

1. EVALUACIÓN.

La evaluación se concibe de una forma holística, es decir, analiza todos los aspectos del proceso educativo y permite la retroalimentación, la aportación de informaciones precisas que permiten reestructurar la actividad en su conjunto.

La propuesta evaluativa que se desarrolla en esta Programación es continua, integradora y participativa, interviniendo en el proceso tanto los alumnos/as como el Profesorado. Evaluar es emitir una opinión sobre aquello que no se puede cuantificar con una medida material y para ello hemos de contar con unos instrumentos específicos de trabajo.

1.1. DISEÑO E INSTRUMENTOS DE LA EVALUACIÓN INICIAL

¿QUÉ SE EVALUA?

Se evalúa el trabajo para comprobar el grado de consecución de los objetivos y los estándares de evaluación establecidos en esta programación. En todo caso se pretende una evaluación integral consideración: lo motriz, lo socio-emocional y lo cognoscitivo.

¿CUÁNDO?

El alumno recibe una evaluación inicial, una evaluación formativa o continua y una evaluación final.

Las sesiones evalúan su contenido pedagógica y actitudinal:

1. Día a día, al finalizar cada una de las clases.
2. Al término de las Unidades Didácticas.
3. Cuando finaliza un período de tiempo determinado (trimestre, curso o ciclo).

¿QUÉ SE UTILIZA?

- Pruebas prácticas adaptadas al nivel de cada alumno y relacionadas con habilidades motrices propias.
- Preguntas orales sobre diversos contenidos.
- Cuestionarios escritos sobre contenidos relacionados.
- Exposiciones sobre contenidos relacionados.

¿QUIÉN EVALÚA?

Este modelo evaluativo, para su desarrollo, dispone de una doble participación; por un lado, el Profesor, que evalúa una serie de aspectos relativos a la clase y al alumnado, y por otro los alumnos, que evalúan aspectos relativos a su propia actividad y a las sesiones.

Estas actuaciones se concretan en

EL PROFESOR EVALÚA:

A) La actuación del alumno desde el punto de vista integral:

1. Lo motriz, que se constata mediante la actividad diaria de clase, y un examen al final de la unidad didáctica si fuera necesario.

2. Lo social-emocional que es de apreciación subjetiva por parte del profesor.

3. El conocimiento. Detectada mediante controles escritos y orales, y trabajos sobre los temas desarrollados.

B) El desarrollo de cada sesión y, por suma, el trimestre y curso, lo que en la práctica constituye una auto-evaluación pedagógica.

EL ALUMNO EVALÚA:

A) Su propia adquisición de conocimientos a través de coevaluación con compañeros.

B) La labor docente del profesor y la dinámica de clases.

1.2. CRITERIOS, PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

1.2.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1º de E.S.O.

- **BLOQUE: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y SALUD.**
- Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.
- 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.
- Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.
- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
- Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
- 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.
- Identificar los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y la vida cotidiana.

- Se pretende analizar si el alumnado, durante la práctica de actividad física, identifica y lleva a cabo determinados hábitos de higiene deportiva. El alumnado, igualmente, deberá reconocer las posturas adecuadas en las actividades físicas que se realicen y en acciones de la vida cotidiana.
- Realizar ejercicios posturales de acondicionamiento físico y de actividad escolar atendiendo a criterios de higiene postural como estrategia para la prevención de lesiones.
- **BLOQUE: TAREAS MOTRICES ESPECÍFICAS. JUEGOS Y JUEGOS PRE-DEPORTIVOS.**
 - Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
 - Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
 - 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.
 - Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.
 - Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
 - Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
 - 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.
- **BLOQUE: ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EN EL ENTORNO NATURAL**
 - Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en a

condiciones reales o adaptadas.

- Resolver 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.
- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
- Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
- 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.

- **BLOQUE: ENRIQUECIMIENTO ARTÍSTICO Y EXPRESIVO MOTRIZ**

- Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
- 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.
- Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportiva y artístico expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.
- Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
- 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.

2º de E.S.O.

- **BLOQUE: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y SALUD**

- 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.

- 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.
 - Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.
 - Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
 - Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportiva y artístico-expresiva analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conlleven, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
 - 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.
- **BLOQUE: TAREAS MOTRICES ESPECÍFICAS. JUEGOS Y JUEGOS PRE-DEPORTIVOS**
 - Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
 - Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
 - 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.
 - Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.
 - Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
 - Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
 - 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.

- **BLOQUE: ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EN EL ENTORNO NATURAL**

- Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en a condiciones reales o adaptadas.
- 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.
- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
- Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
- 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.

