaboración e interpretación de gráficos, etc.

Competencia digital.

Contribuye mediante la búsqueda, selección y valoración de la información que permita una cierta autonomía en la planificación y organización de la propia actividad física.

Competencia para aprender a aprender.

Lo hace en la adquisición de habilidades para el trabajo en equipo en las diversas actividades deportivas colectivas y en las actividades expresivas en grupo.

Esta materia además, ofrece recursos para la planificación de calentamientos y determinadas actividades físicas a partir de un proceso de experimentación.

Todo ello, permite que el alumnado sea capaz de regular su propio aprendizaje y práctica de actividad física en su tiempo libre de una forma organizada.

Competencia social y cívica.

Las actividades físicas son un medio eficaz para facilitar la integración y fomentar el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación, la igualdad y el trabajo en equipo. La práctica y la organización de las actividades colectivas exigen la integración en un proyecto común, y la aceptación de las diferencias y limitaciones de los participantes. El cumplimiento de las normas y reglamentos que rigen las actividades deportivas colaboran en la aceptación de los códigos de conducta propios de una sociedad.

Competencia de iniciativa y espíritu emprendedor.

Colabora en dos sentidos: Por un lado dando protagonismo al alumnado en aspectos de organización individual y colectiva de jornadas y actividades físicas y deportivas o de ritmo, y en aspectos de planificación de calentamientos y de actividades para la mejora de su condición física.

Por otro lado, la educación física colabora en la consolidación de esta competencia en la medida en que enfrenta al alumnado a situaciones en las que debe manifestar habilidades personales de autosuperación, perseverancia y actitud positiva.

Conciencia y expresiones culturales.

Lo hace mediante el reconocimiento y la valoración de las manifestaciones culturales de la modicidad humana, tales como los deportes, los juegos tradicionales, las actividades expresivas o la danza.

Esta materia colabora también desde las experiencias sensoriales y emocionales propias de las actividades de la expresión corporal.

Para una adquisición eficaz de las competencias y su integración efectiva en el currículo deberán diseñarse actividades de aprendizaje integradas que permitan al alumnado avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.

ADQUISICIÓN DE COMPETENCIAS POR BLOQUES DE CONTENIDOS

Competencias Clave	
(L) Competencia en comunicación lingüística	(SC) Competencia social y ciudadana.
(M) Competencia Matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.	(IE) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
(D) Tratamiento de la información y competencia digital	(CEC) Conciencia y expresiones culturales.
(AA) Competencia para aprender a aprender.	

	COMPETENCIAS CLAVE						
	L	M	D	AA	SC	IE	CEC
BLOQUE1.	X		X	X			
BLOQUE2.		X	X	X	X		
BLOQUE3.		X	X	X	X	X	
BLOQUE4.		X	X		X	X	
BLOQUE5.		X	X	X	X	X	X
BLOQUE6.			X	X		X	

ELEMENTOS TRANSVERSALES (RD 1105/14. Art.6.1)

Al igual que en las Competencias Básicas, se promoverán en todos los contenidos los siguientes Elementos Transversales:

Comprensión lectora, la cual se favorece a través del vocabulario específico de cada bloque de contenidos.

Expresión oral y escrita: mediante la realización de resúmenes y trabajos, elaboración del cuaderno, etc. Esto supondrá un aporte importante.

Comunicación audiovisual.

Tecnologías de la Información y Comunicación, las cuales se utilizan como herramienta de trabajo individual y compartido, y se ponen al servicio del aprendizaje siempre que sean bien usadas.

Desarrollo del espíritu emprendedor, a la hora de llevar a cabo actividades deportivo-recreativas individuales y colectivas de ocio, o bien, de planificar su propia mejora de la condición física.

También se manifiesta en situaciones donde debe manifestarse la autosuperación, perseverancia y actitud positiva.

Educación Cívica y constitucional: esta materia es una herramienta buena para facilitar la integración, fomentar el respeto, la cooperación, la igualdad, el trabajo en equipo y aprender a respetar las normas y reglamentos en aquellos deportes individuales y colectivos.

EDUCACIÓN FÍSICA 1º, 2º, 3º y 4º ESO **CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE.**

TABLA RELACIÓN ENTRE CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE, INDICADORES DE EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS CLAVE

Ante el tiempo de confinamiento que se ha vivido y el sedentarismo que sufre la mayoría de la población hoy en día, el Departamento de Educación Física busca con la Programación asentar el hábito de la actividad física en la rutina del alumnado del centro. No se valora necesario revisar los contenidos del curso anterior puesto que el objetivo principal que se persigue es adquirir hábitos saludables y la utilización de la actividad física como un instrumento de ocio constructivo y lúdico, y puede trabajarse desde múltiples contenidos.

1º CURSO ESO. EDUCACIÓN FÍSICA

CONTENIDOS

BLOQUE 1. Actividades individuales en medio estable: Atletismo

Modalidades de atletismo: carrera de velocidad, salto de longitud y lanzamiento de jabalina adaptado.

Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.

Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.

Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad, flexibilidad.

Formas de evaluar el nivel técnico en la carrera de velocidad, el salto de longitud y el lanzamiento de jabalina.

Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.

Autovaloración, autoimagen y autoestima asociadas a los aprendizajes de actividades físico deportivas individuales. El sentimiento de logro

BLOQUE 2. Actividades de adversario: el bádminton

Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.

Puesta en juego y golpeos de fondo de pista.

Principios estratégicos, posición básica y recuperación de la situación en el campo tras los golpeos.

Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.

BLOQUE 3. Actividades de colaboración-oposición: balonmano

Habilidades específicas del balonmano. Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características propias.

Aspectos funcionales y principios estratégicos; papel y conductas de los jugadores en las fases de juego. Capacidades implicadas.

Estímulos relevantes que en balonmano condicionan la conducta motriz: situación de los jugadores, del balón y de la portería, ocupación de los espacios, etc.

La colaboración y la toma de decisiones en equipo.

BLOQUE 4. Actividades en medio no estable: senderismo

El senderismo como actividad físico deportiva en medio no estable. Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad. Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de actividades físico-deportivas.

Equipamiento básico para la realización de actividades de senderismo en función de la duración y de las condiciones de las mismas.

La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de senderismo

Influencia de las actividades físico-deportivas en la degradación del entorno natural próximo.

Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.

BLOQUE 5. Actividades artístico-expresivas:

La conciencia corporal en las actividades expresivas.

Técnicas expresivas de mimo y juego dramático. Control e intencionalidad de los gestos, movimientos y sonidos

BLOQUE 6. Salud y Condición Física.

Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas.

Medidas preventivas en las actividades físico-deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.

Los niveles saludables en los factores de la condición física.

Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas

Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación.

Hidratación y alimentación durante la actividad física

TEMPORALIZACIÓN 1º ESO

1ª EVALUACIÓN

U.D. Salud y Condición Física

Calentamiento general. Importancia y prácticas

Valoración de la Condición Física (Test)

Capacidades físicas. Nivel inicial.

U.D. Actividades individuales en medio estable: Atletismo:

Carrera de velocidad.

Salto de longitud y triple salto

Lanzamiento de jabalina adaptado

U.D. Hidratación y alimentación durante la actividad física

2ª EVALUACIÓN

U.D. Salud y Condición Física

Valoración de la Condición Física

U.D. Actividades en medio no estable: Senderismo

Equipamiento

Factores a tener en cuenta

Respeto y conservación del entorno

Orientación.

U.D. Actividades de adversario: Bádmiton:

Golpeos básicos y desplazamientos

Puesta en juego

Principios estratégicos

Reglamento

Capacidades motrices implicadas

U.D. Actividades artístico-expresivas

Mimo

Juego dramático

3ª EVALUACIÓN

U.D. Salud y Condición Física

Mejora capacidades físicas

U.D. Actividades de colaboración-oposición: Balonmano

Técnica: modelos técnicos

Estrategia

Reglamento

Capacidades implicadas.

Deportes alternativos: Floorball.

Malabares.

U.D. Actividades individuales en medio estable: iniciación a la gimnasia (U.D. añadida por el departamento para facilitar la enseñanza de este contenido obligatorio en 2º ESO que se incluirá si la temporalización lo permite)

Habilidades gimnásticas y acrobáticas:

Salto, giros, equilibrios y volteos/capacidades motrices implicadas.

Importancia del calentamiento como aspecto preventivo.

Formas de evaluar el nivel técnico.

Valoración del esfuerzo.

Esta temporalización está sujeta a la disponibilidad de instalaciones del centro y a la coincidencia del profesorado en el momento de impartir la clase.

ESCENARIO COVID-19 1: Se trabajarán todos los contenidos

ESCENARIO COVID-19 2: Se trabajarán todos los contenidos adaptando la parte práctica a los criterios de seguridad que considere el Departamento.

ESCENARIO COVID-19 3: Se trabajarán los contenidos de forma teórica

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

Estos criterios de evaluación serán los referentes de la evaluación para comprobar la adquisición de los objetivos propuestos y la asimilación de los contenidos trabajados. Los estándares de aprendizaje únicamente tendrán **carácter orientativo** y no tendrán por tanto una función determinante en la evaluación. Ésto se debe al cambio de normativa estatal de LOMCE a LOMLOE durante el presente curso 2021/2022 y la aplicación de la normativa autonómica correspondiente.

1. Actividades individuales en medio estable: Atletismo

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, del atletismo, en condiciones reales o adaptadas.

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.

1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.

1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad del atletismo, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades trabajadas en el ciclo.

4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

5. Desarrollar 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.

5.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento y a sus posibilidades.

2. Actividades de adversario: el bádminton

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, del bádminton, en condiciones reales o adaptadas.

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, del bádminton, respetando las reglas y normas establecidas.

1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.

1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica del bádminton.

3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa.

3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

3. Actividades de colaboración-oposición: balonmano

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica del balonmano.

3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en balonmano.

3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

5. Desarrollar 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.

5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

6.2 Prepara y realiza calentamientos y fases finales..

6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

7. Reconocer las posibilidades del balonmano como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.

7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

4. Actividades en medio no estable: senderismo

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de senderismo.,

1.5 Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación adaptándose a las variaciones que se producen y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

5. Desarrollar 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.

5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo

8. Reconocer las posibilidades que ofrece el senderismo como forma de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de senderismo.

8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas.

8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en senderismo, analizando las características del mismo y las interacciones motrices que conlleva, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.

9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

5. Actividades artístico expresivas: mimo, juego dramático.

2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.

2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.

2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.

2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en el mimo y juego dramático.

7. Reconocer las posibilidades de las actividades artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas

independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.

7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

9.1. Identifica las características de las actividades artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

6. Salud y Condición física.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas.

4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva

4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

5. Desarrollar 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.

5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.

6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

7. Hidratación y alimentación durante la actividad física.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.

8. Expresarse y comunicarse a través de la lengua vehicular del inglés haciendo uso de los diferentes contenidos aprendidos en Educación Física.

RELACIÓN ENTRE CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE, INDICADORES DE EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS BÁSICAS.

CONTENIDOS	CRIT. EVALUACIÓN	STANDARES APREND.	INDICADORES	C
<p>BLOQUE 1: ACTIV. MEDIO ESTABLE: ATLETISMO</p> <p>*carrera de velocidad; salto de longitud; lanzamiento de jabalina. *Ejecución del gesto técnico. *capacidades motrices implicadas. *Formas de evaluar el nivel técnico. *Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico, estiramientos. * Autovaloración, autoimagen y autoestima. Sentimiento de logro.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos del atletismo en condiciones reales</p> <p>4. Reconoce los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad del atletismo.</p>	<p>1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas de atletismo respetando norma y reglas establecidas</p> <p>1.2 Autoevalúa su ejecución respecto al modelo.</p> <p>1.3 Describe la forma de realizar los movimientos técnicos.</p> <p>1.4 Mejora su nivel de ejecución respecto al de partida.</p> <p>4.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas y coordinativas.</p>	<p>El alumno será capaz de:</p> <ul style="list-style-type: none"> -distinguir las cuatro fases del salto: carrera, batida, vuelo y caída. -realizar la carrera rítmica, precisa y progresivamente acelerada. -conocer cual es “su pierna de batida” preferente. -mantener el cuerpo y las extremidades en una posición equilibrada durante el vuelo. -las rodillas se mantendrán semiflexionadas en la caída para evitar lesiones. -Empuñadura o agarrado de la jabalina. -posición de partida. -carrera de impulso -pasos finales -cruce y posición final. -diferenciar su nivel de ejecución final respecto al de partida. 	L D AA

<p>BLOQUE 2: ACTIV. ADVERSARIO: BÁDMINTON</p> <p>*Ejecución del gesto técnico: golpes y desplazamientos</p> <p>*Capacidades motrices implicadas.</p> <p>*Principios estratégicos, posición básica.</p> <p>*Reglamento.</p>	<p>1.Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos del bádminton en condiciones reales</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes</p> <p>7. Reconocer las posibilidades del bádminton como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas</p>	<p>1.1Aplica los aspectos básicos de las técnicas de bádminton respetando norma y reglas establecidas</p> <p>1.2 Autoevalúa su ejecución respecto al modelo.</p> <p>1.3 Describe la forma de realizar los movimientos técnicos.</p> <p>1.4 Mejora su nivel de ejecución respecto al de partida.</p> <p>3.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica del bádminton.</p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas.</p>	<p>El alumno será capaz de:</p> <p>-Intentar realizar los elementos técnicos trabajados en clase: Saque, clear, drop, lob y mate.</p> <p>-Jugar con un compañero utilizando dichas técnicas manteniendo el volante en el aire.</p> <p>-Juego 1x1</p> <p>-Trabajo diario de clase esfuerzo, participación, y ayuda al compañero.</p>	<p>M D AA SC</p>
---	--	--	---	------------------------------

