

**PROGRAMACIÓN
DIDÁCTICA:
EDUCACIÓN
FÍSICA
1º BACH
COLEGIO VALLE
DEL MIRO**

ÍNDICE

1. CONTENIDOS,
2. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN
3. SISTEMA DE RECUPERACIÓN DE MATERIAS PENDIENTES.
4. PRUEBA EXTRAORDINARIA.

1. CONTENIDOS

TEMPORALIZACIÓN 1ª EVALUACIÓN

Septiembre	Octubre	Noviembre

Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación		Metodología didáctica	CC
<p>Práctica y caracterización de actividades de acondicionamiento físico que se ofertan en el entorno: cardiovasculares con y sin soporte musical, musculación, gimnasias posturales, etc.</p> <p>Profundización en el trabajo de acondicionamiento físico enfocado a las propias necesidades.</p> <p>Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos.</p> <p>Análisis de la implicación de los factores de la aptitud motriz en las actividades seleccionadas.</p> <p>Márgenes de mejora de la aptitud motriz en función del nivel personal y de las posibilidades de práctica.</p> <p>Programas de mejora de las capacidades físicas y coordinativas implicadas en las actividades físico-deportivas practicadas, dentro de los márgenes de la salud.</p> <p>Hidratación y alimentación en los programas personales de actividad física.</p> <p>Procedimientos para la autoevaluación de la aptitud motriz.</p>	<p>1. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. 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. 	<p>Pruebas prácticas</p> <p>Pruebas escritas</p>	<p>30%</p> <p>30% (aquellos que no pueden realizar las pruebas prácticas)</p>	<p>Técnica de instrucción directa combinada con métodos de búsqueda, trabajo cooperativo, por proyectos, facilitando feedback y refuerzo positivo.</p> <p>Se crean ambientes y situaciones que faciliten la reflexión y el debate sobre temas transversales.</p>	<p>CAA, SIEE, CSYC, CEC</p>
	<p>2. 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</p>	<ul style="list-style-type: none"> 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. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad. 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. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas. 	<p>Pruebas orales</p> <p>Trabajos</p> <p>Observación del trabajo en de aula.</p> <p>Examen</p>	<p>Dentro del trabajo práctico (supone un 05% de la nota)</p> <p>Dentro del trabajo práctico (supone un 15% de la nota)</p> <p>40%</p> <p>30%</p>		



<p>Perfeccionamiento de las habilidades específicas de las actividades físico-deportivas elegidas.</p> <p>Selección y realización de los fundamentos técnicos apropiados atendiendo a los cambios que se producen en el entorno de práctica.</p> <p>Adecuación de los componentes técnico tácticos a diferentes situaciones de juego.</p> <p>Estrategias en las actividades de oposición practicadas. Búsqueda de situaciones de ventaja propia y desventaja del adversario.</p> <p>Sistemas de juego de las actividades de colaboración-oposición elegidas.</p> <p>Coordinación con los compañeros, responsabilidad en las propias funciones y ayudas en las estrategias colectivas.</p> <p>Práctica y caracterización de actividades de acondicionamiento físico que se ofertan en el entorno: cardiovasculares con y sin soporte musical, musculación, gimnasias posturales, etc.</p>	<p>3. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicandolos diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas. • Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. 		<p>CAA, SIEE, CSYC, CEC</p> <p>CAA, SIEE, CSYC, CEC</p>
--	--	--	--	---

<p>Análisis de la implicación de los factores de la aptitud motriz en las actividades Seleccionadas.</p> <p>Márgenes de mejora de la aptitud motriz en función del nivel personal y de las posibilidades de práctica.</p> <p>Toma de conciencia de las propias características y posibilidades.</p> <p>La norma como elemento regulador de conductas en las actividades socio- motrices.</p> <p>Capacidades emocionales y sociales en la situación competitiva.</p> <p>Respeto y valoración del adversario.</p> <p>Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza- aprendizaje.</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad. • 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. • Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas 			
	<p>4. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • 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. 			CAA, SIEE, CSYC, CEC
	<p>5. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades fíicodeportivas. • Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando suparticipación y respetando las diferencias. 			CAA, SIEE, CSYC, CEC
	<p>6. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. • Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. 			CAA, SIEE, CSYC, CEC



