

PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA.

IES GUADALMEDINA.

CURSO 2014/2015.

INDICE.

--OBJETIVOS.

--CONTENIDOS.

--CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

--CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

OBJETIVOS

1- OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA.

a) Conocer y comprender los aspectos básicos del funcionamiento del propio cuerpo y la incidencia que tienen los diversos actos y decisiones personales, tanto en la salud individual como en la colectiva.

b) Formarse una imagen ajustada de sí mismo, de sus características y posibilidades y actuar de forma autónoma valorando el esfuerzo y la superación de dificultades.

c) Relacionarse con otras personas e integrarse de forma participativa en actividades de grupo con actitudes solidarias y tolerantes libres de inhibiciones y prejuicios, y adquirir y desarrollar hábitos de respeto y disciplina como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas educativas.

d) Analizar los mecanismos y valores que rigen el funcionamiento de las sociedades, especialmente los relativos a los derechos y deberes de los ciudadanos.

e) Analizar los mecanismos básicos que rigen el funcionamiento del medio físico y natural, valorar las repercusiones que sobre él tienen las actividades humanas y contribuir activamente a la defensa, conservación y mejora del mismo como elemento determinante de la calidad de vida.

f) Conocer y apreciar el patrimonio natural, cultural (El Flamenco) e histórico de Andalucía y analizar los elementos y rasgos básicos del mismo, así como su inserción en la diversidad de Comunidades del Estado.

g) Conocer y valorar el desarrollo científico y tecnológico, sus aplicaciones e incidencia en el medio físico, natural y social y utilizar las tecnologías de la información y comunicación en los procesos de enseñanza-aprendizaje.

h) Conocer y valorar el patrimonio cultural (el Flamenco) y contribuir activamente a su conservación y mejora, entender la diversidad lingüística y cultural como un derecho de los pueblos y de los individuos, y desarrollar una actitud de interés y respeto hacia el ejercicio de este derecho.

i) Comprender y producir mensajes orales y escritos en castellano, atendiendo a las peculiaridades del habla andaluza, con propiedad, autonomía y creatividad, utilizándolos para comunicarse y organizar el pensamiento.

- j) Comprender y expresar mensajes orales y escritos contextualizados, en la lengua o lenguas extranjeras objeto de estudio.
- k) Interpretar y producir con propiedad, autonomía y creatividad mensajes que utilicen códigos artísticos, científicos y técnicos.
- l) Elaborar estrategias de identificación y resolución de problemas en los diversos campos del conocimiento y la experiencia, contrastándolas y reflexionando sobre el proceso seguido.
- m) Obtener y seleccionar información, tratarla de forma autónoma y crítica y transmitirla a los demás de manera organizada e inteligible.
- n) Conocer las creencias, actitudes y valores básicos de nuestra tradición y patrimonio cultural, valorarlos críticamente y elegir aquellas opciones que mejor favorezcan su desarrollo integral como persona.

.2.- OBJETIVOS DE ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

- 1) Conocer y valorar su cuerpo, con el fin de contribuir a mejorar sus cualidades físicas básicas y sus posibilidades de coordinación y control motor, realizando las tareas apropiadas y haciendo tratamiento discriminado de cada capacidad.
- 2) Conocer, valorar y practicar, con el nivel de autonomía propio de su desarrollo, los juegos y deportes habituales de su entorno, individuales, colectivos o de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos, en situaciones reales.
- 3) Entender, valorar y utilizar las posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo como enriquecimiento personal, diseñando y practicando actividades físicas, rítmicas con y sin acompañamiento musical.
- 4) Conocer, diseñar y disfrutar con actividades físicas que, respetando el medio natural, contribuya a su conservación y mejora.
- 5) Participar en actividades físicas y deportivas, estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás, independientemente del nivel de habilidad alcanzado, y colaborando en la organización de aquellas.
- 6) Planificar y realizar de forma habitual y sistemática, actividades físicas y deportivas adecuadas a sus necesidades, conociendo sus contraindicaciones y adoptando hábitos de alimentación e higiene con el fin de mejorar las condiciones de salud y de calidad de vida.

7) Conocer, valorar y saber utilizar las técnicas básicas de relajación más apropiadas para su nivel y sus necesidades.

