

# **EVALUACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA. MARCO NORMATIVO.**

## **CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN.**

**El artículo 20 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato establece que:**

1. Los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias y el logro de los objetivos de la etapa en las evaluaciones continua y final de las materias de los bloques de asignaturas troncales y específicas, serán los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables que figuran en los anexos I y II a este real decreto.
2. La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria será continua, formativa e integradora. En el proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo educativo. Estas medidas se adoptarán en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades y estarán dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias imprescindibles para continuar el proceso educativo. La evaluación de los aprendizajes de los alumnos y alumnas tendrá un carácter formativo y será un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje. La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado deberá ser integradora, debiendo tenerse en cuenta desde todas y cada una de las asignaturas la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y del desarrollo de las competencias correspondiente. El carácter integrador de la evaluación no impedirá que el profesorado realice de manera diferenciada la evaluación de cada asignatura teniendo en cuenta los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables de cada una de ellas.
3. Se establecerán las medidas más adecuadas para que las condiciones de realización de las evaluaciones, incluida la evaluación final de etapa, se adapten a las necesidades del alumnado con necesidades educativas especiales. Estas adaptaciones en ningún caso se tendrán en cuenta para minorar las calificaciones obtenidas.
4. Los profesores evaluarán tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente, para lo que establecerán indicadores de logro en las programaciones didácticas.

**8.1.- ¿QUÉ EVALUAR? CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE EVALUABLE.**

Según el artículo 2 del RD 1105/2014, se define criterios de evaluación como “referente específico para evaluar el aprendizaje del alumnado. Describen aquello que se quiere valorar y que el alumnado debe lograr, tanto en conocimientos como en competencias; responde a lo que se pretende conseguir en cada asignatura”, mientras que los estándares de aprendizaje evaluable son las “especificaciones de los criterios de evaluación que permiten definir los resultados de aprendizaje, y que concretan lo que el estudiante debe saber, comprender y saber hacer en cada asignatura; deben ser observables, medibles y evaluables y permitir graduar el rendimiento o logro alcanzado. Su diseño debe contribuir y facilitar el diseño de pruebas estandarizadas y comparables”.

Los criterios de evaluación y estándares y resultados de aprendizaje evaluable quedan enmarcados en el Anexo II del RD 1105/2014, tanto para primer ciclo y segundo ciclo de secundaria, así como para bachillerato. Dentro de cada etapa, cada uno de estos estándares de aprendizaje y criterios de evaluación se repartirán a lo largo de todas las unidades didácticas, de tal forma que al finalizar el curso escolar se habrán evaluado al menos en una ocasión cada uno de los criterios reflejados.

**Educación Física. 1º ciclo (1º,2ºy 3º ESO)**

*Según la Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo para Andalucía los criterios de evaluación de los tres cursos del primer ciclo se secuencian como podemos ver en la columna izquierda.*

### **1º ESO**

Competencias clave en ciencia y tecnología (**CMCT**), competencias sociales y cívicas (**CSC**), competencia conciencia y expresiones culturales (**CeC**), competencias sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (**SIeP**), aprender a aprender (**CAA**), competencia en comunicación lingüística (**CCL**), competencia digital (**CD**), competencia motriz (**CM**), competencia sobre la salud (**CS**)

<b>Criterios de evaluación y competencias clave</b>	<b>Estándares de aprendizaje evaluables</b>
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas <u>en condiciones adaptadas</u> . CMCT, CAA, CSC, CM	1.1. 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. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. 1.3. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC. CM	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM	3.1. Conoce y pone en práctica fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. 3.2. Reconoce 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. 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA, CM, CS	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. 4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud. 4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva 4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. 4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. 4.6. 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.
5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de	5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

<p>acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. CMCT, CAA, CM</p>	<p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. 5.4. 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.</p>
<p>6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. CMCT, CAA, CSC, CM, CS</p>	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. 6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>
<p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas 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 las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP, CM, CS</p>	<p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>
<p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC, CM, CS</p>	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. 8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas 8.3. 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.</p>
<p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. CCL, CSC, CS</p>	<p>9.1. 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. 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 9.3. 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.</p>
<p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios. CCL, CD, CAA.</p>	<p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>
<p>11. Participar en actividades físicas en el medio natural y</p>	

urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM, CS	
12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.	
13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva. CCL, CD, CAA	