	<p>7. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición. • 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. • Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. • Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas. • Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes. 			<p>CAA SIEE, CSYC, CEC</p>
--	--	---	--	--	---



	<p>8. 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</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • 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. 			<p>CAA, SIEE, CSYC, CEC</p>
	<p>9. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. • Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. • Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo. 			<p>CCL, CMCT , CD, CEC</p>



	<p>10. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Respetar las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico- deportivas. • Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. 			<p>CCL, CMCT, CAA</p>
	<p>11. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. • Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. 			<p>CCL, CMCT, CD, CAA, CSYC</p>
	<p>12. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artístico-expresivos. • Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva. • Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico-expresivo. 			<p>CAA, SIEE, CSYC, CEC</p>

Evaluación: CRITERIOS DE CALIFICACIÓN				
Instrumentos	Descripción	Periodicidad en la corrección, tiempo, cantidad	Recuperación	Ponderación de la calificación
Pruebas prácticas	Pruebas de ejecución individuales y grupales de capacidades físicas y cualidades motrices, elaboración de fichas de clase, trabajos en equipo durante las sesiones.	En todas las sesiones.	Una semana después de haber realizado la prueba.	30%
Pruebas escritas	Trabajos específicos para aquellos que están exentos y no pueden realizar actividad física por prescripción médica.	Antes de finalizar el trimestre.	Una semana después de haber entregado las notas.	30% (solo para aquellos que no pueden realizar las pruebas prácticas)
Pruebas orales	Pruebas directas sobre lo que se está trabajando.	En todas las sesiones.	En el momento de realizarse.	Se tiene en cuenta dentro del trabajo diario.
Trabajos	Presentación de trabajos individuales y en grupo relacionados con la materia impartida a lo largo del trimestre.	Antes de finalizar el trimestre.	Una semana después de haber entregado las notas.	Se tiene en cuenta dentro de las pruebas prácticas (supone un 15% de la nota)
Observación del comportamiento y trabajo del aula.	La actitud, el esfuerzo y la participación durante el desarrollo de las clases.	En todas las sesiones.		40%
Examen Teórico-Práctico	Evaluación de conocimiento teórico y prácticos de la evaluación	Al finalizar el trimestre	Dos semanas después en las recuperaciones	30%



TEMPORALIZACIÓN 2ª EVALUACIÓN

Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero

Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación		Metodología didáctica	CC
<p>Perfeccionamiento de las habilidades específicas de las actividades físico-deportivas elegidas.</p> <p>Selección y realización de los fundamentos técnicos apropiados atendiendo a los cambios que se producen en el entorno de práctica.</p> <p>Adecuación de los componentes técnico tácticos a diferentes situaciones de juego.</p> <p>Estrategias en las actividades de oposición practicadas. Búsqueda de situaciones de ventaja propia y desventaja del adversario.</p> <p>Sistemas de juego de las actividades de colaboración-oposición elegidas.</p> <p>Coordinación con los compañeros, responsabilidad en las propias funciones y ayudas en las estrategias colectivas.</p>	<p>1. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. 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. 	<p>Pruebas prácticas</p> <p>Pruebas escritas</p> <p>Pruebas orales</p> <p>Trabajos</p> <p>Observación del trabajo en de aula.</p> <p>Examen</p>	<p>30%</p> <p>30% (aquellos que no pueden realizar las pruebas prácticas)</p> <p>Dentro del trabajo práctico (supone un 05% de la nota)</p> <p>Dentro del trabajo práctico (supone un 15% de la nota)</p> <p>40%</p> <p>30%</p>	<p>Técnica de instrucción directa combinada con métodos de búsqueda, trabajo cooperativo, por proyectos, facilitando feedback y refuerzo positivo.</p> <p>Se crean ambientes y situaciones que faciliten la reflexión y el debate sobre temas trasversales.</p>	<p>CAA,</p> <p>SIEE,</p> <p>CSYC,</p> <p>CEC</p>