- **BLOQUE: ENRIQUECIMIENTO ARTÍSTICO Y EXPRESIVO MOTRIZ**

- Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
- 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.
- Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportiva y artístico expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.
- Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
- 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.

3° de E.S.O.

• BLOQUE: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y SALUD

- 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.
- 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.
- Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.
- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
- Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportiva y artístico-expresiva analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conlleven, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
- 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.

• BLOQUE: TAREAS MOTRICES ESPECÍFICAS. JUEGOS Y JUEGOS PRE-DEPORTIVOS

- Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
- Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
- 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.
- Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
- Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
- 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.

- **BLOQUE: ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EN EL ENTORNO NATURAL**

- Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en a condiciones reales o adaptadas.
- 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.
- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
- Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
- 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.

- **BLOQUE: ENRIQUECIMIENTO ARTÍSTICO Y EXPRESIVO MOTRIZ**

- Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
- 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.
- Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportiva y artístico expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus

características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

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

4º de E.S.O.

- **BLOQUE: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y SALUD**

- Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.
- Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.
- Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.
- Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previniendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.
- Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.

- **BLOQUE: TAREAS MOTRICES ESPECÍFICAS. JUEGOS Y JUEGOS PRE-DEPORTIVOS**

- Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.
- Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.
- Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.
- Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración

de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.

- Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.
- Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre seguridad de los participantes.
- Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.
- Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.

- **BLOQUE: ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EN EL ENTORNO NATURAL**

- Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.
- Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.
- Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.
- Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.
- Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previniendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.
- Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.
- Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y

conclusiones en el soporte más adecuado.

- **BLOQUE: ENRIQUECIMIENTO ARTÍSTICO Y EXPRESIVO MOTRIZ**
- Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de motricidad expresiva.
- Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.
- Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previniendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.
- Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.
- Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.

1.2.2. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

La evaluación se llevará a cabo mediante las siguientes técnicas:

- Observación directa en el aula y hojas de registro utilizados tanto en la evaluación continua como en la evaluación final.
- Listas y escalas de control sobre habilidades motrices relacionadas con los contenidos.
- Cuaderno de la asignatura o dossier de prácticas.
- Exámenes y pruebas teóricas y prácticas de tipo tanto oral como escrito.
- Trabajos escritos y exposiciones.

Debido al componente actitudinal, la reiteración de faltas de respeto al profesor o compañeros, no participar en las sesiones prácticas sin motivo justificado, así como el mal comportamiento o no llevar los utensilios de aseo conlleva automáticamente a que se suspenda la evaluación continua, teniendo que realizar pruebas prácticas y exámenes escritos que cada profesor estime oportuno y con carácter extraordinario para superar la evaluación en curso. En función de las circunstancias, el profesor puede optar por adoptar medidas diferentes si el comportamiento y actitud del alumno se revierte positivamente.

1.3. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

Básicos (B): 50% Medios (M): 30% Avanzados (A): 20%

1º de E.S.O.

- **Bloque: acondicionamiento físico y salud**

ESTANDARES DE APRENDIZAJES BASICOS:

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

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

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

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

ESTANDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

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

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

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

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

ESTANDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

- 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.

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

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

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

-Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

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

-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.

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

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

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

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

- **Bloque: Tareas Motrices Específicas. Juegos y Juegos pre-deportivos**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

-Auto-evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

-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.

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

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

-Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración oposición seleccionada.

-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.

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

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

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

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

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

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

-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.

-Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

-Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

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

-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.

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

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

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

-Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

- **Bloque: Actividades físico-deportivas en el entorno natural**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

-Auto evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

-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.

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

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

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

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

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

-Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

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

-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.

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

- **Bloque: Enriquecimiento artístico y expresivo motriz**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

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

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

-Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

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

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

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

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

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

-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.

-Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

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

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

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

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

-Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

2° de E.S.O.

• **Bloque: acondicionamiento físico y salud**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

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

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

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

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

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

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

- 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.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

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

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

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

-Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

-Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades

físico-deportivas.

-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.

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

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

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

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

- **Bloque: Tareas Motrices Específicas. Juegos y Juegos pre-deportivos**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

-Auto-evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

-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.

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

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

-Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración oposición seleccionada.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

-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.

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

-Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes

actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.

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

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

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

-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.

-Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

-Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

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

-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.

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

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

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

-Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

• **Bloque: Actividades físico-deportivas en el entorno natural**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

-Auto evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

-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.

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

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

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

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

-Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

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

-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.

