



RELACIÓN DE CONTENIDO Y ORGANIZACIÓN TEMPORAL, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, COMPETENCIAS Y ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES EN ESCENARIO PRESENCIAL

<b>1º DE LA ESO PRESENCIAL</b>		
1ª EVALUACIÓN 24/25 clases	2ª EVALUACIÓN 22 clases	3ª EVALUACIÓN 18 clases
<p><b>UD 1. PRINCIPIOS GENERALES.</b> 4s + (Bloque 2 y 6)</p> <p><b>UD.2. JUEGOS Y EJERCICIOS DE C.F.</b> Test. 11s (Bloque 1)</p> <p><b>UD 3. SENDERISMO.</b> Rutas a pie de 1hra 40´ desde el IES, junto con asignatura de biología (Nº de sesiones en función de la meteorología, a poder ser las más posibles en las que se fusionará el trabajo de las otras UDD de la evaluación) (Bloque 4)</p> <p><b>UD 4. ATLETISMO</b> 7s (Bloque 3)</p>	<p><b>UD 5. EXPRESIÓN CORPORAL.</b> 10s (Bloque 5)</p> <p><b>UD 6. BÁDMINTÓN o LUCHA DE PALOS</b> 6s (Bloque 3)</p> <p>* En caso de mejora de la situación covid, la UD 6 pasaría a ser juegos y deportes colectivos: futbol</p> <p><b>UD 7. CARRERAS DE ORIENTACIÓN</b> (Croquis y pistas) 5s (Bloque 4)</p>	<p><b>UD 3. SENDERISMO.</b> rutas a pie de 1hra 40´ desde el IES, junto con asignatura de biología (Nº de sesiones 1 o 2)(Bloque 4)</p> <p><b>UD. 9.SOBRE RUEDAS.</b> 5S * En caso de mejora de la situación covid, la UD 8 pasaría a ser juegos y deportes colectivos</p> <p><b>UD 10. JUEGOS POPULARES y ALTERNATIVO.</b> En función de las circunstancias del momento.</p> <p><b>UD 2. CONDICIÓN FÍSICA TEST</b> 3s</p>

## BLOQUE 1. CONDICIÓN FÍSICA

### UD. 2: JUEGOS Y EJERCICIOS DE CONDICIÓN FÍSICA.

Realización y valoración de TEST físicos iniciales de CF

#### Contenidos

- Desarrollo global de las capacidades físicas, prioritariamente con un enfoque recreativo.
- Importancia de la condición física en la salud.
- Ajuste de la intensidad en el esfuerzo aeróbico.

#### Criterios de evaluación

1. 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. Con este criterio se trata de evaluar el desarrollo global de las capacidades físicas de los alumnos, alcanzando unos niveles acordes a su edad y particularidades. Además, se debe valorar la relación existente entre la condición física y la calidad de vida.
2. Reconocer los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. Con este criterio se pretende comprobar que el alumno es capaz de ajustar la intensidad del esfuerzo con la intención de mantener un ritmo aeróbico y controlando sus pulsaciones.

#### Estándares de aprendizaje evaluables

- 1.1. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
- 1.2. 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.
- 2.1. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca.

## BLOQUE 2. SALUD Y HÁBITOS DE VIDA

### UD.1: PRINCIPIOS GENERALES, Calentamiento y vuelta a la calma

#### Contenidos

- Valoración de la importancia para la salud de unos hábitos de actividad física
- Posturas correctas y control corporal en la prevención de lesiones.
- Pautas básicas de una alimentación saludable. El desayuno y la hidratación.
- Efectos en la salud de los productos industriales de consumo habitual en escolares.
- Atención a la higiene corporal antes, durante y después de la práctica de actividad física.

#### Criterios de evaluación

3. Reconocer los factores que determinan unos hábitos vida saludables en torno a la actividad física, alimentación e higiene postural y corporal. Con este criterio se pretende comprobar si el alumno analiza y aplica los principios básicos para generar en su vida unos hábitos saludables, asociados principalmente a la actividad física.

#### Estándares de aprendizaje evaluables

- 3.1. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física y sus efectos con la mejora de la calidad de vida.
- 3.2. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- 3.3. Asocia el desayuno y la hidratación como rutinas saludables en contraposición del consumo de alimentos de origen industrial.
- 3.4. Aplica unos hábitos de higiene corporal ante la realización de actividad física.