<p>B L O Q U E 3 ACT.COLABORACIÓN OPOSICIÓN: BALÓN MANO</p> <p>*Modelos técnicos y habilidades específicas. *Capacidades motrices implicadas. *Principios estratégicos y aspectos funcionales, papel de los jugadores. *Estímulos relevantes situación de los jugadores, del balón, de la portería,.. *Colaboración y toma de decisiones en equipo.</p>	<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades del balonmano como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas.</p>	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica del balonmano. 3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en balonmano. 3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales.</p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas.</p>	<p>El alumno será capaz de realizar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - técnicas básicas trabajados en clase: Bote Pases Lanzamientos Recepción Posición defensiva Colocación de los jugadores. -aplicar la técnica y la táctica en una situación real de juego. - conocer la reglamentación básica. -participar en un partido d 7Vs7 en el que se valorará la aplicación de estas técnicas. -fomentar el valor de la competición y de la tolerancia. -fomentar las actitudes de diálogo, paciencia, consideración y aprecio. 	<p>M D AA SC IE</p>
---	---	---	---	-------------------------------------

<p>BLOQUE 4 : ACTIV.MEDIO NO ESTABLE : SENDERISMO (ORIENTACIÓN)</p> <p>* Posibilidades y características del entorno natural próximo. * Equipamiento básico en función de la duración y de las condiciones * Meteorología como factor a tener en cuenta. * Medidas de seguridad. * Conductas destinadas al cuidado del entorno</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos del senderismo en condiciones reales.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrece el senderismo como forma de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en senderismo, adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas de senderismo respetando norma y reglas establecidas 1.5 Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de senderismo adaptándose a las variaciones que se producen y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades</p> <p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de senderismo 8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas 9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>	<p>El alumno será capaz de: -conocer el equipamiento básico: calzado, mochila, gorra, tño, móvil, botiquín básico, prenda de abrigo y agua. (medidas preventivas y de seguridad) -hábitos elementales: dosificación, calentamiento, mantener el ritmo, bebidas isotónicas... -ser respetuoso con la naturaleza: Cuidado con los residuos, con el fuego, las fuentes, los senderos, verjas, etc. -identifica el significado de las señales necesarias para completar un recorrido.</p>	<p>M D SC IE</p>
---	--	---	---	------------------------------

<p>BLOQUE 5: ACTIV. ARTÍSTICO EXPRESIVAS: MIMO, JUEGO DRAMÁTICO</p> <p>*La conciencia corporal en las actividades expresivas. * Técnicas expresivas de mimo y juego dramático. *Control e intencionalidad de los gestos, movimientos y sonidos.</p>	<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades artístico-expresivas como formas de inclusión social, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás. 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>	<p>El alumno será capaz de: -tomar parte de una selección de juegos dramáticos realizada por el profesor. -elaborar un mensaje y comunicarlo mediante la expresión. -realizar por grupos una expresión de mimo de libre elección sin música. - llevar a cabo la misma coreografía al ritmo de la música. -demostrar actitudes de cooperación y de apoyo al resto del grupo. -admitir las expresiones y propuestas de los demás.</p>	<p>M D AA SC IE</p>
--	--	--	---	-------------------------------------

<p>BLOQUE 6 SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA</p> <p>*Niveles saludables en los factores de la Educación Física.</p> <p>*Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación.</p> <p>*Higiene postural en la actividad física y cotidiana.</p> <p>*Medidas preventivas en las actividades físicas en las que hay competición.</p> <p>*Ventajas para la salud y riesgos de las actividades físicas.</p> <p>*Hidratación y alimentación durante la actividad física.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos del bádminton en condiciones reales</p> <p>4. Reconoce los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física.</p> <p>5. Desarrollar 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>1.4 Mejora su nivel de ejecución respecto al de partida</p> <p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas en las diferentes actividades físico- deportivas trabajadas.</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p> <p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>	<p>El alumno será capaz de conocer:</p> <p>-Conceptos básicos de actividad física y salud.</p> <p>-El calentamiento: nociones sobre calentamiento y su relación con la actividad física y prevención de lesiones.</p> <p>-Nivel de partida: test de condición física.</p> <p>-Cómo ha mejorado dicho nivel.</p> <p>-Conceptos básicos sobre hábitos relacionados con la salud, nutrición y control postural.</p>	<p>D AA IE</p>
--	--	---	--	------------------------

2º CURSO ESO EDUCACIÓN FÍSICA

CONTENIDOS

BLOQUE 1. Actividades individuales en medio estable:

Habilidades gimnásticas y acrobáticas

Saltos, giros, equilibrios volteos; ajuste de las habilidades a los modelos técnicos básicos.

Descripción de los movimientos y capacidades motrices implicadas.

Formas de evaluar el nivel técnico en las habilidades específicas de las actividades gimnásticas y acrobáticas.

Aspectos preventivos de las actividades gimnásticas y acrobáticas: calentamiento específico, ayudas, ajuste de las actividades al nivel de habilidad.

Valoración del esfuerzo personal en los aprendizajes.

BLOQUE 2. Actividades de adversario: lucha

Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de la lucha. Agarres desequilibrios, caídas, reequilibrios.

Respeto y aceptación de las normas reglamentarias de las actividades de lucha.

Autocontrol ante las situaciones de contacto físico.

La figura del ganador y el significado del adversario en el deporte actual. Modelos de conducta de los ganadores. El respeto y la consideración como valores propios de estas actividades.

BLOQUE 3. Actividades de colaboración-oposición: fútbol

Habilidades específicas del fútbol. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.

Dinámica interna, aplicación de las habilidades para cumplir los principios estratégicos del fútbol.

Capacidades implicadas.

Estímulos relevantes que en el fútbol condicionan la conducta motriz. Situación de jugadores, balón y portería, espacios de juego.

La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos.

BLOQUE 4. Actividades en medio no estable: Escalada

Trepa y recorridos horizontales de escalada. Capacidades implicadas. Medidas de seguridad y control de riesgos.

Nudos; realización y procedimientos de verificación de la seguridad,

Instalaciones urbanas y entornos naturales para las actividades de trepa y escalada; conductas de cuidado del entorno que se utiliza.

BLOQUE 5. Actividades artístico expresivas: Acrosport y Baile

Cualidades de movimiento y expresividad.

Significados de los gestos en el lenguaje no verbal.

BLOQUE 6. Salud:

Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico-deportivas seleccionadas.

Medidas preventivas en las actividades físico-deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.

Los niveles saludables en los factores de la condición física.

Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas

Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades recuperación en función de la actividad principal.

La respiración: Tipos y combinación de la respiración con la actividad física y con la relajación.

TEMPORALIZACIÓN 2º ESO

1ª EVALUACIÓN

U.D. Salud y Condición Física

Pruebas física. Nivel inicial.

Trabajo de las capacidades físicas; resistencia aeróbica., fuerza, velocidad y flexibilidad

El Calentamiento general. Pautas para su elaboración

Aparato locomotor: huesos y músculos

Valoración de la Condición Física (Test)

U.D. La respiración.

Tipos

Relajación muscular.

U.D. Actividades de adversario: lucha:

Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios.

Figura del ganador y modelos de conducta del mismo.

Respeto y consideración como valores.

2ª EVALUACIÓN

U.D. Salud y Condición Física.

Mejora de capacidades físicas

Capacidades físicas básicas: aproximación teórica.

U.D. Actividades de colaboración-oposición: Fútbol

Técnica., Táctica. y Reglamento.

Capacidades implicadas.

Deportes alternativos: disco volador

U.D. Actividades individuales en medio estable:

Habilidades gimnásticas y acrobáticas:

Saltos, giros, equilibrios y volteos/capacidades motrices implicadas.

Importancia del calentamiento como aspecto preventivo.

Formas de evaluar el nivel técnico.

Valoración del esfuerzo.

3ª EVALUACIÓN

U.D. Salud y Condición Física.

Valoración de la Condición Física. (test)

U.D. Actividades en medio no estable: Tropa y recorrido de escalada.

Medidas de seguridad y control de riesgos.

U.D. Actividades artístico-expresivas: Acrosport (*Escenarios 1 y 4*)/Baile (*Escenarios 2 y 3*)

Calidades de movimiento y expresividad.

Esta temporalización está sujeta a la disponibilidad de instalaciones del centro y a la coincidencia del profesorado en el momento de impartir la clase.

ESCENARIO COVID-19 1: Se trabajarán todos los contenidos

ESCENARIO COVID-19 2: Se trabajarán todos los contenidos adaptando la parte práctica a los criterios de seguridad que considere el Departamento.

ESCENARIO COVID-19 3: Se trabajarán los contenidos de forma teórica

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE.

Estos criterios de evaluación serán los referentes de la evaluación para comprobar la adquisición de los objetivos propuestos y la asimilación de los contenidos trabajados. Los estándares de aprendizaje únicamente tendrán **carácter orientativo** y no tendrán por tanto una función determinante en la evaluación. Ésto se debe al cambio de normativa estatal de LOMCE a LOMLOE durante el presente curso 2021/2022 y la aplicación de la normativa autonómica correspondiente.

1. Actividades individuales en medio estable: Habilidades gimnásticas y acrobáticas.

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de esta habilidad deportiva, en condiciones reales o adaptadas.

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de los saltos, giros, volteos y equilibrios, respetando las reglas y normas establecidas.

1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.

1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

5. Desarrollar 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.

5.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma habitual.

6.3 Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades

7. Reconocer las posibilidades de la lucha como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

9. Controlar las dificultades y los riesgos en actividades de gimnasia deportiva, analizando las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas de seguridad.

9.1. Identifica las características de la gimnasia deportiva que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

2. Actividades de adversario: la lucha.

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de la lucha en condiciones reales o adaptadas.

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades de la lucha, respetando las reglas y normas establecidas.

1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.

1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de la lucha.

3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en la lucha.

3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

3.4 Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

7. Reconocer las posibilidades de la lucha como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

3. Actividades de colaboración-oposición: fútbol.

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica del fútbol.

3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en el fútbol.

3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

5. Desarrollar 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.

5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

7. Reconocer las posibilidades del fútbol como forma de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.

7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

4. Actividades en medio no estable: escalada.

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de la escalada en condiciones reales o adaptadas

1.1 Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación adaptándose a las variaciones que se producen y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades

5. Desarrollar 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.

5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen la actividad de la escalada como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de la escalada.

8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de la escalada.

8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en la escalada analizando las características de la misma y las interacciones motrices que conlleva, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.

9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de la escalada, teniendo especial cuidado ya que se realiza en un entorno no estable.

5. Actividades artístico expresivas: acrosport (Escenarios 1 y 4)/Baile (escenarios 2 y 3)

2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.

2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.

2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.

2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo

7. Reconocer las posibilidades del acrosport/baile como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.

7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

9. Controlar las dificultades y los riesgos del acrosport/baile analizando las características del mismo y las interacciones motrices que conlleva y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

6. Salud y Condición física.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas en las diferentes actividades físico- deportivas trabajadas.

4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva

4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

5. Desarrollar 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.

5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.

6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

La Respiración. Tipos y combinación con la actividad física y relajación.

RELACIÓN ENTRE CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE, INDICADORES DE EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS BÁSICAS

CONTENIDOS	CRIT. EVALUACIÓN	ESTÁNDARES APREND.	INDICADORES	C
BLOQUE 1: ACTIV. MEDIO ESTABLE: HABILIDADES GIMNÁSTICAS Y ACROBÁTICAS	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos del atletismo en condiciones reales	1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas de atletismo respetando norma y reglas establecidas 1.2 Autoevalúa su ejecución respecto al	El alumno será capaz de realizar: -voltereta adelante agrupada. -voltereta atrás agrupada -equilibrio sobre tres	L D AA

<p>*Modelos técnicos: saltos, giros, equilibrios, volteos. *Capacidades motrices implicadas *Formas de evaluar el nivel técnico. *Aspectos preventivos: calentamiento, ayudas, ajuste. *Valoración del esfuerzo personal en los aprendizajes.</p>	<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de estas actividades como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos en la gimnasia deportiva adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>modelo. 1.3 Describe la forma de realizar los movimientos técnicos. 1.4 Mejora su nivel de ejecución respecto al de partida. 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma habitual. 6.3 Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades 7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas. . 1. Identifica las características de la gimnasia deportiva que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. 9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>	<p>apoyos -voltereta lateral -pino -trabajo diario en clase, esfuerzo, participación y ayuda al compañero.</p>	
---	---	---	---	--

<p>BLOQUE 2: ACT .ADVERS: LUCHA</p> <p>*Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Agarres, desequilibrios, caídas, reequilibrios. *Respeto y aceptación e las normas reglamentarias. *Autocontrol ante las situaciones de contacto. *Modelos de conducta de los ganadores. Respeto y consideración como valores de estas actividades.</p>	<p>1.Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos de la lucha en condiciones reales</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de la lucha como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas</p>	<p>1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas de lucha respetando normas y reglas establecidas 1.2 Autoevalúa su ejecución respecto al modelo. 1.3 Describe la forma de realizar los movimientos técnicos. 1.4 Mejora su nivel de ejecución respecto al de partida.</p> <p>3.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de la lucha.</p> <p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa. 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas.</p>	<p>-Conocer los elementos técnicos: agarre, desequilibrios, caídas Y reequilibrios. -realizar un combate con un compañero aplicando los elementos técnicos. -Aceptar las normas y respetarlas. -Considerar los valores propios de esta actividad y respetarlos. -trabajo diario en clase, esfuerzo, participación y ayuda al compañero.</p>	<p>M D AA SC</p>
---	---	---	---	------------------------------

