

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA 2020-2021

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

IES JESÚS DE MONASTERIO



PROFESORAS:

**ALBA AJA DE MARURI
TATIANA MARTÍNEZ-FALERO**

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

2º DE LA ESO formato PRESENCIAL		
1ª EVALUACIÓN	1ª EVALUACIÓN	3ª EVALUACIÓN
22/23 sesiones	22 sesiones	18 sesiones
UUDD TRANSVERSALES		
UD 1 Principios Generales y Salud 4s + (Bloque 2 y 6) UD 2 Senderismo: rutas a pie salidas de 50´ desde el IES (Nº de sesiones en función de la meteorología, a poder ser las más posibles en las que se fusionará el trabajo de las otras UUDD de la evaluación) (Bloque 4)	UD 1 Principios Generales y Salud 4s + (Bloque 2 y 6) UD 2 Senderismo: rutas a pie salidas de 50´ desde el IES (Nº de sesiones en función de la meteorología, a poder ser las más posibles en las que se fusionará el trabajo de las otras UUDD de la evaluación) (Bloque 4)	UD 1 Principios Generales y Salud 3s + (Bloque 2 y 6) UD 2 Senderismo: rutas a pie salidas de 50´ desde el IES (Nº de sesiones en función de la meteorología, a poder ser las más posibles en las que se fusionará el trabajo de las otras UUDD de la evaluación) (Bloque 4)
UUDD PUNTUALES		
UD 3 Condición física: Fuerza, Resistencia, Flexibilidad y Velocidad y test 12s (Bloque 1) UD 4 Juegos y deportes: Atletismo 7/8s (Bloque 3)	UD 5 Expresión corporal 9s (Bloque 5) UD 6 Juegos y deportes de adversario: Lucha de palos o bádminton 5s (Bloque 3) UD 7 juegos y deportes alternativos: malabares 4s (Bloque 3) * En caso de mejora de la situación covid, la UD 7 pasaría a ser juegos y	UD 8 Sobre ruedas: 6s (Bloque 3) UD 9 Orientación (Croquis y pistas) 5s (Bloque 4) UD 3 Condición física test 3s (Bloque 1) * En caso de mejora de la situación covid, la UD 8 pasaría a ser juegos y deportes colectivos: baloncesto

	deportes colectivos: futbol	
--	-----------------------------	--

BLOQUE 1. CONDICIÓN FÍSICA

UD 3 CONDICIÓN FÍSICA

CONTENIDOS

- Trabajo global de la condición física.
- Fortalecimiento básico de la musculatura central.
- La flexibilidad como capacidad específica para la instauración de rutinas
- Mitos y falsas creencias de la actividad física. Efectos en la condición física y la calidad de vida.

CE

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 valorará la participación activa en la mejora de dichas capacidades y el análisis de una correcta aplicación de la actividad física propuesta.

COMPETENCIAS

- 2º) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- 4º) Aprender a aprender.
- 6º) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

EAE

- 1.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
- 1.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

1.3. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, diferenciando entre mito y realidad, y relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

2.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artísticoexpresivas trabajadas en el curso.

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

CONTENIDOS

- Identificación de las capacidades físicas en las diferentes actividades practicadas.
- Profundización en el ajuste de la intensidad en el esfuerzo aeróbico a través de diferentes medios.

CE

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.

Este criterio trata de detectar si el alumno es capaz de discriminar las capacidades física que intervienen en diferentes ejercicios, prestando especial atención en las relacionadas con la salud.

COMPETENCIAS

- 2º) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- 4º) Aprender a aprender.
- 6º) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

EAE

2.3. Identifica las capacidades físicas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

BLOQUE 2. SALUD Y HÁBITOS DE VIDA

UD 1 PRINCIPIOS GENERALES Y SALUD (BLOQUE 2 Y 6)

CONTENIDOS

- Profundización en el control y dominio corporal como recurso preventivo de lesiones.

- Aceptación de la realidad corporal. Influencia en los hábitos de vida.
- Fundamentos de una dieta equilibrada. Tipos de alimentos y distribución de comidas.
- Ejercicios respiratorios y de relajación como forma de disminuir la activación corporal.

CE

3. Reconocer los factores que determinan unos hábitos vida saludables, atendiendo a la higiene postural, aceptación del cuerpo, alimentación y métodos de relajación.

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 al cuerpo y la actividad física.

COMPETENCIAS

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

4º) Aprender a aprender.

5º) Competencias sociales y cívicas.