3.-RELACIÓN OBJETIVOS GENERALES DE LA ETAPA (E.S.O.), CON OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL ÁREA.

OBJETIVOS GENERALES	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<p>A.- Conocer y comprender los aspectos básicos del funcionamiento del propio cuerpo y la incidencia que tienen tanto en la salud individual como en la colectiva.</p>	<p>1.- Conocer y valorar su cuerpo, contribuir a mejorar sus capacidades físicas básicas y sus posibilidades de coordinación y control motor.</p> <p>6.- Planificar y realizar actividades adecuadas a sus necesidades y adoptar hábitos de alimentación, higiene y ejercicio físico que incidan positivamente sobre su salud y calidad de vida.</p>
<p>B.- Formarse una imagen ajustada de sí mismo, de sus características y posibilidades, actuando de forma autónoma.</p>	<p>1.- Conocer y valorar su cuerpo, contribuir a mejorar sus capacidades físicas básicas y sus posibilidades de coordinación y control motor.</p> <p>3.- Entender, valorar y utilizar las posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo como enriquecimiento vivencial.</p> <p>6.- Planificar y realizar actividades adecuadas a sus necesidades y adoptar hábitos de alimentación, higiene y ejercicio físico que incidan positivamente sobre su salud y calidad de vida.</p>
<p>C.- Relacionarse con otras personas e integrarse participando en actividades de grupo con actitudes solidarias y tolerantes.</p>	<p>2.- Conocer, valorar y practicar los juegos y deportes habituales de su entorno.</p> <p>5.- Participar en actividades físicas y deportivas estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás.</p>
<p>D.- Analizar los mecanismos y valores que rigen el funcionamiento de las sociedades, especialmente los relativos a los derechos y deberes de los ciudadanos.</p> <p>E.- Analizar los mecanismos básicos que rigen el funcionamiento del medio físico y natural, valorar las repercusiones en él y contribuir a la conservación y mejora del mismo, determinante de la calidad de vida.</p>	<p>4.- Conocer, disfrutar y respetar el medio ambiente</p>
<p>F.- Conocer y apreciar el patrimonio natural, cultural e</p>	<p>2.- Conocer, valorar y practicar los juegos y deportes</p>

histórico de Andalucía, analizando los elementos básicos del mismo y la inserción en las diferentes comunidades del estado.	habituales de su entorno. 4.- Conocer, disfrutar y respetar el Medio Ambiente.
G.- Conocer y Valorar el desarrollo científico y tecnológico, sus aplicaciones e incidencia en el medio físico, natural y social.	4.- Conocer, disfrutar y respetar el Medio Ambiente.
H.- Conocer y valorar el patrimonio cultural y contribuir a su conservación y mejora, entendiendo la diversidad lingüística y cultural como un derecho de los pueblos e individuos y desarrollar actitud de respeto hacia este derecho.	Entender la materia como parte de un conjunto de aportaciones a la formación general y no como algo aislado en sí mismo.
I.- Comprender y producir mensajes orales y escritos en Castellano, con propiedad, autonomía y creatividad, utilizándolos para comunicarse.	** Trabajo desde todas las áreas.
J.- Comprender y expresar mensajes orales y escritos en una lengua extranjera.	Aportar desde la E.F. y el uso de nuevas fuentes de información un campo semántico diferente, adquiriendo en su vocabulario habitual nuevos términos lingüísticos de uso habitual en los diferentes deportes
K.- Interpretar y producir mensajes que utilicen códigos artísticos, científicos y técnicos	3.- Entender, valorar y utilizar las posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo como enriquecimiento vivencial.
L.- Elaborar estrategias de identificación y resolución de problemas, contrastándolas y reflexionando sobre el proceso seguido.	5.- Participar en actividades físicas y deportivas estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás.
M.- Obtener y seleccionar información y transmitirla a los demás de manera organizada e inteligible.	
N.- Conocer las creencias, actitudes y valores de nuestra Tradición y patrimonio cultural, valorarlos críticamente y elegir los que mejor favorezcan a su desarrollo integral de la persona.	2.- Conocer, valorar y practicar los juegos y deportes habituales del entorno. 4.- Conocer, disfrutar y respetar el Medio Ambiente.