<p>BLOQUE 3 ACT.COLABORACIÓN OPOSICIÓN: FÚTBOL</p> <p>*Modelos técnicos y habilidades específicas. *Capacidades motrices implicadas. *Principios estratégicos. *Estímulos relevantes: situación de los jugadores, del balón, de la portería,.. * La aceptación de las diferencias y la ayuda en el equipo.</p>	<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes</p> <p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades del fútbol como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas.</p>	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica del fútbol.</p> <p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en fútbol.</p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>6.2 Prepara y realiza calentamientos y fases finales.</p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas.</p>	<p>El alumno será capaz de realizar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - los elementos técnicos individuales Pases Tiros recepción Colocación e el campo -posición táctica de los jugadores.. -aplicar la técnica y la táctica en una situación real de juego. -conocer la reglamentación.. -fomentar el valor de la competición y de la tolerancia. -fomentar las actitudes de diálogo, paciencia, consideración y aprecio. - colaboración y esfuerzo diario en clase 	<p>M D AA SC IE</p>
---	---	--	--	-------------------------------------

<p>BLOQUE4: ACTIV.MEDIO NO ESTABLE: ESCALADA</p> <p>* Tropa y recorridos horizontales de escalada. *Capacidades implicadas. *Nudos; realización y procedimientos de verificación de la seguridad. *Medidas de seguridad y control de riesgos. *Instalaciones urbanas y entornos naturales. *Conductas del cuidado del entorno.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos de escalada en condiciones reales.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrece la escalada como forma de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en escalada adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas de escalada respetando norma y reglas establecidas 1.5 Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de escalada adaptándose a las variaciones que se producen y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades</p> <p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de la escalada. 8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas 9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>	<p>El alumno será capaz de conocer: -las técnicas básicas de escalada. -trabajar habilidades de trepa. -trabajar habilidades en espalderas. -práctica de técnicas de seguridad. -conocer los movimientos que existen en escalada. -mantener hábitos de conservación de la naturaleza -usar convenientemente el material así como los espacios de práctica. -asumir su responsabilidad - trabajo en clase, esfuerzo y ayuda al compañero.</p>	<p>L M D SC IE</p>
---	--	---	--	------------------------------------

<p>BLOQUE 5: ACTIV. ARTÍSTICO EXPRESIVAS: ACROSPORT</p> <p>*Calidades de movimiento y expresividad. *Significado de los gestos en el lenguaje no verbal.</p>	<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos</p> <p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>6. Reconocer las posibilidades del acrosport como forma de inclusión social, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p> <p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en el trabajo de acrosport.</p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás.</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>	<p>-Conocer los roles en una composición de acrosport: portor, ágil, ayudante y observador. -Fases en la realización de figuras/pirámides. -Errores más comunes. -trabajo diario en clase, participación y ayuda a los demás.</p>	<p>L M D AA SC IE</p>
---	---	--	---	---

<p>BLOQUE 6 SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA</p> <p>*Niveles saludables en los factores de la Educación Física. *Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación. *Higiene postural en la actividad física y cotidiana. *Medidas preventivas en las actividades físicas en las que hay competición. *Ventajas para la salud y riesgos de las actividades físicas. *Hidratación y alimentación durante la actividad física. *La respiración. Tipos y combinación de la respiración con la actividad física y con la relajación.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos del bádminton en condiciones reales</p> <p>4. Reconoce los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física.</p> <p>5. Desarrollar 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>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p>	<p>1.4 Mejora su nivel de ejecución respecto al de partida</p> <p>4.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas. 4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p> <p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. 5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. 5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p> <p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales.</p>	<p>El alumno es capaz de conocer: Nivel de partida: valoración del test de condición física. -Mejora y desarrollo de las capacidades físicas acorde a su momento: resistencia aeróbica y flexibilidad. -El calentamiento general. Pautas para su elaboración. -Aparato locomotor: huesos y músculos. -Efectos positivos de una correcta higiene postural. -Conceptos básicos sobre hábitos relacionados con la salud, nutrición y control postural. -Tipos de respiración. -Es capaz de reconocer la importancia del ejercicio físico para la salud. - trabajo, interés y esfuerzo diario.</p>
---	--	--	--

3º CURSO ESO EDUCACIÓN FÍSICA

CONTENIDOS

BLOQUE 1. Actividades individuales en medio estable: Atletismo.

Modalidades de atletismo: carrera de vallas y salto de altura estilo Fosbury

Ajuste de la ejecución a la globalidad del gesto técnico.

Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.

Capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida, velocidad, flexibilidad.

Formas de evaluar el nivel técnico en el paso de las vallas y el salto Fosbury.

Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico para cada modalidad, trabajo por niveles de habilidad, actividades de recuperación, estiramientos y relajación.

La capacidad de aprendizaje motor y el valor relativo de los resultados cuantitativos.

BLOQUE 2. Actividades de adversario: el bádminton

Golpeos y desplazamientos. Técnica, finalidades y capacidades motrices implicadas.

Estrategias de juego. Colocación de los golpeos en función de la propia situación y de la interpretación del juego y la situación del adversario.

Reglamento de juego. Adecuación de las conductas y aceptación del resultado de la competición.

BLOQUE 3. Actividades de colaboración-oposición: baloncesto

Habilidades específicas del baloncesto. Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características de los participantes.

Dinámica interna, funciones de los jugadores y principios estratégicos. Capacidades implicadas.

Estímulos relevantes que en baloncesto condicionan la conducta motriz: situación del balón y la canasta, espacios libres, tiempos de juego, etc.

La colaboración y la toma de decisiones en equipo.

BLOQUE 4. Actividades en medio no estable: orientación

La orientación como actividad físico deportiva en medio no estable. Interpretación de mapas y uso de la brújula y otros sistemas de orientación (GPS, indicios naturales).

Equipamiento básico para la realización de actividades de orientación en función de la duración y de las condiciones de las mismas.

La meteorología como factor que hay que tener en cuenta para preparar o realizar una actividad de orientación.

Características de las zonas de actividad y su repercusión en las técnicas que hay que emplear para garantizar la seguridad. Posibilidades del entorno natural próximo para la realización de recorridos de orientación. Influencia de las actividades de orientación en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.

BLOQUE 5. Actividades artístico expresivas: danzas y Coreografías.

La danza como contenido cultural. Danzas históricas y danzas actuales.

Diseño y realización de coreografías Agrupamientos y elementos coreográficos.

BLOQUE 6. Salud y Condición Física.

Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas trabajadas

Medidas preventivas en las actividades físico-deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.

Métodos para llegar a valores saludables en la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad.

Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas
Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardiaca, la escala de percepción de esfuerzo.

Balance energético entre ingesta y gasto calórico.

TEMPORALIZACIÓN 3º ESO

1ª EVALUACIÓN

U.D. Salud y Condición Física

Calentamiento general autónomo y específico.

Valoración de la Condición Física (test).

Acondicionamiento físico general (Resistencia, Fuerza, Velocidad, Flexibilidad)

Sistemas para la mejora de la resistencia aeróbica y flexibilidad

Medidas preventivas: calentamiento/vuelta a la calma

U.D. Balance energético entre ingesta y gasto calórico.

U.D. Actividades de colaboración-oposición: Baloncesto

Técnica: modelos técnicos

Estrategia

Reglamento

Capacidades implicadas.

3ª EVALUACIÓN

U.D. Salud y Condición Física

Desarrollo de la condición física.

Higiene postural

Control de la intensidad de los esfuerzos

U.D. Actividades de adversario: Bádminton:

Golpeos básicos y desplazamientos

Puesta en juego

Principios estratégicos

Reglamento

Capacidades motrices implicadas

U.D. Actividades artístico-expresivas:

Danza

3ª EVALUACIÓN

U.D. Salud y Condición Física

Valoración de la Condición Física (test)

U.D. Actividades de colaboración-oposición : Baloncesto

Técnica: modelos técnicos

Estrategia

Reglamento

Capacidades implicadas.

Deportes alternativos: hockey

U.D. Actividades individuales en medio estable: Atletismo:

Salto de altura

Carreras de vallas.

U.D. Actividades en medio no estable: Orientación

Equipamiento

Factores a tener en cuenta

Interpretación de mapas, indicios naturales...

Esta temporalización está sujeta a la disponibilidad de instalaciones del centro y a la coincidencia del profesorado en el momento de impartir la clase.

ESCENARIO COVID-19 1: Se trabajarán todos los contenidos

ESCENARIO COVID-19 2: Se trabajarán todos los contenidos adaptando la parte práctica a los criterios de seguridad que considere el Departamento.

ESCENARIO COVID-19 3: Se trabajarán los contenidos de forma teórica

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE.

Estos criterios de evaluación serán los referentes de la evaluación para comprobar la adquisición de los objetivos propuestos y la asimilación de los contenidos trabajados. Los estándares de aprendizaje únicamente tendrán **carácter orientativo** y no tendrán por tanto una función determinante en la evaluación. Ésto se debe al cambio de normativa estatal de LOMCE a LOMLOE durante el presente curso 2021/2022 y la aplicación de la normativa autonómica correspondiente.

1. Actividades individuales en medio estable: Atletismo

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, del atletismo, en condiciones reales o adaptadas.

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, del atletismo respetando las reglas y normas establecidas.

1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.

1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en el atletismo.

4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

5. Desarrollar 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.

2. Actividades de adversario: el bádminton

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas del bádminton.

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas del bádminton respetando las reglas y normas establecidas.

1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.

1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica del bádminton.

3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en el bádminton.

3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

3.4 Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma habitual.

6.3 Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

7. Reconocer las posibilidades de este deporte como medio de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

7.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

7.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas.

3. Actividades de colaboración-oposición: baloncesto

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica del baloncesto.

3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en baloncesto.

3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

5. Desarrollar 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.

5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados..

6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

7. Reconocer las posibilidades del baloncesto como forma de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.

7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

4. Actividades en medio no estable: orientación

5. Desarrollar 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.

5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo

8. Reconocer las posibilidades que ofrece la orientación como forma de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de la orientación.

8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de la orientación.

8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

9. Controlar las dificultades y los riesgos de la orientación, analizando las características del mismo y las interacciones motrices que conlleva, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.

9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

5. Actividades artístico expresivas: danzas, coreografías.

2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.

2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.

2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado..

2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo

7. Reconocer las posibilidades de las actividades artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.

7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

9.1. Identifica las características de las actividades artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

6. Salud y Condición física.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas en las diferentes actividades físico- deportivas trabajadas.

4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva

4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

5. Desarrollar 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.

5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.

6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

Balance energético entre ingesta y gasto calórico.

RELACIÓN ENTRE CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE, INDICADORES DE EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS BÁSICAS.

CONTENIDOS	CRIT. EVALUACIÓN	STANDARES APREND.	INDICADORES	C
BLOQUE 1: ACTIV. MEDIO ESTABLE: ATLETISMO	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos del atletismo en condiciones	1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas de atletismo respetando norma y reglas establecidas	El alumno será capaz de: *-llevar adelante la cadera cuando sube la pierna de ataque flexionada sobre la valla.	L D AA

<p>*carrera de vallas y salto de altura. *Ejecución del gesto técnico. *capacidades motrices implicadas: coordinación, fuerza rápida y flexibilidad. *Formas de evaluar el nivel técnico. *Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico, estiramientos, recuperación y relajación. *La capacidad de aprendizaje motor y el valor relativo de los resultados cuantitativos.</p>	<p>reales</p> <p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad del atletismo.</p>	<p>1.2 Autoevalúa su ejecución respecto al modelo. 1.3 Describe la forma de realizar los movimientos técnicos. 1.4 Mejora su nivel de ejecución respecto al de partida. 4.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas y coordinativas.</p>	<p>-recoger la pierna de batida -la pierna de ataque debe quedar extendida. -Tronco ligeramente inclinado -la pierna de impulso no debe adelantarse a la cadera sobre la valla. *-diferenciar en el salto: la carrera, la batida, el paso del listón. - trabajo diario, interés y esfuerzo.</p>	
---	--	---	--	--

<p>BLOQUE 2: ACT. ADVERS: BÁDMINTON</p> <p>*Ejecución del gesto técnico: golpes y desplazamientos</p> <p>*Capacidades motrices implicadas.</p> <p>*Principios estratégicos, posición básica. Colocación de los golpes en función de la situación del adversario.</p> <p>*Reglamento.</p> <p>*Aceptación del resultado.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos del bádminton en condiciones reales</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes</p> <p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades del bádminton como forma de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas.</p>	<p>1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas de atletismo respetando norma y reglas establecidas</p> <p>1.2 Autoevalúa su ejecución respecto al modelo.</p> <p>1.3 Describe la forma de realizar los movimientos técnicos.</p> <p>1.4 Mejora su nivel de ejecución respecto al de partida.</p> <p>3.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica del bádminton.</p> <p>6.2 Prepara y realiza calentamientos y fases finales de una sesión de bádminton.</p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas.</p>	<p>El alumno será capaz de :</p> <p>-realizar los elementos o gestos técnicos individuales realizados en clase:</p> <p>Saque Drive-revés Clear Drop Lob Mate</p> <p>-Poder llevar a cabo un partido de forma fluida.</p> <p>-Realizar un calentamiento aplicado al bádminton y vuelta a la calma.</p> <p>-conocer las normas y reglas básicas del bádminton.</p> <p>-fomentar el valor de la competición y de la tolerancia</p> <p>-valorar las normas de higiene</p> <p>-aceptar los distintos niveles de competencia motriz propios y de los compañeros.</p> <p>-trabajo diario en clase, esfuerzo y participación. Fomentar el valor de la competición y de la tolerancia.</p>	<p>M</p> <p>D</p> <p>AA</p> <p>SC</p>
---	---	---	---	---------------------------------------