EAE

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

3.2. Identifica su realidad corporal como elemento clave para la auto-aceptación y minimiza la importancia de los cánones sociales.

3.3. Relaciona los diferentes alimentos y la distribución de comidas con las bases de una dieta equilibrada.

3.4. Ejecuta técnicas de relajación a través de la respiración para disminuir la activación corporal.

BLOQUE 3. JUEGOS Y DEPORTES

UD 4 ATLETISMO

UD 6 BADMINTON o LUCHA DE PALOS

UD 7 MALABARES (En caso de mejora de la situación COVID, esta UD pasará a desarrollar el contenido de deporte de colaboración-oposición con el deporte de fútbol)

UD 8 SOBRE RUEDAS

CONTENIDOS

- Iniciación en, al menos:

Una modalidad deportiva individual.

Dos modalidades deportivas colectivas.

Una modalidad deportiva de adversario.

- a) Diferentes a las realizadas en el curso anterior.
- b) Atendiendo a la orientaciones metodológicas de la introducción del presente currículo.

CE

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 el nivel de ejecución inicial.

COMPETENCIAS

- 2º) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- 4º) Aprender a aprender.
- 6º) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

EAE

- 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.

EAE

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.

CE

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 titulaciones de juego.

COMPETENCIAS

- 2º) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- 4º) Aprender a aprender.

5º) Competencias sociales y cívicas.

EAE

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.

CONTENIDOS

El deporte y sus valores. Análisis de la influencia en la sociedad.

CE

6. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas para estimular actitudes y valores positivos.

Con este criterio se pretende comprobar que el alumno valora el deporte como un apoyo para desarrollar conductas que ayudan a enfrentarse a problemas que emergen en la sociedad.

COMPETENCIAS

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

5º) Competencias sociales y cívicas.

6º) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

EAE

6.1. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados 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 2 DE SENDERISMO UD 9 ORIENTACIÓN

CONTENIDOS

- Iniciación en, al menos, dos actividades físico-deportivas en el medio natural, realizadas en diferentes estaciones, medios y/o contextos, ampliando la oferta del curso anterior.

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

CE

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.

COMPETENCIAS

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

4º) Aprender a aprender.

6º) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

EAE

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.

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.

EAE

8.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo y las asocia con una norma de seguridad.

CONTENIDOS

- Normas de seguridad básicas para desenvolverse en el medio urbano y natural.

CE

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 vincular los riesgos inherentes a las actividades en el entorno próximo con normas de seguridad, y minimizarlos adoptando medidas preventivas.

COMPETENCIAS

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

4º) Aprender a aprender.

5º) Competencias sociales y cívicas.

EAE

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

EAE

9.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físicodeportivas.

CONTENIDOS

- Valoración del medio natural como lugar rico en recursos para la realización de actividades recreativas

CE

9. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio natural como formas de ocio activo.

Con este criterio se trata de valorar si el alumno aprecia el medio natural como un espacio para el disfrute activo de su tiempo de ocio, manteniendo conductas de respeto y cuidado del entorno.

COMPETENCIAS

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

4º) Aprender a aprender.

5º) Competencias sociales y cívicas.

EAE

9.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físicodeportivas.

BLOQUE 5. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS

UD 9 EXPRESIÓN CORPORAL

CONTENIDOS

- Ejecución de movimientos, con una base rítmica, atendiendo a las variables de espacio, tiempo e intensidad, destacando su valor expresivo.
- Realización de pequeñas creaciones individuales o en pequeño grupo como medio de comunicación.

EAE

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

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

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

CE

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

Con este criterio se trata de valorar la puesta en práctica de movimientos, usando técnicas corporales, atendiendo a las variables espacio, tiempo e intensidad, así como otras de forma improvisada, en grupo.

COMPETENCIAS

- 5º) Competencias sociales y cívicas.
- 7º) Conciencia y expresiones culturales.
- 6º) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

EAE

10.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

BLOQUE 6. ELEMENTOS COMUNES A LA ACTIVIDAD FÍSICA

UD 1 PRINCIPIOS GENERALES Y SALUD (Bloque 2 y 6)

CONTENIDOS

- Tolerancia, deportividad y autocontrol por encima de la búsqueda de los resultados.

- Cooperación en las funciones atribuidas dentro de una labor grupal-equipo para la consecución de objetivos comunes.
- Aceptación y respeto ante las diferencias individuales de ejecución.

CE

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.

Este criterio pretende comprobar que el alumno es capaz de adoptar conductas integradoras, a través de la tolerancia, la colaboración y la aceptación de niveles de ejecución, mostrando una actitud de respeto en todo momento.