## 2º ESO

Competencias clave en ciencia y tecnología (**CMCT**), competencias sociales y cívicas (**CSC**), competencia conciencia y expresiones culturales (**CeC**), competencias sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (**SIeP**), aprender a aprender (**CAA**), competencia en comunicación lingüística (**CCL**), competencia digital (**CD**), competencia motriz (**CM**), competencia sobre la salud (**CS**)

Crterios de evaluacin y competencias clave	Estndares de aprendizaje evaluables
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos tcnico-tcticos y habilidades especficas, de las actividades fsico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM	<p>1.1. Aplica los aspectos bsicos de las tcnicas y habilidades especficas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.2. Autoevala su ejecucin con respecto al modelo tcnico planteado.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo tcnico.</p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecucin y aplicacin de las acciones tcnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superacin.</p> <p>1.5. Explica y pone en prctica tcnicas de progresin en entornos no estables y tcnicas bsicas de orientacin, adaptndose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en funcin de sus posibilidades.</p>
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artstico-expresivas, utilizando tcnicas de expresin corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC, CM	<p>2.1 Utiliza tcnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2 Crea y pone en prctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseo y la realizacin de bailes y danzas, adaptando su ejecucin a la de sus compaeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicacin espontnea.</p>
3. Resolver situaciones motrices de oposicin, colaboracin o colaboracin-oposicin utilizando las estrategias ms adecuadas en funcin de los estmulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM	<p>3.1. Adapta los fundamentos tcnicos y tcticos para obtener ventaja en la prctica de las actividades fsico-deportivas de oposicin o de colaboracin-oposicin propuestas.</p> <p>3.2. Describe y pone en prctica de manera autnoma aspectos de organizacin de ataque y de defensa en las actividades fsico-deportivas de oposicin o de colaboracin-oposicin seleccionadas.</p> <p>3.3. Discrimina los estmulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboracin, oposicin y colaboracin-oposicin, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la accin.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>
4. Reconocer los factores que intervienen en la accin motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad fsica, y las posibilidades de la	<p>4.1. Analiza la implicacin de las capacidades fsicas y las coordinativas en las diferentes actividades fsico-deportivas y artstico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>4.2. Asocia los sistemas metablicos de obtencin de energa con los diferentes tipos de actividad fsica, la alimentacin y la salud.</p>

<p>relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA, CM, CS.</p>	<p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva 4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. 4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. 4.6. 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.</p>
<p>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora. CMCT, CAA, CM, CS.</p>	<p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. 5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. 5.4. 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.</p>
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC, CM, CS.</p>	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. 6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>
<p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, auto-regulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP, CM, CS</p>	<p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>
<p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC, CM, CS</p>	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico deportivas. 8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico deportivas 8.3. 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.</p>
<p>9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando</p>	<p>9.1. 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. 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 9.3. 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.</p>

medidas de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC,CS	
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.
11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios. CCL, CD, CAA,CSC, CEC.	
12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM, CS	

### 3º ESO

Competencias clave en ciencia y tecnología (CMCT), competencias sociales y cívicas (CSC), competencia conciencia y expresiones culturales (CeC), competencias sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP), aprender a aprender (CAA), competencia en comunicación lingüística (CCL), competencia digital (CD), competencia motriz (CM), competencia sobre la salud (CS).

Criterios de evaluación y competencias clave	Estándares de aprendizaje evaluables
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. 1.4. 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. 1.5. 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.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC, CM.	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.

<p>colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CMM.</p>	<p>3.2. 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 seleccionadas. 3.3. 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. 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>
<p>4. 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. CMCT, CAA, CM, CS.</p>	<p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. 4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud. 4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva 4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. 4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. 4.6. 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.</p>
<p>5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA, CM, CS.</p>	<p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. 5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. 5.4. 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.</p>
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC, CM, CS.</p>	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. 6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>
<p>7. 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 las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP, CM, CS.</p>	<p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>
<p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC, CM, CS.</p>	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físicodeportivas. 8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físicodeportivas 8.3. 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.</p>



<p>9. 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. CCL, CSC, CS</p>	<p>9.1. 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. 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 9.3. 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.</p>
<p>10. 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. CCL, CD, CAA.</p>	<p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>
<p>11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p>	

### Educación Física. Segundo ciclo. 4º ESO

Competencias clave en ciencia y tecnología (CMCT), competencias sociales y cívicas (CSC), competencia conciencia y expresiones culturales (CeC), competencias sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIeP), aprender a aprender (CAA), competencia en comunicación lingüística (CCL), competencia digital (CD), competencia motriz (CM), competencia sobre la salud (CS).