4.- OBJETIVOS DIDÁCTICOS DEL CURSO

Debido a la problemática existente voy a diferenciar los objetivos **Conductuales de los Didácticos**, ya que resulta imprescindible la consecución de los primeros para poder conseguir los demás.

*** Objetivos Conductuales para los cursos de 1º, 3º, y 4º de ESO**

- Asistir a clase con regularidad.
- Utilizar el equipo adecuado: ropa y calzado deportivo.
- Esperar al profesor/a en clase, sentándose y callándose cuando entre.
- Atender a la explicación sobre qué vamos a trabajar en clase y sobre cómo nos vamos a organizar.
- Bajar a las pistas sin molestar al resto de grupos.
- Calentar siempre antes de iniciar una actividad principal.
- Respetar y cuidar el material e instalaciones.
- Respetar a los compañeros/as.
- Realizar la actividad propuesta por el profesor/a, independientemente de su grado de dominio.
- Aprovechar los últimos 5 minutos de clase para recuperarse e ir al servicio.
- Volver a clase sin molestar a otros grupos.

*** Objetivos Didácticos de 1º de ESO:**

- Lograr un acondicionamiento físico general mediante la práctica de actividad física y el desarrollo de la Capacidades Físicas.
- Identificar las Cualidades Físicas Básicas: Fuerza, Resistencia, Velocidad y Amplitud de Movimiento.
- Tomar conciencia de la importancia del Calentamiento.
- Respetar normas de higiene, prevención y seguridad en la práctica de Actividad Física.
- Descubrir los aspectos básicos del cuerpo humano.
- Aplicar las Habilidades Básicas en la realización de Habilidades Motrices Específicas.
- Conocer y adquirir gestos técnicos específicos de los juegos y deportes practicados en clase: Baloncesto, Fútbol, Ping- Pong, Indiacca, Petanca, Bolos etc
- Coordinar sus acciones con las del grupo en situaciones de equipo, participando de forma cooperativa.
- Descubrir y practicar Juegos Populares y Autóctonos.
- Conocer y respetar reglas básicas de los deportes practicados.
- Practicar la capacidad de ajuste, dominio y control corporal ante diversas situaciones de coordinación y equilibrio.
- Realizar diferentes tipos de movimientos con agilidad, rapidez y precisión.
- Realizar actividades gimnásticas globales: giros, saltos, volteos y equilibrios.
- Descubrir y practicar diferentes técnicas de imitación y teatro.
- Experimentar diferentes técnicas de respiración y relajación.

- Descubrir y vivenciar actividades de adaptación al medio: la playa y el mar.

*** Objetivos Didácticos de 2º de ESO:**

- Mejorar el estado físico general mediante la práctica de actividad física y el desarrollo de las capacidades físicas.
- Conocer los aspectos básicos de las cualidades físicas básicas: Fuerza, Resistencia, Velocidad y Amplitud de Movimiento.
- Conocer y poner en práctica los criterios básicos del calentamiento.
- Respetar las normas de higiene, prevención y seguridad en la práctica de actividad física.
- Conocer los aspectos básicos del cuerpo humano.
- Aplicar las habilidades básicas en la realización de habilidades motrices específicas.
- Conocer y adquirir gestos técnicos de los juegos y deportes practicados en clase: Fútbol y Atletismo.
- Coordinar sus acciones con las del grupo en situaciones de equipo, participando de forma cooperativa.
- Descubrir las Olimpiadas y conocer sus datos más significativos.
- Conocer y respetar las reglas básicas de los deportes practicados.
- Practicar y mejorar la capacidad de ajuste, dominio y control corporal ante diversas situaciones de coordinación y equilibrio.
- Realizar diferentes tipos de movimientos con agilidad, rapidez y precisión.
- Realizar y aplicar a situaciones globales actividades gimnásticas: giros, saltos y equilibrios.
- Descubrir y practicar bailes típicos andaluces: las Sevillanas.
- Experimentar diferentes técnicas de respiración y relajación.
- Descubrir y practicar actividades de adaptación al medio: la Orientación

*** Objetivos Didácticos de 3º de ESO:**

- Adquirir los conocimientos básicos sobre los fundamentos biológicos y funciones de aparatos y órganos: pulsaciones, respiración, etc.
- Conocer las partes y función de un Calentamiento General y conocer el Calentamiento Específico.
- Valorar la Actividad Física sistemática como medio de desarrollo personal.
- Incrementar las Capacidades Físicas Básicas.
- Conocer y adquirir buenos hábitos para una vida sana: Nutrición, Actividad Física y Sueño.