COMPETENCIAS

- 4º) Aprender a aprender.
- 5º) Competencias sociales y cívicas.
- 6º) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

EAE

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

CONTENIDOS

- El calentamiento general y específico. Pautas, identificación y realización de juegos y ejercicios apropiados.

CE

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 se trata de evaluar la puesta en práctica de calentamientos, atendiendo a los elementos principales, de forma autónoma por parte del alumno.

COMPETENCIAS

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

4º) Aprender a aprender.

6º) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

EAE

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

CONTENIDOS

- Promoción y participación en campañas relacionadas con la salud y la actividad física.

CE

13. Participar activamente en la promoción de 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.

COMPETENCIAS

1º) Comunicación lingüística.

5º) Competencias sociales y cívicas.

6º) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

EAE

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

CONTENIDOS

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

CE

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.

COMPETENCIAS

- 1º) Comunicación lingüística.
- 2º) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- 3º) Competencia digital.

EAE

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.

6. 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

6.1.-: 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 resumen se muestra cómo es el proceso de obtención de la nota final de cada evaluación (la calificación), asignándose un % a los diferentes instrumentos

1ª evaluación.

UD.1. Principios generales y Salud; 4 s (Bloque 2 y 6): INSTRUMENTOS

1. Examen teórico (33%)
2. Trabajo escrito de creación de un calentamiento autónomo y vuelta a la calma (33%)
3. Comportamiento (33%)

UD 2. Senderismo; x clases (Bloque 4) INSTRUMENTOS

1. Dinámica de la punta de flecha (50%)
2. Diario de rutas (50%)

UD.3. Condición física; 12 clases. (Bloque 1). INSTRUMENTOS

1. Examen teórico (33%)
2. Ficha de ejecución de 3 rutinas de condición física de fuerza y flexibilidad (33%)
3. Test de condición física (33%)

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

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.1. Principios generales y Salud (Bloque 2 y 6): INSTRUMENTOS

1. Examen teórico (33%)
2. Realización de calentamientos autónomos y vueltas a la calma (33%)
3. Comportamiento (33%)

UD 2. Senderismo x clases (Bloque 4) INSTRUMENTOS

3. Dinámica de la punta de flecha (50%)
4. Diario de rutas (50%)

UD.5. Expresión corporal; 9 clases (Bloque 5). INSTRUMENTOS

1. Ejecución de una secuencia de movimientos por ejemplo el saludo al Sol (33%)
2. Teatrillo: utilizando el lenguaje corporal para transmitir un mensaje sin voz en grupo. (33%)
3. Grabación de una coreografía grupal de danza de 2 minutos de duración con soporte musical (33%)

UD 6. Bádminton o lucha de palos ; 5 clases (Bloque 3) INSTRUMENTOS

1. Circuito técnico (33%)
2. Juego real de dobles. Combate simulado.(33%)
3. Examen teórico (33%)

UD.7. Malabares; juegos alternativos. 6 clases (Bloque 3). INSTRUMENTOS

1. Secuencia de movimientos con 3 bolas durante 30 segundos (33%)
2. Creación de las bolas de malabares (33%)
3. Descripción de la correcta ejecución de los malabares en secuencia de 1 a 3 bolas (33%)

3ª evaluación.

UD.1. Principios generales y Salud (Bloque 2 y 6): INSTRUMENTOS

1. Realización de calentamientos autónomos y vueltas a la calma (33%)
2. Trabajo escrito de alimentación/hidratación y deporte (33%)
3. Comportamiento (33%)

UD 2. Senderismo x clases (Bloque 4) INSTRUMENTOS

1. Dinámica de la punta de flecha (50%)
2. Diario de rutas (50%)

UD.8.Sobre ruedas

1. Circuito técnico de habilidad (100%)

UD.9. Orientación. 5 clases (Bloque 4). INSTRUMENTOS

1. Examen teórico (50%)
2. Circuito de orientación (50%)

UD.3. Condición física. 6 clases (Bloque 1). INSTRUMENTOS

1. Examen teórico (50%)
2. Test de condición física (50%)

6.2.-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.

6.3.- 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.

6.4.- ALUMNOS 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, 3º 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).

6.5.- 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).

FORMATO SEMIPRESENCIAL

Contenidos a impartir de forma presencial:

1ª evaluación.

UD.1. Principios Generales; 2 clases (Bloque 6)

UD. 2. Senderismo; 2 rutas de 50 minutos desde el IES. (Bloque 4).