Criterios de evaluación y competencias clave	Estándares de aprendizaje evaluables
<p>1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM.</p>	<p>1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características. 1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. 1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.</p>
<p>2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CCL, CAA, CSC, SIeP, CeC, CM.</p>	<p>2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. 2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.</p>
<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las</p>	<p>3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.</p>

<p>actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM.</p>	<p>3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes. 3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario. 3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones. 3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas. 3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.</p>
<p>4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA, CM, CS.</p>	<p>4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva. 4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. 4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud. 4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.</p>
<p>5. 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. CMCT, CAA, CM, CS.</p>	<p>5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. 5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. 5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades. 5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.</p>
<p>6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. CMCT, CAA, CSC, CM, CS.</p>	<p>6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma. 6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal. 6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.</p>
<p>7. 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. CAA,CSC, SIeP.</p>	<p>7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales. 7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas. 7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.</p>
<p>8. 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. CAA, CSC, CeC, CS.</p>	<p>8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. 8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás. 8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.</p>

<p>9. 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. CMCT, CAA, CSC.</p>	<p>9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos. 9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida. 9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.</p>
<p>10. 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 la seguridad de los participantes. CCL, CSC, CS.</p>	<p>10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. 10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. 10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas</p>
<p>11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas. CCL, CAA, CSC, SIeP, CM.</p>	<p>11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos. 11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.</p>
<p>12. 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. CCL, Cd, CAA.</p>	<p>12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. 12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones. 12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.</p>
<p>13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM, CS.</p>	

### Educación Física. 1º Bachillerato

Competencias clave en ciencia y tecnología (CMCT), competencias sociales y cívicas (CSC), competencia conciencia y expresiones culturales (CeC), competencias sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIeP), aprender a aprender (CAA) , competencia en comunicación lingüística (CCL), competencia digital (CD), competencia motriz (CM), competencia sobre la salud (CS).

Criterios de evaluación y competencias clave	Estándares de aprendizaje evaluables
<p>1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM.</p>	<p>1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses. 1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. 1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo. 1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.</p>
<p>2. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición. CCL, CAA, CSC, SIeP, CeC, CM.</p>	<p>2.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos. 2.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva. 2.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.</p>
<p>3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM.</p>	<p>3.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición. 3.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno. 3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. 3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas. 3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.</p>
<p>4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones. CMCT, CAA, SIeP, CM, CS.</p>	<p>4.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud. 4.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. 4.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. 4.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.</p>
<p>5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y</p>	<p>5.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales. 5.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas. 5.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. 5.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.</p>

<p>evaluando las mejoras obtenidas. CMCT, CAA, SIeP, CM, CS.</p>	<p>5.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. 5.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas.</p>
<p>6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física .CMCT, CSC, SIeP, CS, CM.</p>	<p>6.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios. 6.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.</p>
<p>7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. CMCT, CAA, CSC, CS.</p>	<p>7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. 7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. 7.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.</p>
<p>8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física. CSC, SIeP.</p>	<p>8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físicodeportivas. 8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.</p>
<p>9. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes. CCL, Cd, CAA.</p>	<p>9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. 9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.</p>
<p>10. Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM, CS.</p>	

## 8.2. - CRITERIOS BÁSICOS ESTABLECIDOS POR EL DEPARTAMENTO PARA SUPERAR LA MATERIA.

- **Asistir regularmente** a las clases de Educación Física.
- Conocer y **participar de manera activa** en los juegos y deportes realizados ateniéndose a las normas establecidas para la realización de las mismas.
- Participar en actividades físicas y deportivas estableciendo **relaciones constructivas y equilibradas** con los demás, participando en la organización de aquellas.
- Realizar las **actividades escritas** demandadas por el profesor ateniéndose a las normas de realización de las mismas.
- Superar las **pruebas teóricas** de los diferentes temas con la nota mínima establecida para cada curso,(ver criterios de calificación punto 8.6)
- **Comportarse** de manera adecuada en el transcurso de las sesiones.
- **Atender** a las explicaciones y **seguir las indicaciones** del profesor.
- **Esforzarse** en la realización de las diferentes actividades y **en el aprendizaje** de las diferentes habilidades.
- Superar las **pruebas prácticas** de los diferentes temas trabajados.