- Aplicar las Habilidades Básicas en la realización de Habilidades Motrices Específicas.
- Conocer y adquirir gestos técnicos de los juegos y deportes practicados en clase: Balonmano, Bádminton, Comba y Elástico.
- Participar con independencia del nivel alcanzado en los distintos juegos y deportes, fomentando el espíritu de cooperación y trabajo en equipo.
- Descubrir y practicar Juegos Populares y Tradicionales.
- Conocer y respetar las reglas básicas de los deportes practicados.
- Aceptar la propia realidad corporal y la de sus compañeros.
- Desarrollar la Agilidad mediante la presentación gradual de actividades y el uso de diferentes materiales, basándonos en el concepto de dificultad progresiva.
- Mejorar la Coordinación y el Equilibrio y dominar diversas actividades planteadas que requieran de estas dos cualidades.
- Desarrollar las Capacidades Expresivas de nuestro cuerpo.
- Representar diferentes situaciones dramáticas.
- Conocer los Métodos básicos de Relajación y Respiración practicando cada uno de sus pasos progresivamente.
- Conocer y valorar las posibilidades que brinda el medio natural como lugar para realizar actividades recreativas y deportivas.
- Descubrir y vivenciar actividades de adaptación al medio: Deportes de Montaña (Esquí)

*** Objetivos Didácticos de 4º de ESO:**

- Aplicar los conocimientos sobre los fundamentos biológicos: Pulsaciones, Respiración, Procesos Energéticos, etc.
- Dominar el Calentamiento Genérico y aplicar correctamente el Calentamiento Específico a cada caso a nivel básico.
- Valorar la actividad física sistemática como medio de desarrollo personal.
- Incrementar la Capacidades Físicas Básicas.
- Conocer los efectos negativos de las drogas sobre el organismo y sus consecuencias.
- Aplicar las Habilidades Básicas en la realización de Habilidades Motrices Específicas.
- Conocer y adquirir gestos técnicos de los juegos y deportes practicados en clase: Voleibol, Béisbol y Malabares.
- Participar con independencia del nivel alcanzado en los distintos juegos y deportes, fomentando el espíritu de cooperación y trabajo en equipo.
- Conocer las pruebas y deportes del actual Programa Olímpico.

- Conocer y respetar las reglas básicas de los deportes practicados.
- Conocer y aceptar todos los cambios que están teniendo lugar en su cuerpo.
- Dominar diferentes actividades propuestas que requieran un cierto grado de agilidad.
- Dominar diferentes actividades propuestas que requieran cierto grado de Coordinación y Equilibrio.
- Practicar y dominar diferentes Pirámides Humanas de Acrosport.
- Elaborar y representar en grupo una coreografía con música que contenga diferentes Pirámides Humanas de Acrosport.
- Autoaplicar los Métodos básicos de Relajación y Respiración para disminuir su estado de tensión ante diferentes situaciones.
- Respetar y contribuir a la conservación del Medio Natural.
- Iniciar al alumno/a a la exploración y disfrute de la naturaleza.
- Conocer las técnicas básicas de Orientación y Acampada.

- CONTENIDOS

Los contenidos se presentan estructurados en *5 núcleos temáticos*:

- * Condición Física y Salud
- * Cualidades Motrices
- * Juegos y Deportes
- * Expresión Corporal (El Flamenco).
- * La Actividad Física en el Medio Natural.

Para el desarrollo de cada uno de los núcleos temáticos hemos tomado como referencia las especificaciones que en el Decreto 148/2002 se realizan en cuanto a contenidos, relacionándolos con los objetivos didácticos. Esto implica que hemos adaptado los contenidos que la ley establece sobre la base de las características, contexto y peculiaridades de nuestro centro (igual que hicimos previamente con los objetivos didácticos). De esta forma los contenidos para esta programación quedan concretados así:

1) CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD

*** CONCEPTUALES**

- Conceptos de Condición Física y sus Componentes.
- Conocimiento de las Cualidades Físicas Básicas como factores que condicionan los niveles cuantitativos del rendimiento.
- Aparatos y órganos del cuerpo humano determinantes en el rendimiento físico.