## BLOQUE 3. JUEGOS Y DEPORTES

### UD. 4 . DEPORTE INDIVIDUAL: ATLETISMO

### UD 6, DEPORTE DE ADVERSARIO: BADMINTON o LUCHA DE PALOS.

\* En caso de mejora de la situación covid, se desarrollarán juegos colectivos: Fútbol y vóley pie,

### UD. 9. SOBRE RUEDAS.

\* En caso de mejora de la situación covid, se desarrollarán juegos juegos y deportes de equipo.

### UD. 10. JUEGOS POPULARES

#### Contenidos

- Iniciación en, al menos:

- Una modalidad deportiva individual.
- Dos modalidades deportivas colectivas.
- Una modalidad deportiva de adversario.
- Dos juegos o deportes autóctonos sencillos de Cantabria

Atendiendo a las orientaciones metodológicas de la introducción del presente currículo.

- El deporte como fenómeno social y cultural.

#### Criterios de evaluación

4. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. Con este criterio se pretende comprobar que el alumno es capaz de ejecutar patrones técnicos básicos de las modalidades deportivas practicadas, esforzándose en la mejora del nivel de ejecución inicial.

5. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función

de los estímulos relevantes. Con este criterio se trata de valorar la capacidad del alumno para aplicar correctamente los fundamentos técnico-tácticos de los deportes practicados en diferentes situaciones de juego. 6. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas para entender fenómenos sociales y culturales de actualidad. Con este criterio se pretende comprobar que el alumno es capaz de analizar el deporte como fenómeno social, con el fin de detectar y razonar comportamientos y conductas que surgen hoy en día.

#### Estándares de aprendizaje evaluables

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

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

4.3. 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.

5.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.

5.2. 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.

6.1. 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.

## **BLOQUE 4. ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL**

### UD. 3. RUTAS SENDERISMO

### UD. 7. CARRERAS DE ORIENTACIÓN

#### Contenidos

- Iniciación en, al menos, una actividad físico-deportiva en el medio natural, acorde al contexto de ubicación del centro educativo. Atendiendo a la orientaciones metodológicas de la introducción del presente currículo.
- Toma de conciencia de los riesgos inherentes a este tipo de actividades.
- Aceptación y respeto de los usos adecuados para la conservación del medio urbano y natural.

#### Criterios de evaluación

7. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas en el medio natural propuestas, en condiciones reales o adaptadas. Con este criterio se pretende comprobar que el alumno es capaz de ejecutar patrones técnicos básicos de las actividades físicas en el medio natural practicadas, esforzándose en la mejora del nivel de ejecución inicial.
8. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas en el medio natural, analizando las características de las mismas, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Este criterio pretende comprobar si el alumno es capaz de detectar los riesgos que están implícitos en las actividades en el medio natural, y minimizarlos adoptando medidas preventivas.
9. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de utilización responsable del entorno. Con este criterio se trata de valorar el respeto y uso que los alumnos tienen del entorno en la realización de actividades físico deportivas.

## Estándares de aprendizaje evaluables

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

7.2. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. -Iniciación en, al menos, una actividad físico-deportiva en el medio natural, acorde al contexto de ubicación del centro educativo. Atendiendo a la orientaciones metodológicas de la introducción del presente currículo.

7.3. 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.

8.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo.

8.2. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas en el medio natural.

9.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. - Aceptación y respeto de los usos adecuados para la conservación del medio urbano y natural.

9.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar de uso y disfrute común.

## **BLOQUE 5. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS**

### **UD.5. EXPRESIÓN CORPORAL. El lenguaje de los gestos. Baile.**

#### Contenidos

- Realización de improvisaciones individuales o en pequeño grupo como medio de comunicación espontánea.
- Disposición favorable a la desinhibición en las actividades físicas artístico expresivas.
- Experimentación de posturas, gestos, movimientos o ritmos en la realización de actividades físicas expresivas



### Criterios de evaluación

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

Con este criterio se pretende alcanzar un nivel de ejecución básico a la hora de integrar elementos rítmicos y expresivos, de manera espontánea o en producciones sencillas.

### Estándares de aprendizaje evaluables

10.1 Pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo.

10.2 Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

## **BLOQUE 6. ELEMENTOS COMUNES A LA ACTIVIDAD FÍSICA**

Este bloque es abordado en la totalidad de las unidades didácticas del curso. De forma concreta con la UD. 1.