## 8.3.-¿CÓMO EVALUAR? RÚBRICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

### Rúbricas:

La rúbrica es una excelente herramienta de evaluación, pues reduce la subjetividad y favorece la autoevaluación y coevaluación (Fonseca y Aguaded, 2007). Esta herramienta es muy útil para evaluar cada uno de los estándares de aprendizaje que componen la unidad didáctica, estableciendo distintos gradientes de consecución para comprobar el nivel de aprendizaje adquirido por el alumno con respecto a dicho estándar una vez finalizada la UD, permitiéndonos así reflexionar sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Normalmente, usaremos 4 niveles o gradientes para evaluar cada estándar de aprendizaje. Para conocer el gradiente o nivel de desempeño de cada estándar podremos usar los datos obtenidos en los instrumentos de evaluación utilizados durante el desarrollo de cada UD.

Los gradientes o niveles de desempeño de los estándares serán:

- Gradiente 1: pocas veces consigue superar el estándar de aprendizaje evaluable. Se le asigna una puntuación comprendida entre 1 y 4.
- Gradiente 2: alguna vez lo supera. Se considera el gradiente que establece la superación del estándar de aprendizaje evaluable en el mínimo aceptable para aprobar. Se le asigna un valor de 5-6 puntos.
- Gradiente 3: frecuentemente los supera. Se corresponde con el 7-8.
- Gradiente 4: siempre lo supera. Sería el 9-10.

### Instrumentos de evaluación:

Según Garrote (2001) serían los medios concretos que se van a utilizar durante la evaluación, es decir, se refiere al material utilizado para realizar la evaluación, tanto en la ejecución del alumno como en la anotación del profesor. A través de los datos recogidos en estos, conoceremos que gradiente ha adquirido el alumno en cada estándar de aprendizaje evaluado. Es interesante destacar que un mismo instrumento puede evaluar varios estándares

de aprendizaje, y que un mismo estándar puede ser evaluado a partir del uso de diferentes instrumentos de evaluación.

En esta programación didáctica entre los instrumentos de evaluación más destacados que vamos a utilizar y no siendo los únicos, tenemos los siguientes:

- a) Fichas de clase: en algunas unidades didácticas se van a dar unas fichas de carácter teórico-práctico a cerca de los conocimientos más importantes relacionados a la Unidad Didáctica. Al final de cada ficha aparecen distintas preguntas que el alumno deberá contestar.
- b) Trabajos: en la mayoría de las unidades didácticas se propondrá diferentes trabajos como actividades de ampliación, utilizándose para su desarrollo como elemento de apoyo las Tecnologías de Información y Comunicación.
- c) Prueba escrita: Cuestionarios o exámenes: Para finalizar el trimestre, los alumnos realizarán un examen teórico, de preguntas cortas y/o de tipo test, donde los deberán demostrar sus conocimientos adquiridos a lo largo de las distintas unidades didácticas.
- d) Hoja de registro:
  - Lista de control: son frases que expresan conductas, secuencias de acciones, ante las cuales el educador señalará su ausencia o presencia, exigen solamente un sencillo juicio: sí, no, a veces. Normalmente lo utilizará el docente en un proceso de heteroevaluación mediante mecanismos de observación. Será necesario al menos anotar 2 registros por cada alumno, donde uno será a lo largo de la unidad didáctica y el otro en la sesión culminativa de la unidad didáctica. También se podrán usar para evaluar conceptos y actitudes, aunque en menor medida que en el caso de procedimientos.
  - Escalas de observación y valoración: existen escalas ordinales (0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10) y descriptivas (siempre, casi siempre, a veces, pocas veces, casi nunca, nunca). En algunas unidades didácticas el docente utilizará una escala de valoración para evaluar las actitudes. Además, será habitual, utilizar este instrumento de evaluación mediante un proceso de coevaluación o de autoevaluación, para que los alumnos reflexionen acerca de los comportamientos y las conductas manifestadas y las valoren positivamente o negativamente. Se trata de generar actitudes a partir de la reflexión del alumnado.
- e) Ejercicios prácticos y situaciones de aplicación: en los que el alumno o la alumna debe realizar una tarea aplicando una serie de normas, criterios, principios, por ejemplo: realizar un calentamiento de forma autónoma, arbitrar un encuentro, realizar un recorrido de orientación, realizar un montaje de expresión corporal, etc.
- f) Test motores: a lo largo del curso se tomarán varios registros para ver la evolución de los alumnos y comprobar si ha habido o no una mejora en los resultados. Además, estos resultados nos servirán para compararlos con los resultados de cursos anteriores (si es que disponemos de esos datos).