** PROCEDIMENTALES*

- Realización de actividades de acondicionamiento físico básico.
- Desarrollo de actividades que incrementen el rendimiento de las Capacidades Físicas Básicas: Fuerza, Resistencia, Velocidad y Amplitud de Movimiento.
- Puesta en práctica de Calentamientos Generales.
- Comprobación de los efectos que provoca la Actividad Física en nuestro organismo.

** ACTITUDINALES*

- Disposición favorable hacia la práctica sistemática y regular de Actividad Física.
- Toma de conciencia de la importancia de la Actividad Física como medio de mejora de la salud y la calidad de vida.
- Valoración de la necesidad de calentar antes de una Actividad Física intensa.

2) CUALIDADES MOTRICES

** CONCEPTUALES*

- Habilidades Motrices Básicas: desplazamiento, saltos, volteos y giros.
- Coordinación y equilibrio.
- Agilidad.

** PROCEDIMENTALES*

- Realización de diferentes Habilidades Motrices Básicas y posibles variantes.
- Práctica de ejercicios de coordinación y equilibrio.
- Resolución motriz de diferentes actividades propuestas.
- Mejora de la capacidad de respuesta antes situaciones desconocidas: Agilidad.

** ACTITUDINALES*

- Valoración de la propia habilidad como punto de partida para la superación personal.
- Disposición favorable para el Aprendizaje Motor.
- Respeto hacia los diferentes niveles de destreza existente entre los compañeros/as

3) JUEGOS Y DEPORTES

** CONCEPTUALES*

- Gestos Técnicos y principios Tácticos de los juegos y deportes practicados en clase: Baloncesto, Fútbol, Ping-Pon, Indiacá, Discos Chinos, Petanca, Bolos, etc.
- Normas, reglas y formas de juego de los deportes practicados en clase.
- Juegos y Deportes Populares y Tradicionales.
- Relación entre buena Condición Física y rendimiento en los juegos y deportes.

** PROCEDIMENTALES*

- Práctica de diferentes juegos y deportes.
- Aplicación de Habilidades Básicas en la realización de Habilidades Específicas.
- Adaptación de su trabajo individual para el beneficio de un grupo o equipo.
- Puesta en práctica de Juegos Populares y Tradicionales.

** ACTITUDINALES*

- Valoración de la importancia del esfuerzo colectivo.
- Respeto de las reglas y normas de los juegos y deportes.
- Toma de conciencia del valor cultural de los Juegos Populares y Tradicionales.
- Respeto de los diferentes niveles de destreza de los compañeros/as.

4) EXPRESIÓN CORPORAL

** CONCEPTUALES*

- Conocimiento de las posibilidades del cuerpo como medio de expresión y comunicación
- Los lenguajes no verbales.
- La relajación.
- El Flamenco.

PROCEDIMENTALES

- Realización de actividades expresivas.
- Ejecución de ejercicios de expresión corporal como medio de comunicación.
- Imitación con gestos y posturas de diferentes situaciones.
- Experimentación de ejercicios de Relajación.

** ACTITUDINALES*

- Adquisición del hábito de respetar a los compañeros/as.
- Confianza en sí mismo y autonomía personal.
- Superación de miedos e inhibiciones.

5) LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL MEDIO NATURAL

** CONCEPTUALES*

- Conocimiento de actividades físicas propias del medio natural: el mar y la playa.
- Conocimiento de normas básicas de seguridad y protección.
- Conservación de la naturaleza.

** PROCEDIMENTALES*

- Experimentación de actividades en el medio acuático.
- Realización de deportes de playa: fútbol-playa, volei-playa, rugby-playa, ...
- Descubrimiento de la playa como espacio de ocio y deportivo.

** ACTITUDINALES*

- Valoración de la importancia de la naturaleza.
- Adquisición de hábitos de conservación del medio natural.
- Respeto del medio natural y responsabilidad en su conservación y mejora.

EVALUACIÓN. EVALUACIÓN INICIAL:

CONCEPTOS-PROCEDIMIENTOS-ACTITUDES.