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

- **Bloque: Enriquecimiento artístico y expresivo motriz**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

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

-Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de

sus compañeros.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

- Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
- Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
- Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
- Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.
- Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
- Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.
- Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
- Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

- 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.
- Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.
- Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.
- Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.
- Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.
- Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, vídeo, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
- Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

3º de E.S.O.

- **Bloque: acondicionamiento físico y salud**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

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

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

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

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

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

- 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.

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

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

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

-Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

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

-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.

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

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

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

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

- **Bloque: Tareas Motrices Específicas. Juegos y Juegos pre-deportivos**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

-Auto-evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

-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.

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

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

-Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración oposición seleccionada.

-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.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

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

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

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

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

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

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

-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.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

-Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

-Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

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

-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.

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

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

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

- Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

- **Bloque: Actividades físico-deportivas en el entorno natural**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

-Auto evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

-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.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

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

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

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

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

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

-Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

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

-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.

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

- **Bloque: Enriquecimiento artístico y expresivo motriz**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BASICOS:

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

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

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

-Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

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

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

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

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

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

-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.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

-Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

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

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

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

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

-Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

4º de E.S.O.

- **Bloque: acondicionamiento físico y salud**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

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

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

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

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

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

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

- 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.

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

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

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

-Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

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

-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.

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

-Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección

del entorno.

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

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

- **Bloque: Tareas Motrices Específicas. Juegos y Juegos pre-deportivos**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

-Auto-evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

-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.

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

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

-Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración oposición seleccionada.

-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.

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

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

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

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

-Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los

márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

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

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

-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.

-Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

-Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

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

-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.

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

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

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

- Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

- **Bloque: Actividades físico-deportivas en el entorno natural**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BÁSICOS:

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

-Auto evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

-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.

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

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

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

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

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

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

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

-Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

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

-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.

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

- **Bloque: Enriquecimiento artístico y expresivo motriz**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES BASICOS:

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

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

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

-Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES MEDIOS:

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

-Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de

actividad física, la alimentación y la salud.

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

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

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

-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.

-Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES AVANZADOS:

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

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

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

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

-Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

1.4. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE MÍNIMOS EVALUABLES

1º E.S.O.

Bloque contenido: Acondicionamiento Físico y Salud:

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

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

-Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la

salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.

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

Bloque contenido: Tareas Motrices Específicas. Juegos y Juegos pre-deportivos:

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

-Auto-evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

-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.

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

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

Bloque contenido: Actividades físico-deportivas en el entorno natural.

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

-Auto evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

Bloque contenido: Enriquecimiento artístico y expresivo motriz.

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

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

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

2º de E.S.O.

Bloque contenido: Acondicionamiento Físico y Salud.

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

-Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de

actividad física, la alimentación y la salud.

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

Bloque contenido: Tareas Motrices Específicas. Juegos y Juegos pre-deportivos.

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

-Auto-evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

-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.

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

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

-Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración oposición seleccionada.

Bloque contenido: Actividades físico-deportivas en el entorno natural.

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

-Auto evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

Bloque contenido: Enriquecimiento artístico y expresivo motriz.

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

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

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

Bloque contenido: Acondicionamiento Físico y Salud.

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

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

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

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

-Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.

Bloque contenido: Tareas Motrices Específicas. Juegos y Juegos pre-deportivos.

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

-Auto-evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

-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.

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

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

-Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración oposición seleccionada.

-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.

Bloque contenido: Actividades físico-deportivas en el entorno natural.

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

-Auto evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

Bloque contenido: Enriquecimiento artístico y expresivo motriz.

- Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
- Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

4° de E.S.O.

Bloque contenido: Acondicionamiento Físico y Salud.

- Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
- Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
- Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.
- Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
- Aplica de forma autónoma procedimientos para auto-evaluar los factores de la condición física.
- Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
- Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

Bloque contenido: Tareas Motrices Específicas. Juegos y Juegos pre-deportivos.

- Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- Auto-evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
- Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
- 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.
- Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

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

-Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración oposición seleccionada.

-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.

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

Bloque contenido: Actividades físico-deportivas en el entorno natural.

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

-Auto evalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

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

-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.

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

Bloque contenido: Enriquecimiento artístico y expresivo motriz.

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

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

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

-Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

1.5. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

La evaluación se llevará a cabo mediante los siguientes instrumentos:

- ✓ Hoja de registro anecdótico del trabajo diario durante la sesión.
- ✓ Pruebas prácticas, test y circuitos diseñados para la realización de contenidos prácticos.

- ✓ Listas y escalas de control sobre habilidades motrices relacionadas con los contenidos.
- ✓ Corrección del cuaderno de la asignatura y dossier de fichas prácticas.
- ✓ Exámenes escritos y orales sobre contenido teórico.
- ✓ Trabajos escritos y exposiciones orales.