<p>BLOQUE 3 ACT.COLABORACIÓN OPOSICIÓN: BALONCESTO</p> <p>*Modelos técnicos y habilidades específicas. *Capacidades motrices implicadas. *Principios estratégicos, dinámica interna y función de los jugadores. *Estímulos relevantes: situación del balón y la canasta, espacios libres, tiempos de juego. *Colaboración y toma de decisiones en equipo.</p>	<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes</p> <p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades del baloncesto como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas</p>	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica del baloncesto. 3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en baloncesto. 3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción. 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>6.2 Prepara y realiza calentamientos y fases finales..</p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas.</p>	<p>El alumno será capaz de realizar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - los elementos técnicos individuales de ataque y defensa trabajados en clase: Bote Pases Tiros Posición defensiva Rebote Colocación e el campo -los elementos tácticos de ataque, pasar y cortar, bloqueos, fintas y contraataque. -los fundamentos tácticos de defensa individual, de zona -aplicar la técnica y la táctica en una situación real de juego. -conocer la reglamentación. -realizar calentamientos específicos y fases finales. -fomentar el valor de la competición y de la tolerancia. -fomentar las actitudes de diálogo, paciencia, consideración y aprecio. -esfuerzo, participación y trabajo diario en clase, 	<p>M D AA SC IE</p>
--	--	---	---	-------------------------------------

<p>BLOQUE4: ACTIV.MEDIO NO ESTABLE: ORIENTACIÓN</p> <p>*Interpretación de mapas, uso de la brújula, GPS, indicios naturales. *Posibilidades y características del entorno natural próximo. *Equipamiento básico en función de la duración y de las condiciones *Meteorología como factor a tener en cuenta en función de la duración y de las condiciones d las mismas. *Medidas de seguridad. *Conductas destinadas al cuidado del entorno</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos de orientación en condiciones reales.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrece la orientación como forma de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en la actividad de orientación, adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas de orientación respetando norma y reglas establecidas 1.5 Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación adaptándose a las variaciones que se producen y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades</p> <p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de la orientación. 8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas 9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>	<p>El alumno será capaz de :</p> <ul style="list-style-type: none"> -conocer las formas básicas de orientarse -interpretar correctamente un mapa. -orientar correctamente el mapa -conocer el funcionamiento de la brújula. -localizar balizas o pistas en el terreno -realizar e involucrarse en una prueba o carrera de orientación por el instituto - realizar una carera de orientación en el entorno del instituto. -manifestar actitud de responsabilidad y esfuerzo. -fomentar el trabajo en grupo. -seguir las normas de seguridad en medio natural y urbano. 	<p>M D SC IE</p>
--	--	--	---	------------------------------

<p>BLOQUE 5: ACTIV. ARTÍSTICO EXPRESIVA: DANZAS, COREOGRAFÍAS.</p> <p>*Diseño y realización de coreografías. *Agrupamientos y elementos coreográficos.</p>	<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades artístico-expresivas como formas de inclusión social, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de coreografías adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás.</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>	<p>El alumno debe mostrar en una coreografía:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Unión racional de los elementos difíciles y sencillos. -Secuencia adecuada en el ordenamiento de los elementos. -Tendencia estética de la composición. -Técnica deportiva. -Hacer el montaje paulatinamente hasta adaptarse al dinamismo de la música. -utilizar músicas con acentos musicales bien marcados. - respeto al trabajo de los demás. -trabajo diario, colaboración y ayuda al compañero. 	<p>M D AA SC IE</p>
---	--	---	--	-------------------------------------

<p>BLOQUE 6 SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA</p> <p>* Ventajas para la salud y riesgos de las actividades físicas. *Medidas preventivas en las actividades físicas en las que hay competición: preparación previa, adaptación de materiales, y condiciones de práctica *Métodos para llegar a valores saludables en la resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad. *Control de la intensidad de los esfuerzos: la frecuencia cardíaca, la escala de percepción del esfuerzo. *Higiene postural en la actividad física y cotidiana. *Balance energético entre ingesta y gasto calórico.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>4. Reconoce los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física.</p> <p>5. Desarrollar 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>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p>	<p>1.4. Mejora su nivel de ejecución respecto al de partida</p> <p>4.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas.</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p> <p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p> <p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p>	<p>El alumno es capaz de conocer:</p> <p>-Nivel de partida: valoración del test de condición física. -El calentamiento general autónomo y específico. -Identificación en la realización de calentamientos dirigidos por el profesorado, de criterios básicos para su elaboración como la duración, la intensidad y el tipo de actividades. -Pautas para la elaboración de calentamientos específicos. -Mejora y desarrollo de las capacidades físicas acorde a su momento: resistencia aeróbica y flexibilidad. -Conocimiento teórico y práctico de sistemas y métodos continuos para la mejora de la resistencia aeróbica y flexibilidad (carrera continua, fãrtlek, interval training y circuito) (ejecución de métodos activos-estáticos y dinámicos para el desarrollo de la flexibilidad. -Trabajo de fuerza y velocidad. -Relación entre la mejora de las cualidades físicas relacionadas con la salud y la adaptación de los aparatos y sistemas del cuerpo humano. -Nivel de test de condición física: ver comparación. - Efectos positivos de una correcta higiene postural. -Conceptos básicos sobre hábitos relacionados con la salud, nutrición y control postural. -Es capaz de reconocer la importancia del ejercicio físico para la salud. - trabajo, interés, esfuerzo</p>	<p>D AA IE</p>
---	--	---	--	------------------------

4º CURSO E.S.O EDUCACIÓN FÍSICA

CONTENIDOS

1. ACTIVIDADES INDIVIDUALES EN MEDIO ESTABLE: PATINAJE

Técnica de desplazamiento:

Control del centro de gravedad y acción equilibradora de los brazos.

Capacidades motrices implicadas: equilibrio y coordinación

Formas de evaluar el nivel técnico.

Aspectos preventivos: calentamiento, indumentaria, trabajo por nivel.

Superación de retos personales.

2. ACTIVIDADES DE ADVERSARIO: PALAS

Golpeos y desplazamientos. Capacidades motrices implicadas.

Estrategias de juego.

Actividad recreativa de ocio.

3. ACTIVIDADES DE COLABOR-OPOSICIÓN: VOLEIBOL

Habilidades específicas. Modelos técnicos de base: golpeos, desplazamientos y caídas.

Dinámica interna, funciones de los jugadores. Capacidades implicadas.

Estímulos relevantes: trayectorias, espacios libres,..

Distribución de funciones y ayudas a los compañeros de equipo.

4. ACTIVIDADES EN MEDIO NO ESTABLE: ESCALADA.

Escalada en instalaciones urbanas o en el medio natural. Técnicas.

Equipamiento básico. Elementos de seguridad.

Posibilidades del entorno. Influencia de las actividades físico-deportivas en la degradación del entorno natural próximo. Conductas destinadas al cuidado del entorno que se utiliza.

5. ACTIVIDADES ARTÍSTICO EXPRESIVAS: COREOGRAFÍAS

Elementos musicales y su relación con el montaje. Ritmo, frase, bloques.

Diseño y realización de coreografías.

6. SALUD

Ventajas y riesgos de las actividades físico-deportivas.

Medidas preventivas de las actividades físico-deportivas de competición: preparación previa, equilibrio de niveles, adaptación de materiales..

Actividades más apropiadas para conseguir niveles saludables de condición física.

Desequilibrios posturales en las actividades físicas y cotidianas y ejercicios de compensación.

Control de la intensidad de los esfuerzos: frecuencia cardíaca, escala de percepción de esfuerzo, pulsómetro.

Balance energético entre ingesta y gasto calórico.

TEMPORALIZACIÓN 4ºESO

1ª EVALUACIÓN:

U.D Salud y Condición Física.

Calentamiento general y específico. Diseños personales.

Valoración de la Condición Física (test).

Acondicionamiento físico general. Control de la intensidad de los esfuerzos.

Sistemas para mejorar las capacidades físicas: Resistencia, Fuerza, Velocidad, Flexibilidad.

Incidencia en el cuidado postural.

U.D. Actividades artístico-expresivas: Composiciones coreográficas

Montaje de coreografías.

U.D Balance energético entre ingesta y gasto calórico.

2ª EVALUACIÓN

U.D. Salud y Condición Física.

Desarrollo de la Condición Física.

Retos cooperativos con combas

U.D. Actividades individuales en medio estable: Atletismo (*sustituye al patinaje puesto que las particularidades del nivel económico de las familias de la zona hace que muchos alumnos no puedan adquirir el material necesario*).

Adquisición de técnicas y habilidades del atletismo.

Organización de competiciones

U.D Actividades de adversario: Palas:

Golpeos, desplazamientos, estrategias.

3ª EVALUACIÓN

U.D. Salud y Condición Física

Valoración de la Condición Física (test)

U.D. Actividades de colaboración-oposición: Voleibol

Técnica: modelos técnicos

Estrategia

Reglamento

Capacidades implicadas.

U.D. Actividades en medio no estable: Escalada

Equipamiento.

Cuidado del entorno.

Esta temporalización está sujeta a la disponibilidad de instalaciones del centro y a la coincidencia del profesorado en el momento de impartir la clase.

ESCENARIO COVID-19 1: Se trabajarán todos los contenidos

ESCENARIO COVID-19 2: Se trabajarán todos los contenidos adaptando la parte práctica a los criterios de seguridad que considere el Departamento.

ESCENARIO COVID-19 3: Se trabajarán los contenidos de forma teórica

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE.

Estos criterios de evaluación serán los referentes de la evaluación para comprobar la adquisición de los objetivos propuestos y la asimilación de los contenidos trabajados. Los estándares de aprendizaje únicamente tendrán **carácter orientativo** y no tendrán por tanto una función determinante en la evaluación. Ésto se debe al cambio de normativa estatal de LOMCE a LOMLOE durante el presente curso 2021/2022 y la aplicación de la normativa autonómica correspondiente.

1. ACTIVIDADES INDIVIDUALES EN MEDIO ESTABLE: ATLETISMO

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, del atletismo, en condiciones reales o adaptadas.

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.

1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.

1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad del atletismo, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades trabajadas en el ciclo.

4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

5. Desarrollar 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.

5.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento y a sus posibilidades.

2. ACTIVIDADES DE ADVERSARIO: PALAS

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos de palas con eficacia y precisión

1.1. Ajusta la realización de palas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad.

1.2. Ajusta la realización de palas a los condicionantes generados por los compañeros y adversarios.

1.3. Adapta las técnicas de progresión a los cambios del medio priorizando la seguridad personal.

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, en la actividad de palas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.

3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición anticipándose a las acciones del adversario.

3.3 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de la actividad de palas intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.

3.4 Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas valorando las posibilidades de éxito de las mismas.

5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel identificando su relación con la salud.

5.1 Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de las diferentes tipos de actividad física.

7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.

7.1 Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.

7.2 Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.

8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.

8.3 Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del espectador.

3. ACTIVIDADES DE COLABORACIÓN-OPOSICIÓN: VOLEIBOL

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, en voleibol, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.

3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de voleibol anticipándose a las acciones del adversario.

3.2 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de voleibol, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.

3.3 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de voleibol, intercambiando los diferentes papeles con continuidad y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.

3.4 Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas valorando las posibilidades de éxito de las mismas.

7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.

7.1 Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.

7.2 Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.

8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.

8.1 Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz.

8.3 Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del espectador.

11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.

11.1 Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.

11.2 Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros en los trabajos de grupo.

4. ACTIVIDADES EN MEDIO NO ESTABLE: ESCALADA

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos de escalada con eficacia y precisión.

1.1. Ajusta la realización de la escalada a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad.

1.2. Ajusta la realización de la escalada a los condicionantes generados por los compañeros y adversarios.

1.3. Adapta las técnicas de progresión a los cambios del medio priorizando la seguridad personal.

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, en la escalada tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.

3.4 Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas valorando las posibilidades de éxito de las mismas.

9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de la escalada sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.

9.2 Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida

9.3 Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.

10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de la escalada teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previéndolas consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.

10.1 Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.

5. ACTIVIDADES ARTÍSTICO-EXPRESIVAS: COMPOSICIONES COREOGRÁFICAS.

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos en la habilidad propuestas, con eficacia y precisión.

1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad.

2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.

2.1 Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.

2.2 Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y en su caso, de interacción con los demás.

2.3 Colabora en el diseño y la realización de los montajes aportando y aceptando propuestas.

7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.

7.1 Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.

7.2 Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.

10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previéndolas consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.

10.1 Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.

11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.

11.1 Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.

11.2 Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros en los trabajos de grupo.

6. SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA.

4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.

4.1 Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.

4.2 Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas.

4.3 Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo del tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.

4.4 Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.

5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel identificando su relación con la salud.

5.1 Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de las diferentes tipos de actividad física.

5.2 Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

5.3 Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.

5.4 Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz y relacionándolas con su salud.

6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.

6.1 Analiza la actividad física de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y vuelta a la calma.

6.2 Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.

6.3 Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

12. Utiliza eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con el contenido del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado

12.1 Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales utilizando recursos tecnológicos.

12.2 Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para profundizar sobre los contenidos del curso.

7. Expresarse y comunicarse a través de la lengua vehicular del Inglés haciendo uso de los diferentes contenidos aprendidos en Educación Física.

RELACIÓN ENTRE CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE, INDICADORES DE EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS BÁSICAS.

