

CONTENIDOS, INSTRUMENTOS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y PROCEDIMIENTOS DE RECUPERACIÓN.

I-CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

1-APARTADO TEÓRICO: exámenes teóricos 20% y presentación del cuaderno de la asignatura y de los trabajos requeridos: 10%.

2-APARTADO PRÁCTICO: resultados de las pruebas objetivas realizadas de carácter práctico: el 40% de la nota total.

3-TRABAJO DIARIO: esta nota se obtiene por la realización de las tareas propuestas en clase: el 30% de la nota total.

***ES OBLIGATORIO SACAR EN EL EXAMEN TEÓRICO, EN LA PARTE PRÁCTICA Y EN EL TRABAJO DIARIO, UN MÍNIMO DE 3 SOBRE 10 PARA PODER HACER MEDIA CON EL RESTO DE NOTAS. DE NO SER ASÍ SUSPENDERÁ DIRECTAMENTE LA EVALUACIÓN.**

*La no presentación al examen de carnaval, sin justificación administrativa o médica, supondrá el suspenso de la evaluación. En caso de estar justificado deberán realizar el examen el día y hora estipulados por el departamento de educación física.

* Así mismo, recalcamos que en lo referente a la condición física, en relación a la salud, se exigirá a todo el alumnado la superación de mínimos propios de su edad al menos en las pruebas de condición física de resistencia, fuerza abdominal, fuerza de brazos, fuerza de piernas y flexibilidad de tronco. Deberán sacar un mínimo de 3 de nota media, no pudiendo tener más de 2 pruebas por debajo de esta calificación.

- **La nota final** será la media de las tres evaluaciones (siempre y cuando estén todas ellas aprobadas), considerando la nota de la 3ª evaluación repartida en un 90% hasta la entrega del boletín y el 10% restante con el trabajo diario del periodo comprendido entre la 3ª y la evaluación final.

*** EL ALUMNADO EXENTO DE LA PARTE PRÁCTICA:**

ALUMNADO CON UNA EXENCIÓN DE CURSO COMPLETO: deberá hacer una solicitud por escrito, pasándola por registro con los informes médicos oportunos, dirigido al director.

ALUMNADO CON EXENCIÓN TEMPORAL: entregará a su profesor/a los informes médicos oportunos en que especifique el motivo y la duración de la misma.

EN AMBOS CASOS: tienen obligación de asistir a las clases. Realizarán un trabajo teórico-práctico (arbitrajes, etc) o un diario de clase escrito y presentarán un trabajo teórico, propuesto por el profesorado, para compensar la parte práctica.

CONTENIDOS, INSTRUMENTOS DE CALIFICACIÓN	
1.CONTENIDOS TEÓRICOS (Examen teórico y presentación del cuaderno de la asignatura)	
<u>1ª Evaluación:</u>	-El calentamiento. -Beneficios y frecuencia de la actividad física. - Ejercicio físico y salud y salud mental. - Pautas para tratar el dolor muscular
<u>2ª Evaluación:</u>	-Capacidades físicas básicas - Alimentación saludable - Educación postural - Efectos de los malos hábitos sobre la salud
<u>3ª Evaluación:</u>	-Frecuencia cardiaca. - Deporte y género - Prevención y actuaciones básicas ante accidentes (PAS, 112, SVB) - Conocimiento y respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos.
2.CONTENIDOS PRÁCTICOS (Batería Eurofit, listas de control y registro anecdótico)	
<u>1ª Evaluación:</u>	-Condición física - Juegos motrices - Unihockey -Bádminton
<u>2ª Evaluación:</u>	-Atletismo: carrera de velocidad y salto de longitud -Condición física. -Mimo y juego dramático. Danza aeróbica - Colpbol
<u>3ª Evaluación:</u>	-Condición física -Senderismo - Combas o malabares -Balonmano - Autoconstrucción de materiales para la práctica motriz

3. TRABAJO DIARIO (Lista de control y registro anecdótico)

- Respetar las normas y reglamento de las actividades físico-deportivas.
- Colabora en las actividades grupales, desempeñando el rol asignado dentro del grupo.
- Trae el material necesario para el correcto desarrollo de las clases.
- Participa de forma activa en las actividades propuestas.
- Identifica y rechaza conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.

II- COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SUS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.

1.1. Establecer secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.

1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices.

1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física y deportiva, aplicando medidas rudimentarias de primeros auxilios.

1.5. Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.

1.6. Conocer y explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los

objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

2.2. Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.

2.3. Demostrar interés por la adquisición de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo

de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

4.2. Diferenciar objetivamente las distintas actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando y reconociendo los posibles estereotipos de género o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.

4.3. Participar activamente en la representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresión el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.

5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, identificando las normas de seguridad individuales y colectivas necesarias para disfrutar de una práctica segura.

III-PROCEDIMIENTOS DE RECUPERACIÓN

Si el alumnado no supera alguna evaluación, podrá recuperar la parte suspensa antes de las vacaciones trimestrales o en la evaluación final ordinaria.

EVALUACIÓN FINAL ORDINARIA.

En la evaluación final ordinaria se examinará aquel alumnado con alguna evaluación suspensa. Este alumnado se evaluará de la parte teórica que tengan suspensa, así como de aquellas partes prácticas que tuvieran no superadas y sólo de aquellos apartados evaluados negativamente. La presentación de los trabajos exigidos será necesaria para poder aprobar.

Los criterios de calificación se repartirán del siguiente modo:

- En el caso de tener que recuperar solo la parte teórica, el examen teórico valdrá el 80% de la nota y un 20% la actividad de refuerzo: se realizará un trabajo a mano de 25 preguntas con sus respuestas, sacadas de los apuntes teóricos y se entregará al profesorado el día de la recuperación. La nota mínima del examen teórico deberá ser de 4 y se hará media con los apartados práctico y el trabajo diario aprobados durante el curso.
- En el caso de tener que recuperar solo la parte práctica, el examen práctico valdrá el 80% y un 20% las actividades realizadas en las clases durante este periodo, siendo obligatoria la asistencia a éstas.
- En el caso de tener que recuperar la parte teórica y la práctica, el examen teórico valdrá el 30%, la actividad de refuerzo un 20% y la parte práctica un 50%. Deberán sacar un mínimo de 4 sobre 10 en el examen teórico y en el práctico para hacer media con otros apartados.

(*) Si no pueden realizar las pruebas prácticas en Junio deberán hacer 2 trabajos de ampliación de la teoría: Elegir 2 temas teóricos de las unidades didácticas trabajadas en clase y realizar un trabajo sobre ellos. Deben presentar el justificante médico de que no pueden realizar las pruebas, especificando la lesión y el periodo en que no pueden hacer ejercicio físico. Se le evaluará la parte práctica con los trabajos y si se estima oportuno un examen teórico sobre los contenidos de éstas.