1.6. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

La calificación será el resultado de una evaluación continua donde se valorará de un modo diferente los estándares de aprendizajes. Será necesario superar con una calificación al menos 4 cada uno de los bloques de estándares dedicados a habilidades motoras, adquisición y desarrollo de conocimientos y los relacionados con actitudes para poder hallar la nota media de cada evaluación. Para superar la asignatura habrá que conseguir sumar más de cinco sobre diez en la media.

Por otra parte, en el área de Educación Física se atiende a la diversidad del alumnado de distintas formas y es importante tenerlo en cuenta a la hora de fijar una calificación:

-Se diversifica la información conceptual para que cada grupo de alumnos, según el criterio del profesor, pueda elegir los apartados más adecuados.

-Se asumen las diferencias en el interior del grupo y se proponen ejercicios de diversa dificultad de ejecución.

-Se distinguen los ejercicios que se consideran realizables por la mayoría de alumnos.

-Se facilita la evaluación individualizada en la que se fijan las metas que el alumno ha de alcanzar a partir de criterios derivados de su propia situación inicial.

De este modo, en Educación Secundaria Obligatoria, los estándares de aprendizaje relacionados con la adquisición y desarrollo de conocimientos tendrán un valor de:

De este modo, en Educación Secundaria Obligatoria, la calificación de los estándares de aprendizaje se divide de la siguiente manera en todos los cursos de la ESO:

- **Estándares básicos: 50%.**
- **Estándares intermedios: 30%.**
- **Estándares avanzados: 20%.**

Por otra parte, la programación está claramente decantada hacia la promoción de las actitudes, los valores y los hábitos, y por eso vamos a dedicar bastante tiempo de nuestra labor educativa a cómo promocionarlos desde la actividad física. Esto va a llevar por ello también una gran carga porcentual. Es evidente, sin embargo, que los valores no los podemos calificar, porque no se ven. Lo que sí podemos observar, con escalas de observación apropiadas y baremadas, son las actitudes y sobre todo los hábitos, y la progresión en el desarrollo de los mismos.

Será imprescindible que el alumno lleve los utensilios de aseo y asearse tras la sesión para ser calificado.

Serán evaluables, además, los apuntes elaborados y aportados por el profesor, las explicaciones del profesor en las sesiones, las prácticas realizadas, libros y otros recursos bibliográficos recomendados por el profesor, trabajos realizados por los alumnos, así como su actitud.

Cada profesor podrá concretar aspectos de valoración actitudinal, aunque como estándares comunes de evaluación actitudinal se contemplan los siguientes:

- Utilizar indumentaria y material adecuado para las sesiones.
- Participar activamente en las clases.
- Colaborar en el desarrollo de las sesiones.
- Mostrar respeto hacia el profesor y compañeros/as.
- Si un alumno/a copia o participa para que otro lo haga durante un examen de evaluación, suspenderá la evaluación correspondiente y podrá realizar una prueba extraordinaria en junio.
- No se usará el móvil o dispositivos electrónicos durante las sesiones, siendo sancionado con 1 punto menos en el apartado de actitud.

Asistencia a clase:

Es obvio que la asistencia es obligatoria. Debido al cariz práctico de la asignatura, sin constancia de registro escrito por lo vivencial de gran parte del trabajo, se considera que 4 faltas de asistencia sin justificación en una misma evaluación suponen una calificación de insuficiente y la necesidad de recuperación mediante un trabajo escrito y/ examen teórico y práctico. Así mismo, por cada falta de asistencia puede ser solicitado un trabajo para compensar los contenidos no adquiridos por dicha falta.

Participación en las clases prácticas:

Es obligatorio, además de la asistencia a clase, participar de forma activa en la práctica con la indumentaria adecuada. Si un alumno no trae la indumentaria adecuada no podrá participar en la práctica y computará 1 punto menos en el apartado de actitud.

La no realización de las prácticas sin motivo justificado (facultativo) o evidente se computa con 1 punto menos en el apartado de actitud por cada práctica no realizada.

Si un alumno/a se encuentra lesionado y no puede realizar la práctica por motivos justificados, entregará una ficha con la descripción de la práctica, siguiendo las indicaciones que marque el profesor; de no hacerlo se computa con 1 punto menos en el apartado de actitud.

El alumno/a con una lesión justificada (facultativo) que le impida realizar más de 4

sesiones prácticas y no supere más del 50% por evaluación, pero acude presencialmente a las mismas, deberá realizar un trabajo o examen relacionado con los contenidos siguiendo las indicaciones que marque el profesor; de no hacerlo se computa con 1 punto menos por sesión en el apartado de actitud.