CONTENIDOS	CRIT. EVALUACIÓN	STANDARES APREND.	INDICADORES	C
BLOQUE 1: ACTIV. MEDIO ESTABLE: PATINAJE SOBRE RUEDAS.	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos del patinaje con eficacia y precisión.	1 .Ajusta la realización del patinaje a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su	El alumno será capaz de: -conocer las ruedas, rodamientos, suspensiones -técnicas de frenado.	L D AA

<p>*Técnica de desplazamiento sobre los patines. *Control de la situación del centro de gravedad sobre el pie apoyado. Acción equilibradora de brazos. *capacidades motrices implicadas: equilibrio y coordinación. *Formas de evaluar el nivel técnico. *Aspectos preventivos: indumentaria, materiales, calentamiento específico, estiramientos. *La superación de retos como motivación.</p>	<p>7 Colabora en la planificación y en la organización de campeonatos deportivos previendo los medios para su celebración.</p> <p>10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica del patinaje previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.</p> <p>11. Demuestra actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.</p>	<p>seguridad. 1.2 Ajusta la realización del patinaje a los condicionantes generados por los compañeros. 1.3 Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio</p> <p>7.1 Asume las funciones encomendadas. 7.2 Verifica que su colaboración se ha coordinado con el resto de los implicados. 7.3 Presenta propuestas creativas de planificación.</p> <p>10.1 Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. 10.2 Identifica las lesiones mas frecuentes derivados de la práctica de patinaje 11.2 Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros en los trabajos de grupo.</p>	<p>desplazamientos y giros, virajes.. -efectuar giros de 180° a 360° sin desplazamiento. -deslizamientos de forma paralela, cruzando los patines, describiendo trayectorias, hacia atrás, levantando un pie.</p> <p>-Aceptar los distintos niveles de competencia motriz y de los compañeros. -asumir el uso de material adecuado para evitar posibles consecuencias. -aceptar sus aptitudes y el trabajo en grupo. -trabajo, interés, colaboración y esfuerzo diario.</p>
---	--	---	---

<p>BLOQUE 2: ACTIVIDADES DE.ADVERSARIO PALAS</p> <p>*Ejecución del gesto técnico: golpes y desplazamientos *Capacidades motrices implicadas. *Principios estratégicos, colocación de los golpes en función de la propia situación y de la del adversario. *Las palas como actividad recreativa en tiempo de ocio.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos de palas con eficacia y precisión.</p> <p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel identificando su relación con la salud.</p> <p>7 Colabora en la planificación y en la organización de campeonatos deportivos previendo los medios para su celebración.</p> <p>10. Asumir las responsabilidades previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.</p> <p>11.Demuestra actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas</p>	<p>1.1. Ajusta la realización de las palas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad.</p> <p>1.2 Ajusta la realización de las palas a los condicionantes generados por los compañeros.</p> <p>1.3 Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio</p> <p>5.1 Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en palas.</p> <p>7.1 Asume las funciones encomendadas.</p> <p>7.2 Verifica que su colaboración se ha coordinado con el resto de los implicados.</p> <p>7.3 Presenta propuestas creativas de planificación</p> <p>10.1 Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.</p> <p>10.2 Identifica las lesiones mas frecuentes derivados de la práctica de palas.</p> <p>11.2 Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros en los trabajos de grupo.</p>	<p>El alumno será capaz de conocer:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Material -Lugar de juego. -Técnica de base: <ul style="list-style-type: none"> Agarre o presa Golpe de derecha El revés Golpeo por encima de la cabeza Golpeo por debajo de la cintura. -mejora coordinación dinámico-general, óculo manual, velocidad de reacción. -realizar el juego en diferentes medios. - organizar campeonatos dentro del centro escolar. -aceptar sus actitudes y el trabajo en grupo. -desarrollar la relación social, la competencia sana y la diversión -trabajo diario, esfuerzo y participación. 	<p>M D AA SC</p>
--	--	---	---	------------------------------

<p>BLOQUE 3 ACT.COLABORACIÓN OPOSICIÓN: VOLEIBOL</p> <p>*Modelos técnicos y habilidades específicas: golpeos, desplazamientos y caídas. *Capacidades motrices implicadas. *Principios estratégicos y aspectos funcionales, función de los jugadores y dinámica interna. *Estímulos relevantes: situación de los jugadores, trayectorias del balón, espacios libres. *Ayudas a las acciones de los compañeros de equipo.</p>	<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o oposición en voleibol, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades del voleibol como forma de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas</p> <p>8. Analiza el fenómeno deportivo discriminando los aspectos educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia o la discriminación.</p> <p>10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica del voleibol previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.</p> <p>11. Demuestra actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas</p>	<p>3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de voleibol anticipándose a las acciones del adversario.</p> <p>3.3 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de voleibol intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.</p> <p>3.4 Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas valorando las posibilidades de éxito de las mismas</p> <p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas.</p> <p>8.1 Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes reconociendo los méritos</p> <p>10.1 Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.</p> <p>10.2 Identifica las lesiones mas frecuentes derivados de la práctica de voleibol.</p> <p>11.2 Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros en los trabajos de grupo.</p>	<p>El alumno será capaz de realizar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - los elementos técnicos individuales trabajados en clase: saque recepción pase de antebrazo, pase de colocación. Remate Bloqueo caídas -Colocación de los jugadores en el campo. -los fundamentos tácticos de defensa individual, de zona -aplicar la técnica y la táctica en una situación real de juego. -conocer la reglamentación. -realizar calentamientos específicos y fases finales. -fomentar el valor de la competición y de la tolerancia. -fomentar las actitudes de diálogo, paciencia, consideración y aprecio. -esfuerzo diario, trabajo y colaboración. 	<p>M</p> <p>D</p> <p>AA</p> <p>SC</p> <p>IE</p>
--	--	---	---	---

<p>BLOQUE4: ACTIV.MEDIO NO ESTABLE: ESCALADA (ORIENTACIÓN)</p> <p>*La escalada en instalaciones urbanas o entorno natural. *Posibilidades y características del entorno natural próximo. *Equipamiento básico. Elementos de seguridad. *Meteorología como factor a tener en cuenta. *Medidas de seguridad. *Conductas destinadas al cuidado del entorno</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos de escalada con eficacia y precisión.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrece la escalada como forma de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p> <p>9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de la escalada sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.</p> <p>10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de la escalada previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.</p>	<p>1.1. Ajusta la realización de la escalada a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad. 1.2 Ajusta la realización de la escalada a los condicionantes generados por los compañeros. 1.3 Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio priorizando la seguridad personal y colectiva. 8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de la escalada. 8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas 9.2 Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida 9.3 Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente 10.1 Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. 10.2 Identifica las lesiones mas frecuentes derivados de la práctica de la escalada.</p>	<p>El alumno será capaz de conocer: -principios básicos: Alejar el cuerpo de la pared, nunca cruzar los pies, máximo trabajo en las piernas y pies no movimientos bruscos, no escalar en terreno mojado. -técnicas para escalar: pared, grietas o chimeneas -importancia de: dominio del cuerpo, flexibilidad, excelente trabajo de piernas manejo coherente de la fuerza bruta. -Mantener hábitos de de conservación de la naturaleza -usar convenientemente el material así como los espacios de práctica. -asumir su responsabilidad y la de sus compañeros.</p>	<p>D SC IE</p>
---	--	---	---	------------------------

<p>BLOQUE 5 ACTIVIDADES. ARTÍSTICO EXPRESIVAS: COMPOSICIONES COREOGRÁFICAS.</p> <p>*Elementos musicales y su relación con el montaje coreográfico. Ritmo, frase y bloques. *Diseño y realización de coreografías. Agrupamientos y elementos coreográficos.</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos en la habilidad propuestas, con eficacia y precisión.</p> <p>2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.</p> <p>7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.</p> <p>11. Demuestra actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas</p>	<p>1.1. Ajusta la realización de una coreografía a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad.</p> <p>1.2 Ajusta la realización de la coreografía a los condicionantes generados por los compañeros.</p> <p>2.1 Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.</p> <p>2.2 Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y en su caso, de interacción con los demás.</p> <p>2.3 Colabora en el diseño y la realización de los montajes aportando y aceptando propuestas.</p> <p>7.1 Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.</p> <p>7.2 Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.</p> <p>11.2 Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros en los trabajos de grupo.</p>	<p>El alumno será capaz de:</p> <ul style="list-style-type: none"> -realizar por grupos en clase una coreografía. Duración: 2-3 minutos El grupo será numeroso. La música será libre y lo primero que se ha de seleccionar para hacer el montaje. La composición será dinámica y con grado de nivel elevado. -debe mostrar enlaces técnicos, estéticos y emocionales en relación con la música. -variedad en el uso de los elementos. -el recorrido dentro del practicable debe ser en su totalidad. -demostrar actitudes de cooperación y de apoyo al resto del grupo. -admitir las expresiones y propuestas de los demás. -colaborar en la planificación de torneos que se realicen en el instituto. -trabajo diario, esfuerzo y colaboración grupal. 	<p>M D AA SC IE</p>
---	--	---	--	-------------------------------------

<p>BLOQUE 6 SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA *Ventajas para la salud y riesgos de las actividades físicas. *Medidas preventivas en las actividades físicas en las que hay competición: preparación previa, adaptación de materiales.. *Actividades más apropiadas para conseguir los niveles saludables de condición física. *Desequilibrios posturales y ejercicios de compensación.. *Control de la intensidad de los esfuerzos: frecuencia cardíaca, escala de percepción de esfuerzo, el pulsómetro. *Balance energético entre ingesta y gasto calórico.</p>	<p>. 4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.</p> <p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel identificando su relación con la salud.</p> <p>. 6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.</p>	<p>4.1 Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.</p> <p>4.2 Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas.</p> <p>4.3 Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo del tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.</p> <p>4.4 Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.</p> <p>5.1 Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de las diferentes tipos de actividad física.</p> <p>5.2 Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.</p> <p>5.3 Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.</p> <p>5.4 Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz y relacionándolas con su salud.</p> <p>6.1 Analiza la actividad física de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y vuelta a la calma.</p>	<p>El alumno es capaz de conocer:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Nivel de partida: valoración del test de condición física. -El calentamiento específico. Características. Realización de rutinas adaptadas a la actividad física posterior. -Identificación y elección de ejercicios para el estiramiento por parejas (ejercicios estáticos y pasivos) de los principales grupos musculares y articulaciones. -Mejora y desarrollo de las capacidades físicas -Conocimiento teórico y práctico de sistemas y métodos básicos para la mejora de la fuerza.. - Ejecución de métodos activos-estáticos y dinámicos para el desarrollo de la flexibilidad. -Trabajo de fuerza y velocidad. -Relación entre la mejora de las cualidades físicas relacionadas con la salud y la adaptación de los aparatos y sistemas del cuerpo humano -Conceptos básicos y conocimiento de la valoración del gasto energético. -Nivel de test de condición física para valorar y conocer su estado registrando los resultados para su comparación con el curso anterior y posterior. --Efectos positivos de una correcta higiene postural. -Es capaz de reconocer la importancia del ejercicio físico para la salud. -interés, esfuerzo y trabajo diario.
---	--	--	--

EVALUACIÓN: PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

ACCIONES MOTRICES INDIVIDUALES EN ENTORNOS ESTABLES, EN SITUACIONES DE OPOSICIÓN Y EN SITUACIONES DE COOPERACIÓN, CON O SIN OPOSICIÓN

- Realización de pruebas prácticas y observación sistemática de la capacidad de ejecución individual de las cualidades motrices. **(Adaptadas al escenario y a las medidas de seguridad que se consideren para cada uno de ellos. No se hará en el Escenario 3)*
- Realización de pruebas prácticas y observación sistemática de la capacidad de ejecución individual de las habilidades específicas: deportes colectivos. **(Adaptadas al escenario y a las medidas de seguridad que se consideren para cada uno de ellos. No se hará en el Escenario 3)*
- Prueba teórica.
- Elaboración de trabajos.
- Observación sistemática de su interés, esfuerzo y trabajo.

ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ADAPTACIÓN AL ENTORNO

- Observación sistemática de las actividades que se realicen en la naturaleza. **(Escenario 1 y 2)*
- Se tendrá en cuenta la participación en las actividades extraescolares relacionadas con este medio. **(Escenario 1 y 2)*
- Elaboración de trabajos.
- Observación sistemática para comprobar su interés y trabajo.

ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ÍNDOLE ARTÍSTICA O DE EXPRESIÓN

- Observación de la actitud de los alumnos en clase. **(Se hará con vídeos o con trabajos en el Escenario 3)*
- Observación de la participación e integración de los alumnos en grupo. *(No se hará en el Escenario 3)*
- Elaboración de trabajos.

SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA.

- Realización de las pruebas o test de Condición Física comprobando los resultados iniciales individuales con los resultados de grupo. **(No se hará en escenario 3).*
- Observación sistemática en clase del desarrollo de las cualidades físicas. **(No se podrá hacer en el Escenario 3)*
- Prueba teórica.
- Elaboración de trabajos.
- Observación sistemática de su interés, esfuerzo y trabajo.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Todos los instrumentos de evaluación, son susceptibles de ser utilizados para evaluar cualquiera de los criterios, estándares, contenidos y competencias.

***Contenidos Conceptuales:**

Realización de pruebas escritas.

Escalas de clasificación cuantitativas: de 1 a 5, de 1 a 10, de 1 a 3,

***Contenidos Procedimentales:**

Instrumentos de valoración objetiva: **Rúbricas**, escalas, baremos, pruebas de valoración de la Condición Física: baterías de Condición Física, (aunque hay que explicar que se evalúa el interés, el esfuerzo y su implicación en la mejora de los resultados, más que los resultados obtenidos.)