### Contenidos

- Actividades orientadas a favorecer la integración en el grupo.
- Respeto y aceptación de las normas intrínsecas de las actividades y deportes, así como las establecidas por el profesor y el grupo.
- Aceptación y disposición de mejora del nivel de ejecución.
- El calentamiento general. Efectos, juegos y ejercicios apropiados.
- Realización de actividades de baja intensidad en la finalización de la actividad física.
- Promoción y participación en campañas relacionadas con la salud y la actividad física.
- Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

### Criterios de evaluación

11. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos y la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando

con los demás y aceptando sus aportaciones. Este criterio pretende comprobar que el alumno es capaz de adoptar conductas integradoras, a través de la aceptación de normas y niveles de ejecución, mostrando una actitud de respeto en todo momento.

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

Con este criterio el alumno demostrará que puede desarrollar de forma correcta calentamientos y ejercicios de baja intensidad, en los momentos iniciales y finales de la sesión, respectivamente.

13. Participar activamente en proyectos de actividad física y salud. Con este criterio se pretende valorar el grado de implicación del alumno en actividades orientadas a reforzar un estilo de vida activo y saludable.

14. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

Con este criterio se trata de comprobar el grado de utilización de las TIC's como recurso de búsqueda de información, por parte de los alumnos.

### Estándares de aprendizaje evaluables

11.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 11.2. 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. 11.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

12.1. Realiza habitualmente calentamientos y fases finales de sesión, ocasionalmente de forma autónoma.

13.1. Se implica y participa en actividades y campeonatos deportivos, talleres o campañas saludables, en el centro educativo.

14.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

## CRITERIOS, PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE CALIFICACIÓN

A partir de la información obtenida en la evaluación se obtiene la calificación, es decir la nota que obtiene el alumno/a en cada evaluación y su calificación final de la asignatura.

La asistencia a clase es obligatoria, permitiéndose un 15% de faltas no justificadas por evaluación. En el caso de que algún alumno/a haya abandonado la asignatura (se entiende por abandono, que no haya realizado un mínimo del 85% de las sesiones prácticas o no haya justificado su 15% de faltas) pierde el derecho de evaluación ordinaria de cada evaluación teniéndose que presentar a la prueba extraordinaria de junio

### -: EVALUACIÓN ORDINARIA. ALUMNOS QUE ASISTEN CON REGULARIDAD A CLASE.

Se registran todos los datos de la evaluación del alumnado en un documento en soporte digital. Emplearemos distintas herramientas para evaluar y calificar el grado de alcance de los aprendizajes, aunque utilizaremos prioritariamente la observación a través de diversas rúbricas, en cualquier tipo de producción.

**Cada unidad didáctica consta de dos o tres instrumentos de de evaluación y de calificación con sus respectivos porcentajes de calificación.**

La **nota de cada unidad didáctica se obtiene del promedio** de las notas obtenidas con los instrumentos, siendo la calificación final de cada unidad didáctica un número entero (sin decimales).

**Si un alumno/a obtiene una nota inferior a 5** podrá recuperar dicho apartado en la evaluación siguiente realizando la actividad de evaluación que corresponda a dicho apartado.

**La nota de cada evaluación se obtiene** del promedio las notas obtenidas en cada unidad didáctica.

Si algún alumno/a **no recupera las evaluaciones suspensas** podrá recuperar la asignatura en la prueba extraordinaria de junio como se detallará más adelante.

En el caso de **suspender la tercera evaluación** se irá a la prueba extraordinaria de junio con dicha evaluación.

**La nota final del curso se obtiene** en la evaluación ordinaria de junio y se calcula haciendo la media aritmética de las tres evaluaciones.

**La nota** de la unidad didáctica, la nota final de la evaluación, la nota del curso así como la extraordinaria **debe ser un número exacto**, por lo que se hará el redondeo **en la unidad que se haya alcanzado**. Así un 7,2 y un 7,8 supondrán un 7.

Se aprueba con cinco (5).

En el caso de que se le pille copiando a un alumno o colaborando con alguien para copiar, la nota será de un 0 en dicho examen o prueba.

En los siguientes resúmenes se muestra cómo es el proceso de obtención de la nota final de cada evaluación (la calificación), asignándose un % a los diferentes instrumentos

## INSTRUMENTOS DE CALIFICACIÓN 1º ESO PRESENCIAL

### **1ª evaluación.**

**UD. 1. Principios generales.** 4 clases. (Bloque 2 y 6).

1. Cuestionario. (50%)
2. Comportamiento (50%)

**UD. 2. Juegos y ejercicios de condición física;** 6 clases (Bloque 1).

1. Trabajo teórico referido a la condición física. 15%
2. Demostración directa de secuencia saltando a la comba. 20%.
3. Demostración de la ejecución de unos ejercicios propuestos de fuerza y de flexibilidad. 30%.