El alumno/a con una lesión justificada que le impida realizar más del 50% de las sesiones prácticas por evaluación, pero acude presencialmente a las mismas, deberá realizar trabajos u otras tareas relacionadas siguiendo las indicaciones que marque el profesor; aunque en cualquier caso la calificación de la parte práctica por esta circunstancia no será superior a 5.

Faltas de ortografía:

En exámenes escritos, trabajos y fichas se descontará lo siguiente:

1º CICLO ESO: 0.1 por falta de ortografía, de expresión y/o tilde hasta 2 puntos como máximo.

2º CICLO ESO: 0.2 por falta de ortografía, de expresión y/o tilde hasta 2 puntos como máximo.

Se puede llegar a suspender un examen por las faltas de ortografía. Para poder recuperar esta parte, el alumno deberá realizar trabajos y actividades de ortografía, cuya valoración positiva permitirá la recuperación de la nota del contenido suspenso.

Aseo tras cada clase:

Es obligatorio traer útiles de aseo, y repuesto de ropa (al menos camiseta), para asearse tras cada sesión; de no ser así computará 1 punto menos en el apartado de actitud cada vez que ocurra.

1.7. PÉRDIDA DE EVALUACIÓN CONTINUA

Debido al cariz práctico de la asignatura, se considera que cuatro faltas de asistencia sin justificación en una misma evaluación suponen una calificación de insuficiente. De esta forma superando el 50% de faltas de asistencia en el curso, perderá el derecho de evaluación continua.

Si el alumno no participa de forma voluntaria en las clases, no trae la indumentaria adecuada, y se niega a realizar cualquier tipo de trabajo alternativo, podrá perder el derecho a evaluación continua.

1.8. PRUEBA EXTRAORDINARIA

En junio se les facilitará a los alumnos que no superen la evaluación ordinaria un plan de recuperación para desarrollar y preparar las pruebas de septiembre, consistentes en:

- ✓ Examen teórico de los apuntes de todo el curso, en función de los estándares mínimos.
- ✓ Examen práctico de las habilidades impartidas al largo del curso, en función de los

estándares mínimos.

- ✓ Prueba de resistencia aeróbica, variando la duración en función del curso.

Sólo pudiendo obtener como máxima puntuación de 5.

1.9. RECUPERACIÓN MATERIAS PENDIENTES

Los alumnos con la asignatura de Educación Física suspensa del curso anterior al que cursan, deberán aprobar la asignatura de Educación Física del curso actual para poder recuperar la otra y hacer un trabajo de aplicación y/o prueba práctica si el profesor lo estima oportuno.

De este modo:

- ✓ Los alumnos que cursan 2º ESO si aprueban las dos primeras evaluaciones del presente curso, recuperarán la de 1º ESO.
- ✓ Los alumnos que cursan 3º ESO si aprueban las dos primeras evaluaciones del presente curso, recuperarán la de 2º ESO.
- ✓ Los alumnos que cursan 4º ESO si aprueban las dos primeras evaluaciones del presente curso, recuperarán la de 3º ESO.
- ✓ Los Alumnos de 2º de Bachillerato que tengan suspensa la Educación física de 1º de Bachillerato realizarán un trabajo por evaluación.

En el caso que no aprueben el curso actual, deberán realizar un examen en junio de los contenidos mínimos exigibles del curso pendiente, además de recuperar también el curso actual.

1.10. INDICADORES DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Evaluar la práctica docente es imprescindible para dar respuesta a las necesidades de nuestros alumnos y adaptar los contenidos impartidos a sus posibilidades. De forma que este departamento propone realizar al menos una vez por evaluación una valoración de su propia práctica docente utilizando para ello los instrumentos que crea oportuno y tomando como referencia los siguientes indicadores:

-Cuestionarios escritos respondidos de forma anónima para que los alumnos respondan a cuestiones planteadas por el profesor sobre el desarrollo de las sesiones.

-Entrevistas orales con los alumnos sobre el desarrollo de determinados contenidos.

-Ficha de auto-evaluación docente sobre aspectos como objetivos propuestos, contenidos desarrollados, método de evaluación, resultados y participación.

-Ficha de auto-evaluación del alumno sobre aspectos como participación en clase, uso del material, aprendizaje adquirido y futuros retos.

-Memoria final de curso sobre los contenidos desarrollados y resultados de la evaluación.