Pruebas prácticas de las habilidades motrices y deportivas: **situación real de juego**, gimnasia artística y orientación.

Trabajo en grupos: En ritmo: coreografías y acrosport mediante un procedimiento de **coevaluación**: todos evalúan a todos teniendo presente la evaluación del profesor también. (2º ESO)

***Interés y trabajo diario.**

Observación cotidiana: sistemas de observación y registro, sistemáticos y continuos con elementos cuantitativos y cualitativos. Ej.: registros de clase, listas de control, etc.

Registros de observación de trabajo mediante plantillas.

Registro anecdótico: descripción de algún hecho observado, presencia o ausencia de una conducta (sí, no, a veces)

Rúbricas: flojo, regular, bien, muy bien,

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Los alumnos de ESO siguen los siguientes criterios de calificación. A la hora de valorar al alumno se tendrá en cuenta:

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos prácticos** se valora con un **40%** de la nota. Test y pruebas prácticas individuales y en grupo.

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos teóricos** mediante pruebas objetivas, se valora con un **30%** de la nota. Es necesario que el alumno obtenga en este apartado, al menos, un 3 para poder hacer media con el resto de apartados. Se realizarán pruebas técnico-tácticas a los alumnos.

- La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos de actitud (trabajo y esfuerzo diario en clase)** se valora con un **30%** de la nota, teniendo que obtener al menos un 3 de las notas de clase en el apartado actitudinal, para conseguir hacer media con los 2 apartados anteriores.

Un alumno tendrá aprobada la evaluación, cuando la nota media de los distintos estándares de aprendizaje sea **un 5**.

EXCEPCIONES:

❖ EXENTOS EN LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Salvo los casos contemplados por la el Real Decreto 242/2009, de 27 de febrero no existen alumnos exentos de la práctica de la Educación Física. Todos ellos deben asistir a clase obligatoriamente.

Hay que diferenciar entre EXENTOS PERMANENTES O EXENCIÓN TOTAL y los EXENTOS TEMPORALES O EXENCIÓN PARCIAL (más de 15 días).

Los primeros, deberán presentar certificado médico oficial en el que debe constar la enfermedad o lesión que padecen.

La evaluación de estos alumnos se realizará sobre la parte teórica y un trabajo a realizar por evaluación. Por tanto, se les eximirá exclusivamente de la parte práctica del área. Además prestará su colaboración en clase y su realización de tareas organizativas.

Los segundos, deberán presentar un justificante médico (de especialista o de cabecera) donde se indique las posibles tareas que el alumno puede o no realizar para que el profesor actúe en consecuencia. Durante las sesiones, en las unidades didácticas que no pueda realizar la parte práctica, realizará un contenido teórico.

La evaluación en los dos casos, se hará según los siguientes criterios de calificación: logro de aprendizaje de los estándares de aprendizaje que pueda alcanzar y aquellos que se puedan adaptar a las posibilidades del alumno exento de la parte práctica.

❖ OTROS CASOS:

1. Alumnos lesionados de corta duración: (de 1 a 3 sesiones). Se presentará justificante médico. Al no realizar práctica, recogerá en su cuaderno las actividades que se realicen en clase.

2. Faltas de asistencia. Tendrán que ser justificadas por sus padres junto con el justificante médico si es por causa médica, y entregada al día siguiente de dicha falta.

3. Faltas de asistencia injustificadas: según marca el RRI, si el alumno tiene más de un 20% de faltas injustificadas en una evaluación, no podrá aprobar dicha evaluación, **puediendo perder así el derecho a evaluación**, teniendo que presentarse al examen final ordinario de Junio.

El profesor avisará con antelación (principio de curso) al alumno de dicho procedimiento, y si el alumno falta, se informará también a su tutor para evitar en lo posible dicha problemática y cortar a tiempo dicho absentismo.

4. Criterios para la consideración de abandono de la asignatura: Se considerará que un alumno ha abandonado la asignatura cuando suceda alguna de las siguientes circunstancias:

- Faltar a clase injustificadamente
- Negativa sistemática a realizar las actividades propuestas por el profesor manteniendo una actitud pasiva.
- No traer de manera reiterada la ropa adecuada.
- No presentarse a pruebas ni entregar trabajos o dejar reiteradamente los exámenes en blanco.

Medidas a tomar en caso de riesgo de abandono de la asignatura:

Se informará al tutor y Jefatura de Estudios de dicha situación, para que se informe a los padres y se les avise de dicha posibilidad.

5. Faltas graves: insultos, mala educación, falta de respeto tanto al profesor como a cualquier otro alumno, maltrato de material o instalaciones, etc. Se irán acumulando en su ficha de observación.

6. Alumnos que no entreguen tareas, no responden al correo de EducaMadrid, ni se conectan al Aula Virtual en caso de pasar al Escenario 3: En el caso de confinamiento y no poder tener contacto con los alumnos, más allá de hacerlo por medios digitales, salvo causa justificada, se

considerará como abandono de la asignatura no entregar tareas de forma reiterada y después de la advertencia del profesor.

SISTEMAS DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES

En nuestra asignatura la evaluación es continua y debe ser así para detectar los problemas cuando se produzcan y poder dar respuesta inmediata.

Los procesos de aprendizaje son individuales. Por todo esto, las actividades de refuerzo y apoyo para los alumnos con evaluaciones pendientes las realizamos día a día ya que el profesor lleva un estudio individualizado de cada alumno y realiza un seguimiento del mismo, trabajando y reforzando, en casos particulares, el contenido que más dificultad conlleva para el alumno ante las pruebas a recuperar.

Debido a la no transversalidad de los contenidos en Educación Física, ya que los contenidos impartidos en una evaluación pueden ser completamente diferentes a los de la siguiente, si el profesor considera que el alumno ha adquirido los contenidos de la evaluación suspensa, el alumno podría recuperar y podrá realizar algún tipo de prueba extra si el profesor lo considera necesario.

RECUPERACIÓN DE ASIGNATURAS PENDIENTES

***Pautas generales:**

El profesor de Educación Física que le toque al alumno durante el curso les recordará al principio del año académico que tienen la asignatura suspensa.

Se les informará de cómo va a ser la recuperación:

Opción 1: Aprobar por curso

Si el alumno aprueba la 1ª y 2ª Evaluación aprobará automáticamente el curso anterior.

Opción 2: Trabajo en profundidad

Si el alumno suspende la 1ª y/o 2ª Evaluación deberá realizar un trabajo en profundidad sobre los contenidos del curso anterior. También se pedirá la realización de las pruebas físicas necesarias para aprobar cada trimestre (salvo en el Escenario 3, en el que no será necesario).

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA ORDINARIA DE JUNIO

Aquellos alumnos que no hayan aprobado la materia al final del curso podrán recuperar mediante un examen teórico-práctico que incluirá los contenidos impartidos durante el curso. *Los alumnos que perdieran el derecho a evaluación continua podrán realizar un examen final de la asignatura en este período.* En el Escenario 3 la parte práctica se no se podrá realizar. *Cabe destacar que durante el presente curso 2021/2022 la evaluación extraordinaria ha sido eliminada de acuerdo a la LOMLOE y la normativa autonómica.*

5. BACHILLERATO DIURNO Y NOCTURNO

CARACTERÍSTICAS

La Educación física en esta etapa de educación postobligatoria buscará que el alumnado valore los efectos positivos que tiene para su salud la práctica de actividad física de forma continuada, profundizando en el conocimiento de su propio cuerpo y sus posibilidades motrices. Deberá tener unos fundamentos básicos para poder realizar de forma autónoma actividad física con corrección y seguridad.

La Educación física en bachillerato es la culminación de la progresión de los aprendizajes iniciados en la Educación secundaria obligatoria, que deben ir dirigidos al desarrollo de los procesos de planificación de la propia actividad física favoreciendo de esta manera la autogestión y la autonomía. Asimismo, esta materia puede orientar al alumnado en la dirección de futuros estudios superiores, universitarios y profesionales, relacionados con las ciencias de la actividad física, el deporte y la salud.

En esta sociedad, cada día más sedentaria a causa de los avances tecnológicos y donde los problemas de obesidad van en aumento, buscaremos que el alumnado incorpore un modo de vida activo en el tiempo libre que incluya una actividad física por y para la salud para compensar ese sedentarismo, por lo que intentaremos ofrecer a nuestro alumnado un amplio abanico de actividades para que todos y cada uno de ellos puedan encontrar la que más se adapte a su gustos y necesidades. El proceso formativo de esta materia se orienta en torno a dos ejes fundamentales: en primer lugar, a la mejora de la salud como responsabilidad individual y como construcción social. En esta concepción tienen cabida tanto el desarrollo de componentes saludables de la educación física como la adopción de actitudes críticas a las prácticas que inciden negativamente en la misma. En segundo lugar, tiene que contribuir a afianzar la autonomía plena del alumnado para satisfacer sus propias necesidades motrices, al facilitarle la adquisición de los procedimientos necesarios para planificar, organizar y dirigir sus propias actividades. En este sentido, el alumnado de bachillerato no sólo participará en la ejecución de las actividades físicas, sino que, a partir de unas pautas establecidas por el profesorado, colaborará en su organización y planificación, reforzando de esta manera las competencias adquiridas en la etapa anterior.

OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA.

El Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos las capacidades que les permitan:

- a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- b) Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.
- c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición o circunstancia personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad.
- d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana.
- f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
- g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.

- h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
- i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
- l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- m) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
- n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.

COMPETENCIAS CLAVE

Se entiende por competencias las capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos. Las competencias serán las siguientes:

1. Comunicación lingüística.

La competencia en comunicación lingüística es el resultado de la acción comunicativa dentro de prácticas sociales determinadas, en las cuales el individuo actúa con otros interlocutores y a través de textos en múltiples modalidades, formatos y soportes. Estas situaciones y prácticas pueden implicar el uso de una o varias lenguas, en diversos ámbitos y de manera individual o colectiva. Para ello el individuo dispone de su repertorio plurilingüe, parcial, pero ajustado a las experiencias comunicativas que experimenta a lo largo de la vida. Las lenguas que utiliza pueden haber tenido vías y tiempos distintos de adquisición y constituir, por tanto, experiencias de aprendizaje de lengua materna o de lenguas extranjeras o adicionales.

Esta visión de la competencia en comunicación lingüística vinculada con prácticas sociales determinadas ofrece una imagen del individuo como agente comunicativo que produce, y no sólo recibe, mensajes a través de las lenguas con distintas finalidades. Valorar la relevancia de esta afirmación en la toma de decisiones educativas supone optar por metodologías activas de aprendizaje (aprendizaje basado en tareas y proyectos, en problemas, en retos, etcétera), ya sean estas en la lengua materna de los estudiantes, en una lengua adicional o en una lengua extranjera, frente a opciones metodológicas más tradicionales.

Además, la competencia en comunicación lingüística representa una vía de conocimiento y contacto con la diversidad cultural que implica un factor de enriquecimiento para la propia competencia y que adquiere una particular relevancia en el caso de las lenguas extranjeras. Por tanto, un enfoque intercultural en la enseñanza y el aprendizaje de las lenguas implica una importante contribución al desarrollo de la competencia en comunicación lingüística del alumnado.

2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.

La competencia matemática y las competencias básicas en ciencia y tecnología inducen y fortalecen algunos aspectos esenciales de la formación de las personas que resultan fundamentales para la vida.

En una sociedad donde el impacto de las matemáticas, las ciencias y las tecnologías es determinante, la consecución y sostenibilidad del bienestar social exige conductas y toma de

decisiones personales estrechamente vinculadas a la capacidad crítica y visión razonada y razonable de las personas.

3. Competencia digital.

La competencia digital es aquella que implica el uso creativo, crítico y seguro de las tecnologías de la información y la comunicación para alcanzar los objetivos relacionados con el trabajo, la empleabilidad, el aprendizaje, el uso del tiempo libre, la inclusión y participación en la sociedad.

Esta competencia supone, además de la adecuación a los cambios que introducen las nuevas tecnologías en la alfabetización, la lectura y la escritura, un conjunto nuevo de conocimientos, habilidades y actitudes necesarias hoy en día para ser competente en un entorno digital.

Requiere de conocimientos relacionados con el lenguaje específico básico: textual, numérico, icónico, visual, gráfico y sonoro, así como sus pautas de decodificación y transferencia. Esto conlleva el conocimiento de las principales aplicaciones informáticas.

Supone también el acceso a las fuentes y el procesamiento de la información; y el conocimiento de los derechos y las libertades que asisten a las personas en el mundo digital.

Igualmente precisa del desarrollo de diversas destrezas relacionadas con el acceso a la información, el procesamiento y uso para la comunicación, la creación de contenidos, la seguridad y la resolución de problemas, tanto en contextos formales como no formales e informales. La persona ha de ser capaz de hacer un uso habitual de los recursos tecnológicos disponibles con el fin de resolver los problemas reales de un modo eficiente, así como evaluar y seleccionar nuevas fuentes de información e innovaciones tecnológicas, a medida que van apareciendo, en función de su utilidad para acometer tareas u objetivos específicos.

La adquisición de esta competencia requiere además actitudes y valores que permitan al usuario adaptarse a las nuevas necesidades establecidas por las tecnologías, su apropiación y adaptación a los propios fines y la capacidad de interaccionar socialmente en torno a ellas. Se trata de desarrollar una actitud activa, crítica y realista hacia las tecnologías y los medios tecnológicos, valorando sus fortalezas y debilidades y respetando principios éticos en su uso. Por otra parte, la competencia digital implica la participación y el trabajo colaborativo, así como la motivación y la curiosidad por el aprendizaje y la mejora en el uso de las tecnologías

4. Aprender a aprender.

La competencia de aprender a aprender es fundamental para el aprendizaje permanente que se produce a lo largo de la vida y que tiene lugar en distintos contextos formales, no formales e informales.