**UD. 3. Senderismo;** 1 o 2 rutas de 2 horas. (Bloque 4).

1. Comportamiento durante la ruta. (50 %).
2. Cuestionario de la ruta. (50%)

**UD. 4. Atletismo;** deporte individual. 5 clases. ( Bloque 3).

1. Ejecución técnica de carrera (33%)
2. Ejecución de salida de tacos (33%)
3. Ejecución técnica de salto vertical y horizontal (33%)

### **2ª evaluación**

**UD. 5. Expresión corporal;** lenguaje no verbal y actividades rítmicas. 6 clases ( Bloque 5).

1. Grabación de una coreografía individual de danza de 2 minutos de duración con soporte musical (33%)
2. Vídeo utilizando el lenguaje corporal para transmitir un mensaje sin voz. (33%)
3. Trabajo reflexivo de análisis del lenguaje corporal. (33%)

**UD. 6. Bádmiton o lucha de palos.** 6s. (Bloque 3)

1. Circuito técnico (50%)
2. Juego real de dobles. Simulación de combate. (50%)

**UD. 9. Carreras de orientación.** 5s. (Bloque 4).

Circuitos prácticos de orientación mediante croquis, planos y pistas.  
100%

### **3ª evaluación.**

**UD. 3. Senderismo;** 1 o 2 rutas de 2 horas, junto con biología. (Bloque 4).

1. Comportamiento durante la ruta. 50 %).
2. Cuestionario de la ruta. (50%)

**UD.2. Condición física; test 3s (Bloque 1).**

1. Test de condición física

**UD. 9. Sobre ruedas. (Bloque 3)**

1. Circuito técnico de habilidad (100%)

**UD. 10. Juegos populares y alternativos ( Bloque 3)**

1. Juego y prácticas reales. (100%)

## ALUMNOS EXENTOS TOTALES DE LA PRÁCTICA

Aquellos alumnos/as que bajo prescripción médica han sido considerados como “exentos totales de la parte práctica de la materia”, deberán presentar el correspondiente certificado o informe médico que especifique la lesión y la exención total de todo tipo de ejercicio físico. La asistencia a clase es obligatoria siempre y cuando su lesión o enfermedad le permita acudir al centro.

A estos alumnos se les aplicará los mismos criterios de calificación y realizarán todas las tareas de evaluación que su situación personal les permita. Para los casos en los que no puedan participar, se adaptarán los instrumentos a las características concretas y en caso de imposibilidad, harán un supuesto práctico.

## ALUMNOS EXENTOS TEMPORALES DE LA PRÁCTICA

En el caso de que un alumno/a padezca una lesión o enfermedad temporal deberá presentar el correspondiente informe médico en el que se especifique la causa de la exención y el tiempo previsto de esta. Estos alumnos/as una vez presentado el alta médica que les permite volver a realizar la parte práctica de la asignatura, deberán realizar las pruebas que se han hecho durante su periodo de convalecencia.

A estos alumnos se les aplicará los mismos criterios de calificación y realizarán todas las tareas de evaluación que su situación personal les permita. Para los casos en los que no puedan participar, se adaptarán los

instrumentos a las características concretas y en caso de imposibilidad, harán un supuesto práctico

La asistencia a clase es obligatoria siempre y cuando su lesión o enfermedad le permita acudir al centro.

## AALUMNOS CON LA MATERIA PENDIENTE DE CURSO/S ANTERIOR/ES

Los alumnos con materia pendiente de cursos anteriores serán evaluados por el profesor que esté impartiendo el curso en el que esté matriculado en el año académico en curso.

El alumnado de 2º ESO, 3 º ESO, 4º ESO y 2ª de Bachillerato que tengan pendiente la asignatura de educación física de cursos anteriores, deberán superar cada trimestre los siguientes instrumentos de calificación.

En caso de no aprobar por evaluaciones se realizará la evaluación extraordinaria de junio.

### 1º evaluación

1. Prueba escrita sobre los contenidos correspondientes a cada evaluación . (33%)
2. Test de Aptitud Física (estas pruebas se puntuarán según el baremo establecido para el curso y nivel que tengan pendiente). (33%)
3. Circuito deportivo. (33%)

### 2º evaluación

4. Prueba escrita sobre los contenidos correspondientes a cada evaluación. (33%)
5. Circuito deportivo. (33%)

6. Para la superación del bloque 5, en el caso de las actividades físicas artístico expresivas deberán de realizar un montaje individual de entre 1 y 2 minutos de duración con las figuras y elementos que determine la profesora, con apoyo musical. (33%)

### 3ª evaluación

7. Prueba escrita sobre los contenidos correspondientes a cada evaluación. (33%)
8. Secuencia de rutina corporal : tai chi o yoga. (33%)
9. Circuito de orientación. (33%)

Cada evaluación consta de dos o tres instrumentos de evaluación y de calificación con sus respectivos porcentajes de calificación. **La nota de cada evaluación** se obtiene del promedio de las notas obtenidas en cada instrumento.