- g) Cuaderno del profesor: Las faltas de asistencia y las normas de clase y de comportamiento, como pueden ser respeto al material, comida en clase, ropa de deporte, retraso... se anotarán directamente en este cuaderno. En el cuaderno del profesor recogeremos los criterios básicos tratados en el apartado 8.2.

#### 8.4.- ¿CUANDO EVALUAR? MOMENTOS PARA EVALUAR

a) Evaluación inicial o diagnóstica: durante las sesiones de la primera Unidad Didáctica se llevará a cabo esta evaluación, donde en la primera sesión del curso se pasará un test a los alumnos para conocer los conocimientos teóricos previos acerca de los contenidos que vamos a impartir a lo largo del curso. Además, en el resto de sesiones evaluaremos estos contenidos desde un punto de vista práctico, aplicando diferentes test motores que nos ayuden a conocer el punto de partida de nuestros alumnos en cuanto a su nivel de condición física.

b) Evaluación procesual: serán los datos que recojamos a lo largo del desarrollo de las sesiones sobre cada alumno. Es importante destacar que cuantos más datos obtengamos de cada instrumento de evaluación por cada alumno, más fiable será la nota final de esta Unidad Didáctica, por lo que el/la docente deberá de esforzarse en recoger la mayor cantidad de información posible durante las sesiones.

c) Evaluación sumativa: son aquellos datos que obtenemos durante la sesión culminativa de la Unidad Didáctica. Esta sesión le sirve al alumno/a para dar significatividad y funcionalidad a los aprendizajes, afianzando así los conocimientos adquiridos a lo largo de la unidad didáctica. Sería consecuencia de la evaluación continua y suelen registrarse en la tarea competencial de la unidad didáctica.

#### 8.5.- REFERENTES NORMATIVOS PARA ESO Y BACHILLERATO

<b>Carácter de la evaluación.</b>	
<i>Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía</i>	<i>Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente al Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía</i> La evaluación en el Bachillerato
<p>La evaluación será continua por estar inmersa en el proceso de enseñanza y aprendizaje y por tener en cuenta el progreso del alumnado, con el fin de detectar las dificultades en el momento en el que se produzcan, averiguar sus causas y, en consecuencia, de acuerdo con lo dispuesto en Capítulo VI del Decreto 111/2016, de 14 de junio, adoptar las medidas necesarias dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias imprescindibles que le permitan continuar adecuadamente su proceso de aprendizaje.</p> <p>El <b>carácter formativo</b> de la evaluación propiciará la mejora constante del proceso de enseñanza-aprendizaje. La evaluación formativa proporcionará la información que permita mejorar tanto los procesos como los resultados de la intervención educativa.</p>	<p>De conformidad con lo dispuesto en el artículo 16 del Decreto 110/2016, de 14 de junio, la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua y diferenciada según las materias, tendrá un carácter formativo y será un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje.</p> <p>La evaluación será <b>continua</b> por estar inmersa en el proceso de enseñanza y aprendizaje y por tener en cuenta el progreso del alumnado, con el fin de detectar las dificultades en el momento en el que se produzcan, averiguar sus causas y, en consecuencia, de acuerdo con lo dispuesto en Capítulo VI del Decreto 110/2016, de 14 de junio, adoptar las medidas necesarias dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias imprescindibles que le permitan continuar adecuadamente su proceso de aprendizaje.</p> <p>La evaluación será <b>diferenciada</b> según las distintas materias del currículo, por lo que se observarán los progresos del alumnado en</p>



<p>La evaluación será <b>integradora</b> por tener en consideración la totalidad de los elementos que constituyen el currículo y la aportación de cada una de las materias a la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y el desarrollo de las competencias clave.</p> <p>El <b>carácter integrador</b> de la evaluación no impedirá al profesorado realizar la evaluación de cada materia de manera diferenciada en función de los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables que se vinculan con los mismos.</p> <p>Asimismo, en la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado <b>se considerarán sus características propias y el contexto sociocultural del centro.</b></p>	<p>cada una de ellas en función de los correspondientes criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables.</p> <p>El <b>carácter formativo</b> de la evaluación propiciará la mejora constante del proceso de enseñanza-aprendizaje. La <b>evaluación formativa</b> proporcionará la información que permita mejorar tanto los procesos como los resultados de la intervención educativa.</p> <p>Asimismo, en la <b>evaluación del proceso</b> de aprendizaje del alumnado se considerarán sus características propias y el contexto sociocultural del centro.</p>
---	---