Esta competencia se caracteriza por la habilidad para iniciar, organizar y persistir en el aprendizaje. Esto exige, en primer lugar, la capacidad para motivarse por aprender.

Esta motivación depende de que se genere la curiosidad y la necesidad de aprender, de que el estudiante se sienta protagonista del proceso y del resultado de su aprendizaje y, finalmente, de que llegue a alcanzar las metas de aprendizaje propuestas y, con ello, que se produzca en él una percepción de auto-eficacia. Todo lo anterior contribuye a motivarle para abordar futuras tareas de aprendizaje.

En segundo lugar, en cuanto a la organización y gestión del aprendizaje, la competencia de aprender a aprender requiere conocer y controlar los propios procesos de aprendizaje para ajustarlos a los tiempos y las demandas de las tareas y actividades que conducen al aprendizaje. La competencia de aprender a aprender desemboca en un aprendizaje cada vez más eficaz y autónomo.

Esta competencia incluye una serie de conocimientos y destrezas que requieren la reflexión y la toma de conciencia de los propios procesos de aprendizaje. Así, los procesos de conocimiento se convierten en objeto del conocimiento y, además, hay que aprender a ejecutarlos adecuadamente.

Aprender a aprender incluye conocimientos sobre los procesos mentales implicados en el aprendizaje (cómo se aprende). Además, esta competencia incorpora el conocimiento que posee el

estudiante sobre su propio proceso de aprendizaje que se desarrolla en tres dimensiones: a) el conocimiento que tiene acerca de lo que sabe y desconoce, de lo que es capaz de aprender, de lo que le interesa, etcétera; b) el conocimiento de la disciplina en la que se localiza la tarea de aprendizaje y el conocimiento del contenido concreto y de las demandas de la tarea misma; y c) el conocimiento sobre las distintas estrategias posibles para afrontar la tarea.

5. Competencias sociales y cívicas

Las competencias sociales y cívicas implican la habilidad y capacidad para utilizar los conocimientos y actitudes sobre la sociedad, entendida desde las diferentes perspectivas, en su concepción dinámica, cambiante y compleja, para interpretar fenómenos y problemas sociales en contextos cada vez más diversificados; para elaborar respuestas, tomar decisiones y resolver conflictos, así como para interactuar con otras personas y grupos conforme a normas basadas en el respeto mutuo y en convicciones democráticas.

Además de incluir acciones a un nivel más cercano y mediato al individuo como parte de una implicación cívica y social.

Se trata, por lo tanto, de aunar el interés por profundizar y garantizar la participación en el funcionamiento democrático de la sociedad, tanto en el ámbito público como privado, y preparar a las personas para ejercer la ciudadanía democrática y participar plenamente en la vida cívica y social gracias al conocimiento de conceptos y estructuras sociales y políticas y al compromiso de participación activa y democrática.

6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

La competencia sentido de iniciativa y espíritu emprendedor implica la capacidad de transformar las ideas en actos. Ello significa adquirir conciencia de la situación a intervenir o resolver, y saber elegir, planificar y gestionar los conocimientos, destrezas o habilidades y actitudes necesarios con criterio propio, con el fin de alcanzar el objetivo previsto.

Esta competencia está presente en los ámbitos personal, social, escolar y laboral en los que se desenvuelven las personas, permitiéndoles el desarrollo de sus actividades y el aprovechamiento de nuevas oportunidades. Constituye igualmente el cimiento de otras capacidades y con conocimientos más específicos

7. Conciencia y expresiones culturales.

La competencia en conciencia y expresión cultural implica conocer, comprender, apreciar y valorar con espíritu crítico, con una actitud abierta y respetuosa, las diferentes manifestaciones culturales y artísticas, utilizarlas como fuente de enriquecimiento y disfrute personal y considerarlas como parte de la riqueza y patrimonio de los pueblos.

Esta competencia incorpora también un componente expresivo referido a la propia capacidad estética y creadora y al dominio de aquellas capacidades relacionadas con los diferentes códigos artísticos y culturales, para poder utilizarlas como medio de comunicación y expresión personal. Implica igualmente manifestar interés por la participación en la vida cultural y por contribuir a la conservación del patrimonio cultural y artístico, tanto de la propia comunidad como de otras comunidades.

CONTRIBUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA A LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

La materia de la Educación Física contribuye de manera directa y clara en la consecución de las competencias básicas:

-Competencia en comunicación lingüística.

Ofrece gran variedad de situaciones en las que la interacción entre iguales se produce a través del lenguaje verbal y no verbal.

-Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

Contribuye sobre todo, en cuanto a aspectos cuantitativos: cálculo de porcentajes, fórmulas para calcular el índice de masa corporal, o el umbral aeróbico, elaboración e interpretación de gráficos, etc.

-Competencia digital.

Contribuye mediante la búsqueda, selección y valoración de la información que permita una cierta autonomía en la planificación y organización de la propia actividad física.

-Competencia para aprender a aprender.

Lo hace en la adquisición de habilidades para el trabajo en equipo en las diversas actividades deportivas colectivas y en las actividades expresivas en grupo.

Esta materia además, ofrece recursos para la planificación de calentamientos y determinadas actividades físicas a partir de un proceso de experimentación.

Todo ello, permite que el alumnado sea capaz de regular su propio aprendizaje y práctica de actividad física en su tiempo libre de una forma organizada.

-Competencia social y cívica.

Las actividades físicas son un medio eficaz para facilitar la integración y fomentar el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación, la igualdad y el trabajo en equipo. La práctica y la organización de las actividades colectivas exigen la integración en un proyecto común, y la aceptación de las diferencias y limitaciones de los participantes. El cumplimiento de las normas y reglamentos que rigen las actividades deportivas colaboran en la aceptación de los códigos de conducta propios de una sociedad.

-Competencia de iniciativa y espíritu emprendedor.

Colabora en dos sentidos: Por un lado dando protagonismo al alumnado en aspectos de organización individual y colectiva de jornadas y actividades físicas y deportivas o de ritmo, y en aspectos de planificación de calentamientos y de actividades para la mejora de su condición física..

Por otro lado, la educación física colabora en la consolidación de esta competencia en la medida en que enfrenta al alumnado a situaciones en las que debe manifestar habilidades personales de auto superación, perseverancia y actitud positiva.

-Conciencia y expresiones culturales.

Lo hace mediante el reconocimiento y la valoración de las manifestaciones culturales de la modicidad humana, tales como los deportes, los juegos tradicionales, las actividades expresivas o la danza.

Esta materia colabora también desde las experiencias sensoriales y emocionales propias de las actividades de la expresión corporal.

ADQUISICIÓN DE COMPETENCIAS POR BLOQUES DE CONTENIDOS.

Competencias Básicas	
(L) Competencia en comunicación lingüística	(SC) Competencia social y ciudadana.
(M) Competencia Matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.	(IE) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

(D) Tratamiento de la información y competencia digital

(CEC) Conciencia y expresiones culturales.

(AA) Competencia para aprender a aprender.

	COMPETENCIAS BASICAS.						
	L	M	D	AA	SC	IE	CEC
BLOQUE1.	X		X	X			
BLOQUE2.		X	X	X	X		
BLOQUE3.		X	X	X	X	X	
BLOQUE4.		X	X		X	X	
BLOQUE5.		X	X	X	X	X	X
BLOQUE6.			X	X		X	

ELEMENTOS TRANSVERSALES (RD 1105/14. Art.6.1)

Al igual que en las Competencias Básicas, se promoverán en todos los contenidos los siguientes Elementos Transversales:

-Comprensión lectora, la cual se favorece a través del vocabulario específico de cada bloque de contenidos. En bachillerato, se va enriqueciendo el vocabulario y el lenguaje es más correcto.

-Expresión oral y escrita: mediante la realización de resúmenes y trabajos, elaboración del cuaderno, etc. Esto supondrá un aporte importante. En este nivel, se comprenderán mensajes orales y escritos cada vez más complejos.

-Comunicación audiovisual.

-Tecnologías de la Información y Comunicación, las cuales se utilizan como herramienta de trabajo individual y compartido, y se ponen al servicio del aprendizaje siempre que sean bien usadas.

-Desarrollo del espíritu emprendedor, a la hora de llevar a cabo actividades deportivo-recreativas individuales y colectivas de ocio, o bien, de planificar su propia mejora de la condición física. También se manifiesta en situaciones donde debe manifestarse la autosuperación, perseverancia y actitud positiva. El alumno se enfrenta a situaciones nuevas con autonomía, confianza y creatividad.

-Educación Cívica y constitucional: esta materia es una herramienta buena para facilitar la integración, fomentar el respeto, la cooperación, la igualdad, el trabajo en equipo y aprender a respetar las normas y reglamentos en aquellos deportes individuales y colectivos.

EDUCACIÓN FÍSICA BACHILLERATO: CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

CONTENIDOS

BLOQUE 1. .

Análisis de la implicación de los factores de la aptitud motriz en las actividades seleccionadas.
Márgenes de mejora de la aptitud motriz en función del nivel personal y de las posibilidades de práctica.

Procedimientos para la **autoevaluación de la aptitud motriz**.

Toma de conciencia de las propias características y posibilidades.

La norma como elemento regulador de conductas en las actividades socio-motrices.

Capacidades emocionales y sociales en la situación competitiva. Respeto y valoración del adversario.

Estrategias en las actividades de oposición practicadas. Búsqueda de situaciones de ventaja propia y desventaja del adversario.

BLOQUE 2.

Perfeccionamiento de las **habilidades específicas de las actividades físico-deportivas elegidas**.

Ajuste de la realización de las habilidades técnicas a la finalidad y oportunidad de cada una de ellas.

Selección y realización de los **fundamentos técnicos** apropiados atendiendo a los cambios que se producen en el entorno de práctica.

Adecuación de los componentes técnico tácticos a diferentes situaciones de juego.

Sistemas de juego de las actividades de colaboración-oposición elegidas.

Coordinación con los compañeros, responsabilidad en las propias funciones y ayudas en las estrategias colectivas.

Repercusión social y económica del fenómeno deportivo: deporte praxis versus deporte espectáculo, análisis de modelos de conducta que se asocian al deporte, intereses económicos y políticos, etc

BLOQUE 3.

El entorno natural y las actividades físico-deportivas: impacto de las actividades en los ecosistemas, relación entre la recreación y el civismo.

Autogestión de las actividades físico-deportivas en el entorno natural como actividades de ocio: requisitos para utilizar los espacios naturales, comunicación de la actividad.

Medidas de prevención y seguridad en las actividades físico-deportivas en el medio natural: información fiable sobre meteorología, adecuación de la indumentaria, estado de los materiales, adecuación del nivel de dificultad y el nivel de competencia de los participantes, avituallamiento y lugares de estancia o pernoctación, etc.

BLOQUE 4

Calidades de movimiento y expresividad. Espacio, tiempo e intensidad.

Parámetros espaciales y agrupamientos en las composiciones.

Coherencias expresivas y temporales de la música y el movimiento.

Las actividades artístico-expresivas como fenómeno colectivo y la influencia de las redes-sociales

Manifestaciones culturales de la danza y la expresión corporal.

BLOQUE 5

Profundización en el trabajo de acondicionamiento físico enfocado a las propias necesidades.

Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos.

Programas de mejora de las capacidades físicas y coordinativas implicadas en las actividades físico-deportivas practicadas, dentro de los márgenes de la salud.

Práctica y caracterización de actividades de acondicionamiento físico que se ofertan en el entorno: cardiovasculares con y sin soporte musical, musculación, gimnasias posturales, etc.

Hidratación y alimentación en los programas personales de actividad física.

Ejercicio físico y modelo social de cuerpo. Cuerpo masculino y cuerpo femenino y su reflejo en las actividades individuales. Interferencias entre los modelos sociales de cuerpo y la salud.

BLOQUE 6

Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza aprendizaje.

TEMPORALIZACIÓN 1º BACHILLERATO

1ª EVALUACIÓN

Salud y Condición Física.

Profundización en el trabajo de Acondicionamiento físico y mejora de las capacidades físicas enfocadas a las propias necesidades. (Resistencia y Flexibilidad)

Ajuste y perfeccionamiento de Voleibol.

2ª EVALUACIÓN

Salud y Condición Física.

Profundización en el trabajo de Acondicionamiento físico y mejora de las capacidades físicas enfocadas a las propias necesidades. (Fuerza y Velocidad)

Participación en diseño y ejecución de actividades corporales colectivas.

Actividades artístico-expresivas como fenómeno colectivo.

Ajuste y perfeccionamiento de Fútbol.

3ª EVALUACIÓN

Salud y Condición Física

Hidratación y alimentación en los programas de actividad física.

Actividades físico-deportivas en medio estable y no estable. Autogestión.

Ajuste y perfeccionamiento de Baloncesto

Organización de carreras de Orientación

Esta temporalización está sujeta a la disponibilidad de instalaciones del centro y a la coincidencia del profesorado en el momento de impartir la clase.

ESCENARIO DE PRESENCIALIDAD I: Distancia interpersonal de 1.2m y ratio según ley

Se trabajarán todos los contenidos

ESCENARIO DE PRESENCIALIDAD II: 1º y 2º ESO mantiene escenario I, 3º y 4º ESO, Bachillerato, FP y Régimen especial mantendrán distancia de 1,5m y excepcionalmente semipresencialidad

1º y 2º ESO: Se trabajarán todos los contenidos, sin embargo en la parte práctica se seguirá la normativa relacionada con el escenario correspondiente.