<p>Práctica y caracterización de actividades de acondicionamiento físico que se ofertan en el entorno: cardiovasculares con y sin soporte musical, musculación, gimnasias posturales, etc.</p> <p>Análisis de la implicación de los factores de la aptitud motriz en las actividades Seleccionadas.</p> <p>Márgenes de mejora de la aptitud motriz en función del nivel personal y de las posibilidades de práctica.</p> <p>Toma de conciencia de las propias características y posibilidades.</p> <p>Profundización en el trabajo de acondicionamiento físico enfocado a las propias necesidades. Programas de mejora de las capacidades físicas y coordinativas implicadas en las actividades físicas de deportivas practicadas, dentro de los márgenes de la salud.</p> <p>Hidratación y alimentación en los programas personales de actividad física.</p> <p>Procedimientos para la autoevaluación de la aptitud.</p>	<p>2. 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</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • 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. 			<p>CCL, CMCT, CD, CAA, CSYC</p>
	<p>3. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. • Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. • Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo. 			<p>CCL, CMCT, CD, CEC</p>



<p>Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos.</p> <p>Análisis de la implicación de los factores de la actitud motriz en las actividades seleccionadas.</p> <p>Márgenes de mejora de la aptitud motriz en función del nivel personal y de las posibilidades prácticas.</p> <p>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.</p> <p>Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.</p> <p>El entorno natural y las actividades físicodeportivas: impacto de las actividades en los ecosistemas, relación entre la recreación y el civismo.</p>	<p>4. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Respetar las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico- deportivas. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando lasdiferencias. 			<p>CCL, CMCT , CAA</p>
	<p>5. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en lamateria. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión odifusión. 			<p>CCL, CMCT , CD, CAA, CSYC</p>
	<p>6. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> 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. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. 			<p>CAA, SIEE, CSYC, CEC</p>



<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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</p>	<p>7. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticoexpresivos. ● Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética oexpresiva. ● Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artísticoexpresivo. 			<p>CCL, CMCT, CD</p>
--	--	---	--	--	----------------------



Evaluación: CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Instrumentos	Descripción	Periodicidad en la corrección, tiempo, cantidad	Recuperación	Ponderación de la calificación
Pruebas prácticas	Pruebas de ejecución individuales y grupales de capacidades físicas y cualidades motrices, elaboración de fichas de clase, trabajos en equipo durante las sesiones.	En todas las sesiones.	Una semana después de haber realizado la prueba.	30%
Pruebas escritas	Trabajos específicos para aquellos que están exentos y no pueden realizar actividad física por prescripción médica.	Antes de finalizar el trimestre.	Una semana después de haber entregado las notas.	30% (solo para aquellos que no pueden realizar las pruebas prácticas)
Pruebas orales	Pruebas directas sobre lo que se está trabajando.	En todas las sesiones.	En el momento de realizarse.	Se tiene en cuenta dentro del trabajo diario.
Trabajos	Presentación de trabajos individuales y en grupo relacionados con la materia impartida a lo largo del trimestre.	Antes de finalizar el trimestre.	Una semana después de haber entregado las notas.	Se tiene en cuenta dentro de las pruebas prácticas (supone un 15% de la nota)
Observación del comportamiento y trabajo del aula.	La actitud, el esfuerzo y la participación durante el desarrollo de las clases.	En todas las sesiones.		40%
Examen Teórico-Práctico	Evaluación de conocimiento teórico y prácticos de la evaluación	Al finalizar el trimestre	Dos semanas después en las recuperaciones	30%



TEMPORALIZACIÓN 3ª EVALUACIÓN

Marzo	Abril	Mayo	Junio

Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumentos de evaluación		Metodología didáctica	CC
<p>Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos.</p> <p>Análisis de la implicación de los factores de la actitud motriz en las actividades seleccionadas.</p> <p>Márgenes de mejora de la aptitud motriz en función del nivel personal y de las posibilidades prácticas.</p> <p>Práctica y caracterización de actividades de acondicionamiento físico que se ofertan en el entorno: cardiovasculares con y sin soporte musical, musculación, gimnasias posturales, etc.</p> <p>Análisis de la implicación de los factores de la aptitud motriz en las actividades Seleccionadas.</p>	<p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. 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. 	<p>Pruebas prácticas</p> <p>Pruebas escritas</p> <p>Pruebas orales</p> <p>Trabajos</p> <p>Observación del trabajo en de aula.</p> <p>Examen</p>	<p>30%</p> <p>30% (aquellos que no pueden realizar las pruebas prácticas)</p> <p>Dentro del trabajo práctico (supone un 05% de la nota)</p> <p>Dentro del trabajo práctico (supone un 15% de la nota)</p> <p>40%</p> <p>30%</p>	<p>Técnica de instrucción directa combinada con métodos de búsqueda, trabajo cooperativo, por proyectos, facilitando feedback y refuerzo positivo.</p> <p>Se crean ambientes y situaciones que faciliten la reflexión y el debate sobre temas trasversales.</p>	<p>CAA,</p> <p>SIEE,</p> <p>CSYC,</p> <p>CEC</p>