Referentes de la evaluación	
<p><i>Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía</i></p>	<p><i>Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente al Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía</i> La evaluación en el Bachillerato</p>
<p>Los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y el logro de los objetivos de la etapa en las evaluaciones continua y final de las distintas materias son los criterios de evaluación y su concreción en los estándares de aprendizaje evaluables a los que se refiere el artículo 2.</p> <p>Asimismo, para la evaluación del alumnado se tendrán en consideración los criterios y procedimientos de evaluación y promoción incluidos en el proyecto educativo del centro, de acuerdo con lo establecido en el artículo 8.2 del Decreto 111/2016, de 14 de junio, así como los criterios de calificación incluidos en las programaciones didácticas de las materias y, en su caso, ámbitos.</p>	

Procedimientos, técnicas e instrumentos de evaluación.	
<p><i>Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.</i></p>	<p><i>Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente al Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía</i> La evaluación en el Bachillerato.</p>
<p>El profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna y de su maduración personal en relación con los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y las competencias clave. A tal efecto, utilizará diferentes procedimientos, técnicas o instrumentos como pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, ajustados a los criterios de evaluación y a las características específicas del alumnado.</p>	<p>El profesorado llevará a cabo la evaluación de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna en relación con los objetivos del Bachillerato y las competencias clave, a través de diferentes procedimientos, técnicas o instrumentos como pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, ajustados a los criterios de evaluación de las diferentes materias y a las características específicas del alumnado.</p>

**Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.**

**Artículo 7. La evaluación de las competencias clave.**

1. Tanto en la evaluación continua en los diferentes cursos como en las evaluaciones finales en las diferentes etapas educativas, deberá tenerse en cuenta el grado de dominio de las competencias correspondientes a la Educación Primaria, la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, a través de procedimientos de evaluación e instrumentos de obtención de datos que ofrezcan validez y fiabilidad en la identificación de los aprendizajes adquiridos. Por ello, para poder evaluar las competencias es necesario elegir, siempre que sea posible, estrategias e instrumentos para evaluar al alumnado de acuerdo con sus desempeños en la resolución de problemas que simulen contextos reales, movilizándolo sus conocimientos, destrezas, valores y actitudes.
2. Han de establecerse las relaciones de los estándares de aprendizaje evaluables con las competencias a las que contribuyen, para lograr la evaluación de los niveles de desempeño competenciales alcanzados por el alumnado.
3. La evaluación del grado de adquisición de las competencias debe estar integrada con la evaluación de los contenidos, en la medida en que ser competente supone movilizar los conocimientos, destrezas, actitudes y valores para dar respuesta a las situaciones planteadas, dotar de funcionalidad a los aprendizajes y aplicar lo que se aprende desde un planteamiento integrador.
4. Los niveles de desempeño de las competencias se podrán medir a través de indicadores de logro, tales como rúbricas o escalas de evaluación. Estos indicadores de logro deben incluir rangos dirigidos a la evaluación de desempeños, que tengan en cuenta el principio de atención a la diversidad.
5. El profesorado establecerá las medidas que sean necesarias para garantizar que la evaluación del grado de dominio de las competencias del alumnado con discapacidad se realice de acuerdo con los principios de no discriminación y accesibilidad y diseño universal.
6. El profesorado debe utilizar procedimientos de evaluación variados para facilitar la evaluación del alumnado como parte integral del proceso de enseñanza y aprendizaje, y como una herramienta esencial para mejorar la calidad de la educación. Asimismo, es necesario incorporar estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros, como la autoevaluación, la evaluación entre iguales o la coevaluación. Estos modelos de evaluación favorecen el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros en las actividades de tipo colaborativo y desde la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje. En todo caso, los distintos procedimientos de evaluación utilizables, como la observación sistemática del trabajo de los alumnos, las pruebas orales y escritas, el portfolio, los protocolos de registro, o los trabajos de clase, permitirán la integración de todas las competencias en un marco de evaluación coherente.

## **8.6.- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**

La nota de cada trimestre será la media de las notas obtenidas en las unidades didácticas que se hayan impartido durante ese trimestre, teniendo en cuenta que cada UD tendrá distintos porcentajes de evaluación en función al número de sesiones que la compongan.

Las unidades didácticas tendrán que aprobarse con más de un 5 para hacer media en el trimestre y su nota media se obtendrá mediante la valoración de los diferentes estándares de aprendizaje evaluables, asignando a cada estándar un porcentaje de la nota de la UD para completar el 100% de la misma. La ponderación de cada uno de estos no tiene que ser equitativa,

de tal modo que algunos estándares pueden y deben tener más valor que otros, al ser estos los que en esencia caracterizan y justifican el planteamiento de la UD.