Cursos superiores: Se adaptará la práctica deportiva a la normativa correspondiente y en caso de semipresencialidad los alumnos tendrán una mayor carga de trabajo teórico en casa debido a la reducción horaria presencial.

ESCENARIO DE NO PRESENCIALIDAD: Suspensión de las clases presenciales debido a la incidencia

Los alumnos trabajarán de forma ONLINE, y los criterios de calificación pasarán a ser 100% contenidos teórico

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

Estos criterios de evaluación serán los referentes de la evaluación para comprobar la adquisición de los objetivos propuestos y la asimilación de los contenidos trabajados. Los estándares de aprendizaje únicamente tendrán **carácter orientativo** y no tendrán por tanto una función determinante en la evaluación. Ésto se debe al cambio de normativa estatal de LOMCE a LOMLOE durante el presente curso 2021/2022 y la aplicación de la normativa autonómica correspondiente.

BLOQUE I

1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.

1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.

1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.

1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.

3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

3.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.

3.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno.

3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.

3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración- oposición, adaptándolas a las características de los participantes.

BLOQUE 2.

1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.

1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas

1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo

3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

3.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.

3.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno.

3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.

3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración- oposición, adaptándolas a las características de los participantes.

7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.

7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.

8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.

8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.

8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.

BLOQUE 3

1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.

1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.

3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.

6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física

6.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.

6.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.

7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.

actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.

7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.

7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.

7.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.

8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.

8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.

8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.

9. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.

9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.

9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.

BLOQUE 4

2. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.

2.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.

2.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.

2.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.

8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.

8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.

8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.

BLOQUE 5

1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.

1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.

1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.

4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.

4.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.

4.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.

4.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.

4.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.

5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.

5.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.

5.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.

5.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.

5.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.

5.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.

5.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas.

6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física

6.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.

8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.

8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.

8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.

BLOQUE 6

9. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.

9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.

9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.

EVALUACIÓN: PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

PAUTAS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

*Intentar el máximo grado de cumplimiento de los objetivos y contenidos a impartir durante el curso, siempre que se cuente con el tiempo necesario.

*Basar la metodología más conveniente en función de los grupos a impartir: en 1º Bachillerato: búsqueda de soluciones” y “descubrimiento guiado”.

*Utilizar los procedimientos e instrumentos de evaluación más idóneos y adecuados. Tales como Test de Condición Física como punto de referencia para ver la progresión del alumno, o bien, usar los instrumentos de evaluación en todos los niveles: conceptual, procedimental.

*Adecuación e idoneidad de los planes de recuperación para los alumnos con el área pendiente, teniendo en cuenta que nuestra asignatura es eminentemente práctica.

*Manifestar a los alumnos la importancia del clima de convivencia en el aula, clima de cooperación y respeto

PROCEDIMIENTOS –INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Se pretende:

- Valorar el progreso individual de cada alumno/a, tomando como referencia su situación individual y el trabajo diario que desarrolla.

- Determinar el nivel de conocimientos, capacidades y destrezas alcanzadas, en relación a los objetivos fijados.

- Proporcionar datos en cada momento, del grado de eficacia de proceso enseñanza-aprendizaje.

La evaluación requiere un **seguimiento** de cada uno de los alumnos reflejando sus puntos fuertes, débiles y de las propuestas a realizar. Haremos un estudio sistemático del proceso de enseñanza-aprendizaje, para ello, utilizaremos los procedimientos de valoración objetiva y subjetiva, observando el progreso cotidiano del alumno en lo que se refiere a su trabajo y actitud para valorar así, el grado de adquisición de los objetivos generales.

A continuación especificaremos los **procedimientos, instrumentos** y técnicas que vamos a aplicar para la evaluación de nuestros alumnos de bachillerato:

- Las técnicas y procedimientos básicamente son cuatro: observación (de la conducta, valores que utiliza, actitudes que desarrolla, nivel de integración,...), interrogación (utilizando cuestionarios, entrevistas, dinámicas,... para conocer el entorno familiar, sus opiniones, valores, intereses, motivación,...), análisis de las realizaciones de los alumnos (cuadernos, ejercicios, trabajos individuales, en equipo,...), y las pruebas específicas (prácticas y teóricas).

- Los instrumentos de evaluación: test, baterías, escalas de desarrollo, listas de control, registros anecdóticos, muestreos, cuestionarios, entrevistas, etc.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Los alumnos de Bachillerato siguen los siguientes criterios de calificación. (Aunque en determinados momentos (según actitud y conocimientos del grupo) se pueda utilizar una mayor flexibilidad con estos apartados en cuanto a porcentajes se refiere.). A la hora de valorar al alumno se tendrá en cuenta:

Para Bachillerato diurno:

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos prácticos** se valora con un **40%** de la nota. Test y pruebas prácticas individuales y en grupo.

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos teóricos** mediante pruebas objetivas, se valora con un **30%** de la nota. Es necesario que el alumno obtenga en este apartado, al menos, un 3 para poder hacer media con el resto de apartados (la media de los dos apartados tiene que ser 5 o superior a 5). Se realizarán pruebas técnico-tácticas a los alumnos.- La nota obtenida de la parte relacionada con **la actitud (trabajo y esfuerzo** diario en clase) se valora con un **30%** de la nota.

Un alumno tendrá aprobada la evaluación, cuando la nota media de los distintos estándares de aprendizaje sea **un 5**.

Para el Bachillerato nocturno:

Según marca la Orden 3894/2008, de 31 de julio, por la que se ordenan y organizan para las personas adultas las enseñanzas de Bachillerato en los regímenes nocturno y a distancia en la Comunidad de Madrid, el 100% de la nota vendrá de la parte teórica de la asignatura. El **70%** de la nota responderá al trabajo que se mandará en cada una de las evaluaciones y el **30%** a una o varias pruebas objetivas a través de exámenes y/o preguntas en clase. Además, la asistencia participativa a clase se premiará con un punto más en la nota final de la evaluación.

EXCEPCIONES:

❖ EXENTOS EN LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Salvo los casos contemplados por la el Real Decreto 242/2009, de 27 de febrero no existen alumnos exentos de la práctica de la Educación Física. Todos ellos deben asistir a clase obligatoriamente.

Hay que diferenciar entre EXENTOS PERMANENTES O EXENCIÓN TOTAL y los EXENTOS TEMPORALES O EXENCIÓN PARCIAL (más de 15 días).

Los primeros, deberán presentar certificado médico oficial en el que debe constar la enfermedad o lesión que padecen.

La evaluación de estos alumnos se realizará sobre la parte teórica y un trabajo a realizar por evaluación. Por tanto, se les eximirá exclusivamente de la parte práctica del área. Además prestará su colaboración en clase y su realización de tareas organizativas.

Los segundos, deberán presentar un justificante médico (de especialista o de cabecera) donde se indique las posibles tareas que el alumno puede o no realizar para que el profesor actúe en consecuencia. Durante las sesiones, en las unidades didácticas que no pueda realizar la parte práctica, realizará un contenido teórico.

La evaluación en los dos casos, se hará según los siguientes criterios de calificación: logro de aprendizaje de los estándares de aprendizaje que pueda alcanzar y aquellos que se puedan adaptar a las posibilidades del alumno exento de la parte práctica.

❖ OTROS CASOS:

1. Alumnos lesionados de corta duración: (de 1 a 3 sesiones). Se presentará justificante médico. Al no realizar práctica, recogerá en su cuaderno las actividades que se realicen en clase.

2. Faltas de asistencia. Tendrán que ser justificadas por sus padres junto con el justificante médico si es por causa médica, y entregada al día siguiente de dicha falta.

3. Faltas de asistencia injustificadas: según marca el RRI, si el alumno tiene más de un 20% de faltas injustificadas en una evaluación, no podrá aprobar dicha evaluación, **pudiendo perder así el derecho a evaluación**, teniendo que presentarse al examen final ordinario de Junio.

El profesor avisará con antelación (principio de curso) al alumno de dicho procedimiento, y si el alumno falta, se informará también a su tutor para evitar en lo posible dicha problemática y cortar a tiempo dicho absentismo.

4. Criterios para la consideración de abandono de la asignatura: Se considerará que un alumno ha abandonado la asignatura cuando suceda alguna de las siguientes circunstancias:

- Faltar a clase injustificadamente
- Negativa sistemática a realizar las actividades propuestas por el profesor manteniendo una actitud pasiva.
- No traer de manera reiterada la ropa adecuada.
- No presentarse a pruebas ni entregar trabajos o dejar reiteradamente los exámenes en blanco.

Medidas a tomar en caso de riesgo de abandono de la asignatura:

Se informará al tutor y Jefatura de Estudios de dicha situación, para que se informe a los padres y se les avise de dicha posibilidad.

5. Faltas graves: insultos, mala educación, falta de respeto tanto al profesor como a cualquier otro alumno, maltrato de material o instalaciones, etc. Se irán acumulando en su ficha de observación.

6. Alumnos que no entreguen tareas, no responden al correo de EducaMadrid, ni se conectan al Aula Virtual en caso de pasar al Escenario 3: En el caso de confinamiento y no poder tener contacto con los alumnos, más allá de hacerlo por medios digitales, salvo causa justificada, se considerará como abandono de la asignatura no entregar tareas de forma reiterada y después de la advertencia del profesor.

SISTEMAS DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES

En nuestra asignatura la evaluación es continua y debe ser así para detectar los problemas cuando se produzcan y poder dar respuesta inmediata.

Los procesos de aprendizaje son individuales. Por todo esto, las actividades de refuerzo y apoyo para los alumnos con evaluaciones pendientes las realizamos día a día ya que el profesor lleva un estudio individualizado de cada alumno y realiza un seguimiento del mismo, trabajando y reforzando, en casos particulares, el contenido que más dificultad conlleva para el alumno ante las pruebas a recuperar.

Debido a la no transversalidad de los contenidos en Educación Física, ya que los contenidos impartidos en una evaluación pueden ser completamente diferentes a los de la siguiente, si el profesor considera que el alumno ha superado los contenidos impartidos, el alumno podría recuperar la evaluación suspensa. El profesor podrá realizar pruebas específicas para comprobar el grado de adquisición de los contenidos. En el caso que los contenidos no fueran equivalentes el alumno debería esperar a las recuperaciones de junio para ser evaluado de dichos contenidos.

ALUMNOS DE 2º DE BACHILLERATO CON LA MATERIA DE 1º PENDIENTE. (DIURNO Y NOCTURNO)

Para aprobar la asignatura los alumnos tienen que ponerse en contacto con el profesor que imparte la materia para acordar la estructura de la prueba, consistente en: realizar dos trabajos MANUSCRITOS sobre:

Sobre **Condición Física**: El trabajo constará de:

1. PORTADA
2. ÍNDICE
3. INTRODUCCIÓN
 - Objetivo del plan de entrenamiento
 - Datos sobre el sujeto al que está dirigido el entrenamiento
4. ENTRENADORES/AS
5. PLAN DE ENTRENAMIENTO DE 4 SEMANAS
6. CONCLUSIÓN
7. BIBLIOGRAFÍA

Sobre **un deporte**, que debe incluir, al menos, los siguientes contenidos:

1. Historia
2. Reglamento.
3. Técnica
4. Táctica.
5. Entrenamiento.
6. Competiciones.
7. Presencia en los Juegos Olímpicos.
8. Deportistas destacados.
9. Bibliografía y fuentes utilizadas.

Se entregarán en las fechas establecidas por el profesor.

Si los alumnos no obtienen calificación positiva en dicho trabajo, deberán presentarse a un examen en convocatoria extraordinaria de junio que se convocará por Jefatura de Estudios. Dicho examen estará relacionado con los contenidos de condición física y los deportes trabajados en el curso suspenso. En el Bachillerato diurno incluirá pruebas prácticas (salvo en el Escenario 3).

La obtención de la nota se realizará teniendo en cuenta la nota del examen teórico y la parte práctica (esta segunda parte solo para el Bachillerato diurno y siempre que no se pase al Escenario 3).

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA ORDINARIA DE JUNIO

Aquellos alumnos que no hayan aprobado la materia al final del curso podrán recuperar mediante un examen teórico-práctico que incluirá los contenidos de las evaluaciones suspensas. *Los alumnos que perdieran el derecho a evaluación continua podrán realizar un examen final de la asignatura en este período. En el Escenario 3 la parte práctica se no se podrá realizar.*

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA DE JUNIO.

Aquellos alumnos que no hayan aprobado el curso en la convocatoria ordinaria, pueden recuperarla mediante un examen teórico-práctico que incluirá los contenidos correspondientes. Lo mismo ocurrirá para los alumnos que tengan la materia pendiente de cursos anteriores. *En el Escenario 3 la parte práctica se no se podrá realizar.*

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA ORDINARIA

Los que no han aprobado la materia al final del curso, pueden recuperarla mediante un examen teórico y/o práctico que incluya el contenido impartido durante el curso.

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA DE JUNIO.

El examen para esta convocatoria constará de lo siguiente:

- ✓ Diseño y organización de una carrera de orientación y actividades físico-deportivas para un grupo de personas.
- ✓ Demostrar un nivel mínimo de utilización de recursos técnicos en los deportes: fútbol, baloncesto y voleibol.
- ✓ Participar en una coreografía con base musical.
- ✓ Conocer y poner en práctica un programa de acondicionamiento físico para la mejora de sus propias capacidades físicas. Relacionar el buen estado de dichas capacidades con su salud.