UD. 3. Condición física. 6 clases (Bloque 1).

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

2ª evaluación.

UD.2. Senderismo; 1 ruta de 50 minutos desde el IES. (Bloque 4).

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

UD.6. Hábitos Saludables. 3 clases. (Bloque 2).

UD.7. Malabares; juegos y deportes alternativos. 3 clases. (Bloque 3).

3ª evaluación.

UD.2. Senderismo; 2 rutas de 50 minutos desde el IES. (Bloque 4).

UD.9. Orientación; carreras de orientación mediante croquis, planos y pistas.3s.(Bloque 4).

UD. 10. Salud: Primeros auxilios y alimentación; 3 (Bloque 2)

UD.3. Condición física; 4s (Bloque 1).

Contenidos a impartir online:

1ª evaluación.

UD.1. Principios Generales; 2 clases (Bloque 6)

UD. 2. Senderismo; 2 rutas de 50 minutos desde el IES. (Bloque 4).

UD. 3. Condición física. 6 clases (Bloque 1).

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

2ª evaluación.

UD.2. Senderismo; 1 ruta de 50 minutos desde el IES. (Bloque 4).

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

UD.6. Hábitos Saludables. 3 clases. (Bloque 2).

UD.7. Malabares; juegos y deportes alternativos. 3 clases. (Bloque 3).

3ª evaluación.

UD.2. Senderismo; 2 rutas de 50 minutos desde el IES. (Bloque 4).

UD.9. Orientación; carreras de orientación mediante croquis, planos y pistas.3s.(Bloque 4).

UD. 10. Salud: Primeros auxilios y alimentación; 3 (Bloque 2)

UD.3. Condición física; 4s (Bloque 1).

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. Clases presenciales.

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

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

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

UD.6. Corrección postural y relajación. 3 clases. (Bloque 2).

2ª evaluación.

UD.5. Expresión corporal. 10 clases (Bloque 5).

UD.6. Corrección postural y relajación. 6 clases. (Bloque 2).

UD.7. Malabares; juegos y deportes alternativos. 6 clases. (Bloque 3).

3ª evaluación.

UD.9. Orientación; carreras de orientación mediante croquis, planos y pistas.6s. (Bloque 4).

UD. 8. Salud: Primeros auxilios y alimentación; 6 (Bloque 2)

UD.3. Condición física; 6s (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. Cicling. 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 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

1ª evaluación.

UD.1. Principios generales (Bloque 6): INSTRUMENTOS

4. Examen teórico (33%)
5. Trabajo escrito de creación de un calentamiento autónomo y vuelta a la calma (33%)
6. Grabación de vídeo realizando autónomamente calentamiento autónomo y vuelta a la calma (33%)

UD 6. Corrección postural y relajación. 6 clases (Bloque 2) INSTRUMENTOS

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%)

UD.3. Condición física. 8 clases. (Bloque 1).

4. Examen teórico (33%)
5. Ficha de ejecución de 3 rutinas de condición física de fuerza y flexibilidad (33%)
6. Test de condición física (33%)

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

4. Examen teórico (50%)
5. Análisis de un vídeo (50%)

2ª evaluación.

UD.5. Expresión corporal; 9 clases (Bloque 5). INSTRUMENTOS

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. Grabación de una coreografía grupal de danza de 2 minutos de duración con soporte musical (33%)

UD 6. Corrección postural y relajación. 6 clases (Bloque 2) INSTRUMENTOS

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%)

UD.7. Malabares; juegos alternativos. 6 clases (Bloque 3). INSTRUMENTOS

4. Vídeo de una secuencia de movimientos con 3 bolas durante 30 segundos (33%)

5. Creación de las bolas de malabares (33%)
6. Vídeo explicativo de la ejecución de los malabares en secuencia de 1 a 3 bolas (33%)

3ª evaluación.

UD.8. Salud y alimentación 6 clases (Bloque 2). INSTRUMENTOS

1. Trabajo sobre alimentación y deporte (33%)
2. Trabajo de análisis de su dieta (33%)
3. Vídeo elaborando un desayuno saludable (33%)

UD.9. Orientación. 5 clases (Bloque 4). INSTRUMENTOS

3. Examen teórico (50%)
4. Creación de un circuito de orientación sobre un mapa (50%)

UD.3. Condición física. 6 clases (Bloque 1). INSTRUMENTOS

3. Examen teórico (33%)
4. Creación y realización personal de un plan de entrenamiento de la condición física (33%)
5. Test de condición física (33%)

Cada unidad didáctica consta de 2 ó 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.