El objetivo de la evaluación inicial es fundamentalmente "diagnosticar" el punto de partida con el que iniciamos el proceso de enseñanza-aprendizaje. En ella planteamos al alumno cuestiones que nos ayuden a:

1º Adecuar la planificación educativa al alumnado, y

2º presentarle la materia y que tome conciencia de su punto de partida.

Proponemos una evaluación inicial en la primera semana de clases paralela a la presentación de la asignatura que cada año planteamos al alumnado. Esta evaluación inicial se expresa en el documento siguiente y en él se plantean cuestiones básicas sobre **conceptos** referentes a algunos contenidos de la materia, así como interrogantes acerca de su **actitud** cara a la asignatura. Esta prueba además se apoya en una evaluación paralela de **procesos** afines a la Educación Física, aunque intentamos diagnosticar algunos de ellos en la evaluación escrita

1.2 CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA MATERIA EDUCACIÓN FÍSICA

La evaluación se va a caracterizar por estar regida por los siguientes principios:

- **Continua:** se recogerán datos continuamente y no sólo a partir de los resultados o pruebas.
- **Formativa:** la evaluación no deberá servir tan sólo para registrar un rendimiento, sino que servirá al alumnado para reforzar y ampliar su aprendizaje.
- **Personalizada:** partiendo de las propias posibilidades del alumno/a y observando su progresión.
- **Integradora:** teniendo en cuenta todas las capacidades (cognitivas, motrices, integración social, etc...)

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Los criterios nos servirán como indicadores de la evolución de los aprendizajes del alumnado, como elementos que ayudan a valorar los desajustes y necesidades

detectadas y como referentes para estimar la adecuación de las estrategias de enseñanza puestas en práctica.

CRITERIOS ACTITUDINALES COMUNES PARA TODOS LOS CURSOS DE ESO (1º,2º,3º, y4º).

Una vez más estos criterios de evaluación harán especial referencia a aspectos Actitudinales, de forma que quedan concretados en los siguientes:

- a) Respeta a los compañeros y compañeras.
- b) Respeta al profesor/a como persona y la labor que realiza.
- c) Cuida y respeta el material al utilizarlo y transportarlo.
- d) Colabora con los demás en las tareas de clase.
- e) Asiste a clase con regularidad.
- f) Utiliza el equipo adecuado en las prácticas de actividad física.
- g) Mantiene limpio y en orden el cuaderno de trabajo y el diario de clase.
- h) Atiende en clase durante el desarrollo de las actividades.
- i) Es puntual en la asistencia a clase.
- j) Practica actividad física de forma voluntaria y autónoma;

ACTITUDES NEGATIVAS

- Dos retrasos.
- No venir correctamente equipado sin justificación un día.
- No recoger el material (individual o grupal).
- Desinterés a los requerimientos del profesor.
- Agresiones.
- Mal uso individual o grupal del material.
- Ridiculizar, insultar o faltar al respeto a algún miembro de la comunidad educativa.
- Reincidir en actitudes negativas.
- Interferir el normal desarrollo de la clase.

CRITERIOS MÍNIMOS ACTITUDINALES Ó CONDUCTUALES PARA 1º,2º,3º y 4º DE ESO.

- a) Asiste a clase con regularidad
- b) Utiliza el equipo adecuado: ropa y calzado deportivo
- c) Respeta a los compañeros y al profesor/a
- d) Respeta el material y las instalaciones.

CRITERIOS DIDÁCTICOS PARA 1º CURSO DE ESO

- a) Valora la necesidad de un correcto calentamiento antes de la práctica deportiva.
- b) Realiza con eficacia y control prácticas de habilidades motrices básicas.
- c) Practica con soltura diferentes juegos alternativos.
- d) Distingue los elementos técnicos básicos y las reglas de juego de los deportes individuales y colectivos trabajados en clase.
- e) Conoce los principales grupos musculares y huesos del cuerpo, así como su funcionamiento básico.
- f) Recopila y practica algunos Juegos Populares y Tradicionales.
- g) Conoce diferentes actividades del medio acuático.
- h) Expresa estados de ánimo y representa situaciones propuestas.

CRITERIOS MÍNIMOS DIDÁCTICOS PARA 1º DE ESO.