Si algún alumno/a no recupera las evaluaciones suspensas podrá recuperar la asignatura en la prueba extraordinaria de junio como se detallará más adelante

En el caso de **suspender la tercera evaluación** se irá a la prueba extraordinaria de junio con dicha evaluación.

**La nota final del curso** se obtiene en la evaluación ordinaria de junio y se calcula haciendo la media aritmética de las tres evaluaciones.

**La nota de la unidad didáctica, la nota final de la evaluación, la nota del curso así como la extraordinaria** deben ser un número exacto, por lo que se hará el redondeo en la unidad que se haya alcanzado. Así un 7,2 y un 7,8 supondrán un 7. Se aprueba con cinco (5).



## ALUMNOS QUE TIENEN QUE HACER LA PRUEBA EXTRAORDINARIA EN JUNIO

El alumno, que no supere de manera ordinaria la materia total del curso o alguna evaluación determinada (tras las evaluaciones de recuperación por evaluaciones) , tendrá la oportunidad de realizar una prueba extraordinaria en junio en el primer caso de toda la materia y en el segundo de la/s evaluaciones pendientes.

Según el artículo 2 de la Orden EDU/70/2010, de 3 de septiembre del BOC, en el contexto de evaluación continua, para el alumno que deba presentarse a la prueba extraordinaria, se tendrá en cuenta que si el alumno supera la prueba extraordinaria, superará la materia, ámbito o módulo correspondiente.

Las instrucciones de fin de curso 2020- 2021 nos determinarán el periodo para la realización de las actividades de recuperación y refuerzo para los alumnos/as que hayan tenido materias o ámbitos con evaluación negativa en la evaluación final ordinaria.

Según dicha orden, la realización de las pruebas y evaluaciones finales de la convocatoria extraordinaria será elaborada por el departamentos de educación física considerando, en todo caso, los aprendizajes no superados por el alumno, y podrá versar sobre la totalidad o una parte de la programación de la materia o ámbito correspondiente.

En el contexto de la evaluación continua, se considerará calificación final extraordinaria, el resultado global obtenido de la valoración de la evolución del alumno durante las evaluaciones ordinarias, la valoración de las actividades de recuperación y refuerzo realizadas, y el resultado de la prueba extraordinaria. En todo caso, si el alumno supera la prueba extraordinaria, superará la materia o ámbito correspondiente, como mínimo, con la calificación obtenida en dicha prueba. Si el alumno presentado no hubiera superado la prueba, no se otorgará en la evaluación extraordinaria una calificación inferior a la obtenida en la evaluación ordinaria.

Por tanto, la calificación final extraordinaria se obtiene:

- 10% de evolución del alumno durante las evaluaciones ordinarias,
- 10% de la valoración de las actividades de recuperación y refuerzo realizadas
- 80% el resultado de la prueba extraordinaria

La prueba extraordinaria en sí misma consta:

#### 1º evaluación

1. Prueba escrita sobre los contenidos correspondientes a cada evaluación . (33%)
2. Test de Aptitud Física (estas pruebas se puntuarán según el baremo establecido para el curso y nivel que tengan pendiente). (33%)
3. Circuito deportivo. (33%)

#### 2º evaluación

4. Prueba escrita sobre los contenidos correspondientes a cada evaluación . (33%)
5. Circuito deportivo. (33%)
6. Para la superación del bloque 5, en el caso de las actividades físicas artístico expresivas deberán de realizar un montaje individual de entre 1 y 2 minutos de duración con las figuras y elementos que determine la profesora, con apoyo musical. (33%)

#### 3ª evaluación

7. Prueba escrita sobre los contenidos correspondientes a cada evaluación. (33%)
8. Secuencia de rutina corporal : tai chi o yoga. (33%)
9. Circuito de orientación. (33%)

La nota de cada una de estas pruebas es sobre 10 puntos.

En el caso de que el alumno estuviera exento de la práctica durante la prueba extraordinaria, tendrá que presentar el correspondiente certificado médico en el que se especifique el motivo de su lesión o enfermedad y la exención que ella conlleva. Y se le presentará una adaptación a las prueba que no pueda realizar mediante supuesto práctico.