<p>Perfeccionamiento de las habilidades específicas de las actividades físico-deportivas elegidas.</p> <p>Selección y realización de los fundamentos técnicos apropiados atendiendo a los cambios que se producen en el entorno de práctica.</p> <p>Adecuación de los componentes técnico tácticos a diferentes situaciones de juego.</p> <p>Estrategias en las actividades de oposición practicadas. Búsqueda de situaciones de ventaja propia y desventaja del adversario.</p> <p>Sistemas de juego de las actividades de colaboración-oposición elegidas.</p> <p>Coordinación con los compañeros, responsabilidad en las propias funciones y ayudas en las estrategias colectivas.</p> <p>Toma de conciencia de las propias características y posibilidades.</p>	<p>5. 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</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 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. ● 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. 			<p>CCL, CMCT, CD, CAA, CSYC</p>
	<p>6. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. ● Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. ● Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo. 			<p>CCL, CMCT, CD, CEC</p>

<p>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.</p> <p>Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza- aprendizaje.</p> <p>El entorno natural y las actividades físicodeportivas: impacto de las actividades en los ecosistemas, relación entre la recreación y el civismo.</p> <p>Profundización en el trabajo de acondicionamiento físico enfocado a las propias necesidades.</p> <p>Programas de mejora de las capacidades físicas y coordinativas implicadas en las actividades físicodeportivas practicadas, dentro de los márgenes de la salud.</p> <p>Hidratación y alimentación en los programas personales de actividad física.</p>	<p>4. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico- deportivas. • Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. 			<p>CCL, CMCT, CAA</p>
	<p>5. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. • Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. 			<p>CCL, CMCT, CD, CAA, CSYC</p>
	<p>6. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas. • Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. 			<p>CAA, SIEE, CSYC, CEC</p>



<p>Procedimientos para la autoevaluación de la aptitud.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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</p>	<p>7. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticoexpresivos. • Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva. • Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artísticoexpresivo. 			<p>CCL, CMCT, CD</p>
--	--	--	--	--	----------------------

Evaluación: CRITERIOS DE CALIFICACIÓN				
Instrumentos	Descripción	Periodicidad en la corrección, tiempo, cantidad	Recuperación	Ponderación de la calificación
Pruebas prácticas	Pruebas de ejecución individuales y grupales de capacidades físicas y cualidades motrices, elaboración de fichas de clase, trabajos en equipo durante las sesiones.	En todas las sesiones.	Una semana después de haber realizado la prueba.	30%
Pruebas escritas	Trabajos específicos para aquellos que están exentos y no pueden realizar actividad física por prescripción médica.	Antes de finalizar el trimestre.	Una semana después de haber entregado las notas.	30% (solo para aquellos que no pueden realizar las pruebas prácticas)
Pruebas orales	Pruebas directas sobre lo que se está trabajando.	En todas las sesiones.	En el momento de realizarse.	Se tiene en cuenta dentro del trabajo diario.
Trabajos	Presentación de trabajos individuales y en grupo relacionados con la materia impartida a lo largo del trimestre.	Antes de finalizar el trimestre.	Una semana después de haber entregado las notas.	Se tiene en cuenta dentro de las pruebas prácticas (supone un 15% de la nota)
Observación del comportamiento y trabajo del aula.	La actitud, el esfuerzo y la participación durante el desarrollo de las clases.	En todas las sesiones.		40%
Examen Teórico-Práctico	Evaluación de conocimiento teórico y prácticos de la evaluación	Al finalizar el trimestre	Dos semanas después en las recuperaciones	30%

1. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

1. Los alumnos serán evaluados trimestralmente de los contenidos tratados a lo largo del curso. El valor de estos contenidos es el siguiente:

- Nota de pruebas prácticas (Trabajos individuales y en grupo).....30%
- Nota de evaluación continua (actitud, esfuerzo y participación)40%
- Prueba escrita (Examen teórico).....30%

— Pruebas escritas:

- Las pruebas escritas podrán ser: De tipo test, verdadero y falso, preguntas cortas a desarrollar, preguntar largas a desarrollar, definición de términos, unión de términos y su correspondiente definición, colocación de términos en oraciones incompletas, colocación de términos en gráficos (imágenes, dibujos, cortes geológicos, mapas, etc.).
- En las pruebas escritas se evaluará: los contenidos desarrollados por el alumno en las distintas pruebas escritas, la ortografía en las distintas pruebas escritas (se descontará 0,10 puntos por cada falta de ortografía) y la presentación de los contenidos en las distintas pruebas (se descontará hasta 1 punto por mala presentación).
- Las pruebas se devolverán corregidas de forma que los alumnos puedan analizar los errores y aciertos cometidos para hacerles partícipes de su propio aprendizaje. Se enfocará desde un sentido orientador, así le permitirá reconocer sus progresos y dificultades, planteándose el cambio en el trabajo personal, métodos de estudio, etc.
- Si un alumno es sorprendido copiando durante un examen, se le retirará y se le calificará con 0 puntos, nota que hará media con las del resto de las pruebas de la evaluación.

Nota de la evaluación continua: Será el resultado de la nota de Actitud, esfuerzo y participación durante el desarrollo de las clases. Los contenidos teóricos (trabajos, controles...) estarán incluidos en esta nota y la prueba escrita

En la **convocatoria ordinaria**, la nota final del curso será la media de las tres evaluaciones anteriores, matizada en función de las características de la evolución del alumno a lo largo del curso. En caso de duda, será la actitud del alumno hacia la materia la que determine la calificación.

Los alumnos que habiendo superado la materia por evaluaciones desean subir nota, podrán presentarse en junio a un examen o trabajo de todos los contenidos del curso, obteniendo la calificación correspondiente a la puntuación conseguida en dicha prueba.

1. Para superar cada evaluación es requisito indispensable (pero no suficiente) realizar todas las pruebas (teóricas y prácticas) y entregar todos los trabajos encargados hasta la fecha.

2. Los alumnos que no hayan realizado alguna prueba la realizarán durante otra sesión si la profesora lo considera oportuno o el día del examen de evaluación.
3. En casos especiales en los que los alumnos no puedan realizar alguna prueba práctica y esté justificado por el médico será criterio del profesor decidir si evaluará al alumno sin la realización de dicha prueba de manera ordinaria o en caso contrario indicará al alumno un trabajo teórico para evaluar dicho contenido de manera teórica.
4. En casos especiales, y con justificante médico, en los que el alumno no pueda desarrollar las sesiones prácticas de manera habitual durante una evaluación y por tanto no pueda realizar tampoco las pruebas de evaluación el alumno será evaluado de forma teórica. Dicha nota supondrá el 100% de su calificación.

Calificación de la Evaluación Continua (Actitud, Esfuerzo y Participación).

Para la obtención de la nota de Actitud, Esfuerzo y Participación se realizará observación diaria/continua del alumno mediante en una Lista de Control. Se tendrán en cuenta los siguientes aspectos e indicaciones:

1. Asistencia y puntualidad.
 - Es importante presentar al profesor los justificantes de retrasos y faltas de asistencia.
 - Si un alumno no puede realizar la clase práctica por algún motivo debe justificarlo por adelantado. En caso contrario se considera falta sin justificar.
 - Los alumnos esperaran al profesor dentro del aula con todo lo necesario para realizar la clase.
 - Los alumnos dispondrán de 10 minutos para cambiarse de ropa y situarse en el lugar indicado para comenzar la clase; en caso contrario tendrá un retraso. Tres retrasos equivalen a una falta sin justificar.
 - Igualmente los alumnos tendrán 10 minutos al finalizar la sesión para volver a cambiarse y estar preparado para la siguiente clase. Aquellos que superen ese tiempo tendrán un retraso.
 - Es responsabilidad del alumno que no pueda asistir a una determinada clase, por cualquier motivo, informarse de todo lo que se ha visto (preguntando a algún compañero, profesor...).
2. Esfuerzo y participación.
 - Esforzarse en la realización de todas las actividades y tareas prepuestas por el profesor siguiendo las indicaciones dadas.
 - Colaborar en el desarrollo de las clases y con el resto de los compañeros, así como en la preparación y recogida del material.
3. Material necesario.
 - Es imprescindible asistir a las clases de Educación Física con el chándal del colegio, la camiseta del colegio y zapatillas de deporte adecuadas, respetando las siguientes indicaciones: pelo recogido, zapatillas correctamente atadas, no pulseras, colgantes, anillos ni pendientes largos. No se permite dar la clase con otra indumentaria.
 - Cuando un alumno no traiga la indumentaria adecuada o el material necesario no podrá realizar la clase y tendrá una falta injustificada.
4. Respeto a las Normas especiales para la clase de Educación Física.