- a) Conoce el Calentamiento y toma conciencia de su importancia.
- b) Respeto las normas de higiene, prevención y seguridad en la práctica deportiva.
- c) Aplica las Habilidades Básicas en la realización de la Habilidades Motrices Específicas.
- d) Conoce y respeta las reglas básicas de los deportes practicados.
- e) Realiza diferentes tipos de movimientos con agilidad, rapidez y precisión.
- f) Conoce y practica diferentes técnicas de respiración y relajación.
- g) Experimenta actividades de adaptación al medio: orientarse.

CRITERIOS DIDÁCTICOS PARA 2º CURSO DE ESO

- a) Practica actividad física en clase y mejora su estado físico general
- b) Realiza el Calentamiento General cumpliendo sus criterios básicos.
- c) Respeto normas de higiene, prevención y seguridad en la práctica de actividad física.
- d) Reconoce las partes, órganos y aparatos principales de su cuerpo.
- e) Realiza Habilidades Básicas aplicándolas a diferentes situaciones motrices.
- f) Practica y conoce los aspectos básicos de los deportes trabajados en clase.
- g) Participa en las actividades de forma cooperativa y en equipo.
- h) Realiza diferentes tipos de movimientos con agilidad.
- i) Aprende Habilidades Gimnásticas, coreografías, pirámides, bailes.
- j) Reconoce contenidos nuevos: Relajación y Orientación.

CRITERIOS MÍNIMOS DIDÁCTICOS PARA 2º DE ESO

- Conoce y pone en práctica los criterios básicos del Calentamiento.
- Identifica los aspectos básicos de las Cualidades Física Básicas.
- Conoce los aspectos básicos del Cuerpo Humano.

- Realiza gestos técnicos propios de los juegos y deportes practicados en clase.
- Participa de forma cooperativa en las actividades grupales.
- Respeta las reglas básicas de los juegos y deportes practicados.
- Ejecuta las actividades de forma coordinada.
- Resuelve diferentes problemas motrices con agilidad.
- Realiza coreografías y/o pirámides.
- Participa en actividades de adaptación al medio.

CRITERIOS DIDÁCTICOS PARA 3º CURSO DE ESO

- a) Conoce los indicadores del cuerpo en la actividad física: Pulsaciones, Respiración...
- b) Realiza un Calentamiento General diferenciando sus partes principales.
- c) Mejora su condición física general
- d) Identifica los hábitos de vida saludable
- e) Practica y conoce los aspectos básicos de los juegos y deportes trabajados en clase.
- f) Participa en las actividades fomentando el espíritu de cooperación y trabajo en equipo.
- g) Descubre Juegos Populares y Tradicionales de España.
- h) Acepta la propia realidad corporal y la de sus compañeros.
- i) Mejora su coordinación y equilibrio.
- j) Representa diferentes situaciones dramáticas, coreografías y/o bailes.
- k) Conoce los Métodos básicos de Relajación y Respiración.
- l) Valora las posibilidades que brinda el medio natural.

CRITERIOS MÍNIMOS DIDÁCTICOS PARA 3º DE ESO

- Conoce las partes y función del Calentamiento.
- Relaciona la actividad física con fundamentos biológicos del cuerpo humano: pulsaciones, respiración, ...
- Identifica los buenos hábitos para una vida sana.
- Realiza los gestos técnicos propios de los juegos y deportes practicados en clase.
- Fomenta el espíritu de cooperación entre sus compañeros.
- Descubre Juegos Populares y Tradicionales.
- Acepta su propia realidad y respeta la de sus compañeros/as.
- Aplica su mejora en coordinación y equilibrio para solucionar problemas motrices más complejos.
- Participa en diferentes situaciones dramáticas superando la vergüenza.
- Conoce las pautas básicas para el trabajo de la Relajación.
- Valora y respeta el medio natural.

CRITERIOS DIDÁCTICOS PARA 4º CURSO DE ESO

- a) Aplica conocimientos sobre: Respiración, Pulsaciones, Procesos Energéticos, Sudor, A la actividad física.
- b) Realiza correctamente el Calentamiento General
- c) Mejora su Condición Física General
- d) Asocia Drogas a enfermedad y muerte.
- e) Practica y conoce los aspectos básicos de los juegos y deportes trabajados en clase.
- f) Participa en las actividades físicas fomentando el espíritu de cooperación y el trabajo en equipo.
- g) Acepta todos los cambios que está sufriendo su cuerpo y respeta los de los demás.
- h) Realiza y mejora en actividades que requieran coordinación, equilibrio y agilidad.
- i) Participa en la elaboración y representación de una coreografía con música que contenga diferentes Pirámides Humanas.
- j) Logra un estado de Relajación adecuado por sí solo.
- k) Conoce técnicas básicas de Orientación y Acampada.