**La nota final de la prueba extraordinaria** debe ser un número exacto, por lo que se hará el redondeo en la unidad que se haya alcanzado. Así un 7,2 y un 7,8 supondrán un 7. Se aprueba con cinco (5).

## ANEXO EXTRAORDINARIO. ESCENARIOS SEMIPRESENCIAL Y ONLINE

1º de ESO. ESCENARIOS ESPECIALES COVID 19.

SEMIPRESENCIAL y ONLINE

### FORMATO SEMIPRESENCIAL

#### Contenidos a impartir de forma presencial:

**1ª evaluación.** 13/25 clases presenciales.

**UD. 2. Juegos y ejercicios de condición física;** 6 clases (Bloque 1).

**UD. 3. Senderismo;** 1 o 2 rutas de 2 horas. (Bloque 4).

**UD. 4. Atletismo;** deporte individual. 5 clases. ( Bloque 3).

**2ª evaluación** 11/22 clases.

**UD. 5. Expresión corporal;** lenguaje no verbal y actividades rítmicas. 6 clases ( Bloque 5).

**UD. 6. Hábitos saludables;** posturas correctas.; 1 clase. (Bloque 2).

**UD. 7. Tai chi;** 2 clases. (Bloque 2 y 5).

**UD. 8. Malabares;** juegos y deportes alternativos. 2 clases. (Bloque 3).

**3ª evaluación.** 9/18 clases.

**UD. 3. Senderismo;** 1 o 2 rutas de 2 horas, junto con biología. (Bloque 4).

**UD. 9. Carreras de orientación;** carreras de orientación mediante croquis, planos y pistas. 5s. (Bloque 4).

**UD. 2. Test de condición física;** 3s (Bloque 1).

## Contenidos a impartir online:

**1ª evaluación.** 12/25 clases.

**UD. 1. Principios generales.** 4 clases. (Bloque 2 y 6).

**UD. 2. Juegos y ejercicios de condición física;** 6 clases. (Bloque 1).

**UD. 4. Atletismo;** deporte individual. 2 clases. ( Bloque 3).

**2ª evaluación.** 11/22 clases.

**UD. 5. Expresión corporal;** lenguaje no verbal y danza. 4 clases online. ( Bloque 5).

**UD. 6. Hábitos saludables;** posturas correctas. 2 s. (Bloque 2).

**UD. 7. Tai chi;** control postural y secuencia de movimientos a un ritmo. 5s. (Bloques 2 y 5).

**UD. 8. Malabares;** juegos alternativos. 3 clases on line. (Bloque 3).

**3ª evaluación.** 9/18 clases.

**UD. 10. Hábitos saludables,** en la actividades físico deportivas; 4s (Bloque 2).

**UD. 11. Juegos populares;** 5 (Bloque 3).

## FORMATO ONLINE

**MEDIOS DE INFORMACIÓN: Teams, Yedra, correo de educantabria, Recursos office 365- ...**

Se utilizarán principalmente la plataforma Temas y demás recursos y aplicaciones de office 365, proporcionados por la consejería de educación de Cantabria .

También, en algunos casos, se podrá utilizar el correo electrónico de Yedra o particular.

## RECURSOS EDUCATIVOS

Todos son de carácter digital. Texto, audio, vídeos, imágenes, mapas, páginas web. Pudiendo ser utilizados incluso con teléfonos móviles, siendo preferible el uso de un ordenador.

Vídeos grabados por docente y alumnado.

Imágenes hechas por docente y alumnado.

Grabaciones de audio realizadas por docente o alumnado.

Aplicación de mapas Cantabria. Sig pac. Otros.

Sitios web: Youtube por su contenido audiovisual, que podrá ayudar a guiar algunos aprendizajes.

Páginas web :

Documentos de texto e imagen digitales, editables en formato Word, no editables en Power Point o PDF.

Programa Paint.

Para el alumnado sin ordenador y/o sin conexión a internet se facilitará material en fotocopias por medio de los tutores, servicio de orientación y/o de servicios sociales.

## MODIFICACIONES DE LAS PROGRAMACIONES

En la medida de lo posible se procura abordar los contenidos de todos los bloques, para no dejar contenidos sin impartir pendientes para el próximo curso. Al utilizar diferentes metodologías en presencial y on line, existirán cambios en las formas de comunicación, de valoración del grado de adquisición de los aprendizajes, en las actividades de clase y de evaluación a realizar, entre otras diferencias. Pero se procura

que de una u otra forma el alumnado termine alcanzando el grado competencial previsto. Es eje de esta programación la prioridad de conducir los aprendizajes de la asignatura desde el movimiento, aunque a veces y más en este nivel de 4º de ESO y dadas las limitaciones que presenta el espacio online, también recurriremos a diversas tareas y actividades de carácter cognitivo.