En la corrección de los exámenes, controles y trabajos se seguirán las pautas establecidas por el Departamento de Ciencias: 0,1 por falta

PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES

Los alumnos que no alcancen los objetivos y no logren conseguir los contenidos mínimos exigibles evaluados durante la evaluación según los criterios de calificación expuestos, tendrán una calificación negativa en esa evaluación y tendrán que hacer un examen de recuperación de los contenidos desarrollados durante la evaluación.

La nota para poder superar la recuperación de una evaluación es un 5. Se tendrá en cuenta las faltas de ortografía (se penalizará con 0,10 puntos por cada falta) y la presentación (se penalizará hasta 1 punto).

Si obtiene una calificación igual o superior a 5 en el examen de recuperación, se considera que ha alcanzado los objetivos y que ha superado los contenidos exigibles expuestos en la programación obteniendo una calificación positiva en el examen de recuperación.

Si obtiene una calificación menor a 5 en el examen de recuperación, el alumno no habrá alcanzado los objetivos ni superado los contenidos exigibles requeridos para superar la evaluación y obtendrá una calificación negativa en el examen de recuperación

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN PARA LOS ALUMNOS QUE PIERDAN EL DERECHO A LA EVALUACIÓN CONTINUA.

Para los alumnos que hayan perdido el derecho a evaluación continua, deberán superar el examen de la convocatoria extraordinaria.

Si obtiene una calificación igual o superior a 5 en el examen extraordinario, se considera que ha alcanzado los objetivos y que ha superado los contenidos mínimos exigibles expuestos en la programación obteniendo una calificación positiva en el examen extraordinario.

Si obtiene una calificación menor a 5 en el examen extraordinario, el alumno no habrá alcanzado los objetivos ni superado los contenidos mínimos exigibles requeridos para superar la asignatura y obtendrá una calificación negativa en el examen extraordinario.

2. SISTEMAS DEREcuperación DE MATERIAS PENDIENTES.

Los alumnos con la asignatura pendiente de cursos anteriores tendrán dos convocatorias: una convocatoria en enero, donde tendrán que realizar un trabajo teórico y otro práctico sobre una parte de los contenidos de la asignatura. Y otra convocatoria en abril, donde tendrán que realizar un trabajo teórico y un examen práctico de la parte de los contenidos que quedan de la asignatura.

Durante el curso, a los alumnos con la E.F. pendiente del curso anterior se les orientará acerca de los contenidos que deberá adquirir para superar la asignatura.

3. PRUEBA EXTRAORDINARIA.

Los alumnos podrán realizar una prueba extraordinaria de la materia cuando no la hayan superado en la evaluación continua. Esta prueba será elaborada por la profesora de Educación Física.

Se entregará al alumno con la materia pendiente un documento con los contenidos que deberá preparar para la prueba de extraordinaria.

La prueba extraordinaria consta de dos partes:

Parte teórica: Prueba escrita de los contenidos de la asignatura. En cada pregunta se establecerá la puntuación de la misma.

Parte práctica: Realización de las pruebas prácticas sobre los contenidos de la asignatura.

La calificación de la asignatura vendrá dada por la nota media obtenida en ambas partes (práctica y teórica) siendo requisito indispensable la obtención de un 5 en la media de ambas partes. La prueba extraordinaria se calificará sobre 10 puntos. El alumno la habrá superado si obtiene una calificación mínima de 5 puntos.