CRITERIOS MÍNIMOS DIDÁCTICOS PARA 4º DE ESO.

- Aplica sus conocimientos sobre fundamentos biológicos: Respiración, Pulsaciones...
- Realiza el Calentamiento General de forma autónoma.
- Valora la importancia de “No Fumar, No beber Alcohol, No tomar Drogas, ...”
- Realiza los gestos técnicos propios de los juegos y deportes practicados en clase.
- Aplica las Habilidades Básicas en la realización de Habilidades Específicas.
- Descubre la riqueza y el significado de las Olimpiadas.
- Realiza actividades que requieran cierto grado de Agilidad.
- Acepta los cambios que está sufriendo su cuerpo y respeta el de sus compañeros/as.
- Participa en la elaboración y puesta en práctica de una coreografía.
- Autoaplica técnicas de Relajación y Respiración.
- Participa en actividades de Orientación y Acampada.
- Adquiere respeto e interés por el Medio Natural.

Debido a la adaptación de nuestros objetivos al contexto en el que nos encontramos, en determinados aspectos los criterios mínimos de promoción se asemejan bastante a dichos objetivos, aunque a la hora de la consecución de unos u otros estableceremos una diferencia a nivel cualitativo.

De todas maneras debemos ser conscientes de que los objetivos de este curso han sido simplificados hasta niveles muy importantes con la intención de facilitar su consecución por parte de nuestros alumnos/as. Ya que partimos de una desmotivación y apatía que nos lleva a plantearnos que nuestra primera finalidad con ellos debe ser hacerlos partícipes de nuestras clases y que poco a poco se sientan atraídos por ellas.

INSTRUMENTOS Y TÉCNICAS .

Los instrumentos y técnicas de evaluación van a ser diversos. Se evaluarán por un lado los conceptos, por otro los procedimientos y por otro las actitudes. El procedimiento será el siguiente:

CONCEPTOS

Los evaluaremos mediante:

- a) Preguntas que se realicen en clase para comprobar la adquisición de los conocimientos y su entendimiento.
- b) Pruebas escritas de determinados conceptos.

PROCEDIMIENTOS

Su evaluación tendrá en cuenta el trabajo práctico de cada clase, para lo cual el profesor/a dispondrá de una lista de control con una serie de ítems donde recogerá la consecución o no de los mismos.

ACTITUDES

Se usará una lista de control donde encontraremos aspectos como los siguientes:

- Asistencia y puntualidad.
- Participación en las sesiones.
- Respeto por el material, compañeros y profesores.
- Cooperación con los compañeros.
- Colaboración para el buen funcionamiento de las sesiones.

SISTEMA DE CALIFICACIÓN

Con la intención de unificar los criterios de evaluación entre todas las áreas, en Claustro se acordó tomar los siguientes criterios como referencia:

1) *Conocimientos y Procedimiento propios del Área* será **el 60% de la nota final.**

2) *Actitudes:* supondrá **el 40% de la nota**

- *Asistencia y conducta:* si el alumno/a falta a más del 35% de las clases, perderá el derecho a la evaluación continua.

CRITERIOS Y ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN

Aquellos alumnos/as que tengan pendiente alguna evaluación podrán recuperarla:

- con la realización de un trabajo mandado por el profesor/a
- la participación en las clases de los siguientes trimestres
- la mejora de su conducta en el siguiente trimestre

Si no superara la materia en junio, entonces tendría que hacer lo siguiente:

- una prueba escrita y
- unas pruebas físicas. Ambas sobre los contenidos de todo el curso, independientemente de que durante el mismo hubiese superado parte del mismo, y superando ambas pruebas con una calificación igual o superior a 5 conseguiría recuperarlo.

● Para los alumnos/as con el área de Educación Física suspensa en cursos anteriores se les propone para su recuperación:

- Realizar trabajos propuestos por el Profesor/a y/o
- Superar el curso inmediatamente superior.