Imposible, con estas circunstancias, de llevar a cabo una práctica real de los juegos o deportes colectivos, ni del senderismo ni de las carreras de orientación.

## **ASPECTOS BÁSICOS A IMPARTIR PARA LA ADQUISICIÓN DE COMPETENCIAS Y OBJETIVOS:**

### ***1ª evaluación.***

**UD.1. Principios Generales;** 4 clases (Bloque 6)

**UD. 2. Condición física.** 12 clases (Bloque 1).

**UD. 3. Hábitos saludables.** 8 clases (Bloque 3).

### ***2ª evaluación.***

**UD.4. Expresión corporal.** 8 clases (Bloque 5).

**UD.5 Tai –chi.** 6 clases. (Bloque 2).

**UD.6. Malabares;** juegos y deportes alternativos. 6 clases. (Bloque 3).

### ***3ª evaluación.***

**UD.7. Orientación;** carreras de orientación mediante croquis, planos y pistas.6s. (Bloque 4).

**UD. 8. Juegos populares.** 5 s (Bloque3)

**UD. 9. Mantenimiento físico;** 7s (Bloque 1).

## **ASPECTOS PENDIENTES PARA EL CURSO 2020-21**

Práctica de actividades en la naturaleza: Senderismo, orientación. Bicicleta.

Dos modalidades deportivas colectivas y juegos colectivos, así como juegos tradicionales. Múltiples actividades en parejas o grupos como acrosport, baile y actividades de expresión corporal.

Asistencia instalación pública, piscina. Cícling. Gimnasio. Rocódromo.

## **METODOLOGÍA**

### **DESARROLLO DE LAS SESIONES:**

La metodología para este escenario con un proceso de enseñanza aprendizaje a distancia, se llevará a cabo **on-line** principalmente mediante las plataformas, aplicaciones y correos electrónicos ya mencionados. El alumnado empleará también en algún caso el visor mapas Cantabria.

Se tendrán en cuenta las circunstancias particulares de cada alumno/a, para la adaptar los recursos metodológicos cuando sea preciso.

**Impartición de los contenidos:** los contenidos serán entregados por la profesora a través de Teams y otras aplicaciones de office 365, por medio de apuntes, esquemas,

vídeos y audios.

Las explicaciones serán mediante videoconferencia o vídeos grabados en función de la UD que se aborde a través de Teams de los aspectos teóricos que quedaron pendientes de impartir.

Las sesiones si son por videoconferencia se realizarán en el horario establecido para el escenario 1. En el caso de optar por vídeos explicativos se enviarán una vez por semana o coincidiendo con las sesiones establecidas (la profesora lo acordará con los alumnos tratando de conseguir la mejor organización de estos).

**Las clases** serán teóricas y prácticas, estructuradas estas últimas en 3 fases; calentamiento, parte principal y vuelta a la calma.

**Las tareas consistirán** en la realización de trabajos de investigación individuales, respuesta a preguntas escritas, grabación de pequeños vídeos o audios en los que el alumno/a se grabe desarrollando pruebas de carácter práctico y/o dando explicaciones sobre las mismas. Se podrán asignar tareas semanales, ajustadas a la carga horaria correspondiente y el alumnado auto regulará su tiempo de trabajo.

**La recogida de las tareas** será en forma de trabajos escritos, pequeños vídeos y/o audios entregados por los alumnos/as a través de la plataforma Teams.

**La solución de dudas:** los alumnos mantendrán comunicación mediante Teams, preferentemente escritas, con la profesora para resolver sus dudas.

**Corrección de ejercicios y actividades:** se envían resúmenes y esquemas a través de fotos, por teams o correo electrónico audios o vídeos tutoriales.

#### **ACTIVIDADES CONCRETAS A REALIZAR:**

**Actividades** PRACTICAS

C: RUTINAS

PP: EN FUNCIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

VC: ESTIRAMIENTOS O RELAJACIÓN

**Actividades** TEÓRICAS

EXPLICACIONES

ENTREGA DE APUNTES

VISIONADO DE VÍDEOS

REALIZACIÓN DE TRABAJOS, TAREAS, FORMULARIOS, CUESTIONARIOS Y PRESENTACIONES

## **EVALUACIÓN**

### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

1. 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. 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.
3. Reconocer los factores que determinan unos hábitos vida saludables, atendiendo a la higiene postural, aceptación del cuerpo, alimentación y métodos de relajación.
4. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
6. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de utilización responsable del entorno. Y para estimular actitudes y valores positivos.
7. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas en el medio natural propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
8. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas en el medio natural, analizando las características de las mismas, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
9. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio natural como formas de ocio activo.
10. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
11. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas 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.
12. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.
13. Participar activamente en la promoción de proyectos de actividad física y salud.
14. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

## **PROCEDIMIENTOS /HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN:**

A lo largo del curso online se utilizarán RÚBRICAS Y PONDERACIÓN DE LOS EXÁMENES TEÓRICOS a los siguientes instrumentos de calificación.

### **INSTRUMENTOS DE CALIFICACIÓN ON LINE**

#### **1ª evaluación..**

##### **UD.1. Principios Generales;** 4 clases (Bloque 6)

1. Cuestionario u otra prueba escrita 33%
2. Comportamiento 66%

##### **UD. 3. Condición física.** 12 clases (Bloque 1).

1. Cuestionario. (33%)
1. Grabación de vídeo o mediante Teams en directo , ejecutando secuencia de salto a la comba (33%).
2. Test de condición física (33%)

##### **UD. 4. Hábitos saludables.** 8 clases (Bloque 3).

1. Examen teórico sobre corrección postural (33%)
2. Ejecución y demostración de una secuencia de corrección postural (33%)
3. Ficha sobre la realización de tareas de relajación (33%)

#### **2ª evaluación.**

##### **UD.4. Expresión corporal.** 8 clases (Bloque 5).

4. Grabación de una coreografía individual de danza de 2 minutos de duración con soporte musical (33%)
5. Vídeo utilizando el lenguaje corporal para transmitir un mensaje sin voz. (33%)
6. Trabajo reflexivo de análisis del lenguaje corporal. (33%)

##### **UD.5. Tai –chi.** 6 clases. (Bloque 2).

1. Examen teórico sobre corrección postural (33%)
2. Vídeo o demostración directa mediante teams de la ejecución de una secuencia de movimientos (33%)
3. Ficha de autovaloración sobre la realización de la secuencia de tai chi (33%)

##### **UD.6. Malabares;** juegos y deportes alternativos. 6 clases. (Bloque 3).

1. Vídeo de una secuencia de movimientos durante un tiempo determinado (33%)
2. Creación de las bolas de malabares (33%)
3. Vídeo explicativo de la ejecución de los malabares en secuencia de 1 a 3 bolas (33%)

#### **3ª evaluación.**

##### **UD.7. Orientación;** carreras de orientación mediante croquis, planos y pistas.6s. (Bloque 4).

1. Trabajo teórico práctico . 100%

##### **UD. 8. Juegos populares.** 5 s (Bloque3)

2. Vídeo jugando a uno de los juegos propuestos. 33%)
3. Un trabajo de investigación “para jugar como jugaban nuestros mayores”.33%



4. Vídeo jugando al juego descubierto con la investigación.33%

**UD. 9. Mantenimiento físico; 7s (Bloque 1).**

1. Test físicos. (33%)
2. Trabajo escrito de creación de un calentamiento autónomo (33%)
3. Grabación de vídeo realizando autónomamente calentamiento autónomo (33%)

Cada unidad didáctica consta de 1, 2 o 3 instrumentos de evaluación y de calificación con su respectivo porcentaje de calificación.

La nota de cada UD se obtiene del promedio de las notas obtenidas con los instrumentos, siendo una calificación final de cada UD un número entero (sin decimales). No se redondeará la nota, por lo que por ejemplo un 6,7 será un 6.

La calificación de cada trimestre se obtendrá del promedio de las notas obtenidas en cada unidad didáctica. Siendo la calificación final de un número entero (sin decimales). No se redondeará la nota, por lo que por ejemplo un 6,7 será un 6.

**PROCEDIMIENTO PARA LA DETERMINACIÓN DE LA NOTA FINAL:**

Para el cálculo de la calificación final del curso en junio, el procedimiento será el siguiente: la nota será la media de las calificaciones obtenidas en cada uno de los tres trimestres o evaluaciones cuantitativas.

Siendo la calificación final de un número entero (sin decimales). No se redondeará la nota, por lo que por ejemplo un 6,7 será un 6.

**EVALUACIÓN DE ALUMNADO CON LA ASIGNATURA PENDIENTES:**

En el curso actual no tenemos alumnado con esta asignatura pendiente de cursos anteriores.