Los criterios y estándares a trabajar en cada unidad didáctica, junto al porcentaje de calificación para cada uno ellos serán consensuado por el Departamento, teniendo este año muy en cuenta que determinados contenidos y objetivos no lo podremos desarrollar y en consecuencia los criterios y estándares que los evalúan no los podremos calificar, como consecuencia de la pandemia COVID-19 que estamos viviendo y de las normas y protocolos establecidos para evitar el contagio entre la población escolar.

#### **8.7.- VINCULACIÓN ENTRE CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, COMPETENCIAS ASOCIADAS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJES E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.**

**Educación Física. 1º ESO**

<b>CONTENIDO</b>	<b>Criterios de evaluación y competencia asociada</b>	<b>Estándares de aprendizaje evaluables</b>	<b>Instrumento Evaluación</b>	<b>Ponderación estándar en evaluación</b>
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, CM	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel departada, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. 1.5. 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.	Prueba motriz Hoja de Registro Ejercicio Escrito Hoja de Registro Hoja de Registro	8%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC. CM	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.	Ejercicio Práctico Ejercicio Práctico Hoja de Registro Hoja de Registro	8%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. 3.2. 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 seleccionadas. 3.3. 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. 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Hoja de Registro Hoja de Registro Hoja de Registro Prueba escrita	8%
<b>CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ</b>	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. 4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.	Ejercicio Escrito – Prueba escrita Hoja de registro - Ejercicio Escrito	8%

	frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA, CM, CS	<p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>4.6. 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.</p>	<p>Hoja de registro - Ejercicio Escrito</p> <p>Hoja de Registro</p> <p>Trabajo teórico</p> <p>Ejercicio Escrito</p>	
<b>CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ</b>  <b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. CMCT, CAA, CM	<p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. 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.</p>	<p>Hoja de Registro</p> <p>Hoja de Registro tests motores</p> <p>Hoja de Registro</p> <p>Ejercicio Escrito</p>	8%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. CMCT, CAA, CSC, CM, CS	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>	<p>Ejercicio Escrito</p> <p>Hoja de Registro, ejercicio práctico</p> <p>Hoja de Registro</p>	8%
<b>EXPRESIÓN COPORAL</b>	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas 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 las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP, CM, CS	<p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>	<p>Hoja de Registro</p> <p>Ejercicio práctico y hoja de registro</p> <p>Hoja de Registro</p>	8%

<b>ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL</b>	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC, CM, CS	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. 8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas 8.3. 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.	Ejercicio Escrito Hoja de Registro Ejercicio Escrito	8%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. CCL, CSC, CS	9.1. 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. 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 9.3. 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.	Ejercicio Escrito Ejercicio Escrito Hoja de Registro	8%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	Trabajo teórico Hoja de Registro	7%
<b>ACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL</b>	11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM, CS		Hoja de Registro	7%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.		Trabajo teórico y hoja de registro	7%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva. CCL, CD, CAA		Trabajo teórico	7%

CONTENIDO	Criterios de evaluación y competencia asociada	Estándares de aprendizaje evaluables	Instrumento Evaluación	Ponderación estándar en evaluación
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. 1.4. 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. 1.5. 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.	Hoja de Registro Autoevaluación Ejercicio Escrito y Trabajo  Hoja Registro y ejercicio práctico  Hoja Registro y ejercicio práctico	9%
<b>EXPRESIÓN CORPORAL</b>	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC, CM	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.  2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.	Ejercicio Práctico  Ejercicio Práctico  Hoja Registro y heteroevaluación  Hoja de Registro	9%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. 3.2. 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 seleccionadas. 3.3. 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. 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Hoja de Registro y Examen Teórico  Hoja de Registro  Hoja Registro y prueba motriz  Ejercicio Escrito	9%
<b>CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. 4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.	Examen Teórico  Trabajo  Examen Teórico	9%

	recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA, CM, CS.	<p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>4.6. 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.</p>	<p>Hoja de Registro</p> <p>Trabajo</p> <p>Trabajo</p>	
<b>CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ</b>	5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora. CMCT, CAA, CM, CS.	<p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. 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.</p>	<p>Hoja de Registro</p> <p>Test motores</p> <p>Trabajo</p> <p>Trabajo</p>	8%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC, CM, CS.	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>	<p>Examen Teórico</p> <p>Prueba motriz</p> <p>Hoja de Registro</p>	8%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, auto-regulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando	<p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>	<p>Hoja de Registro +Autoevaluación Coevaluación y Heteroevaluación</p> <p>Hoja de Registro</p>	8%



	sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP, CM, CS			
<b>ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL</b>	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC,CM, CS	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico- deportivas. 8.2 Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico- deportivas 8.3. 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.	Ejercicio Escrito Hoja de Registro Autoevaluación	8%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC,CS	9.1. 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. 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 9.3. 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.	Hoja de Registro Ejercicio Escrito Hoja de Registro	8 %
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	Trabajo Hoja de Registro	8%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.		Ejercicio escrito	8%
<b>ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL</b>	12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM, CS		Hoja de Registro	8%

CONTENIDO	Criterios de evaluación y competencia asociada	Estándares de aprendizaje evaluables	Instrumento Evaluación	Ponderación estándar en evaluación
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CM.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. 1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. 1.4. 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. 1.5. 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.	Hoja de registro Hoja de registro Hoja de registro Prueba Escrita Trabajo	9%
<b>EXPRESIÓN CORPORAL</b>	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC, CM.	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. 2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.	Ejercicio práctico Ejercicio práctico Trabajo Ejercicio práctico Ejercicio práctico	9%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP, CMM.	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. 3.2. 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 seleccionadas. 3.3. 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. 3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Hoja de registro Prueba Escrita Hoja de registro Hoja de registro	9%
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	4. 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. CMCT, CAA, CM, CS.	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo. 4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.	Prueba Escrita Prueba Escrita Prueba Escrita	9%

		<p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>4.6. 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.</p>	<p>Hoja de registro</p> <p>Hoja de registro Trabajo</p> <p>Prueba Escrita</p>	
<p><b>CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ</b></p> <p><b>JUEGOS Y DEPORTES</b></p>	<p>5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA, CM, CS.</p>	<p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. 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.</p>	<p>Hoja de registro</p> <p>Prueba Motriz</p> <p>Hoja de registro</p> <p>Prueba Escrita</p>	<p>10%</p>
<p><b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b></p>	<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC, CM, CS.</p>	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>	<p>Hoja de registro</p> <p>Hoja de registro Trabajo</p> <p>Hoja de registro</p>	<p>9%</p>
<p><b>EXPRESIÓN COPORAL</b></p>	<p>7. 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 las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP, CM, CS.</p>	<p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>	<p>Hoja de registro</p> <p>Hoja de registro</p> <p>Hoja de registro</p>	<p>9%</p>

<b>ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL</b>	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC, CM, CS.	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico- deportivas. 8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico- deportivas 8.3. 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.	Hoja de registro Hoja de registro Trabajo	9%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	9. 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. CCL, CSC, CS	9.1. 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. 9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 9.3. 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.	Prueba Escrita Prueba Escrita Hoja de registro	9%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	10. 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. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	Trabajo Trabajo	9%
<b>ACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL</b>	11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.		Hoja de registro	9%

CONTENIDO	Criterios de evaluación y competencia asociada	Estándares de aprendizaje evaluables	Instrumento Evaluación	Ponderación estándar en evaluación
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM.	1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características. 1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. 1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.	Hoja de Registro  Hoja de Registro y Prueba Motriz  Hojas de Registro y ejercicio práctico	8%
<b>EXPRESIÓN CORPORAL</b>	2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CCL, CAA, CSC, SIeP, CeC, CM.	2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. 2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás. 2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.	Hoja de Registro y ejercicio práctico Hoja de Registro y ejercicio práctico.  Hoja de Registro y ejercicio práctico	8%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	3. 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. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM.	3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario. 3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes. 3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario. 3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones. 3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas. 3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.	Prueba motriz y examen teórico  Hoja de Registro  Prueba motriz y examen teórico  Hoja de Registro  Ejercicio escrito  Ejercicio escrito	8%

<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA, CM, CS.	4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva. 4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. 4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud. 4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.	Examen teórico Examen teórico Trabajo Trabajo	8%
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	5. 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. CMCT, CAA, CM, CS.	5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. 5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. 5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades. 5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.	Examen Teórico Hoja de Registro Trabajo Test físicos y examen teórico	8%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. CMCT, CAA, CSC, CM, CS.	6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma. 6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal. 6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.	Examen teórico Prueba motriz Prueba motriz	8%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	7. 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. CAA, CSC, SIeP.	7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales. 7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas. 7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.	Coevaluación/ Heteroevaluación Hoja de Registro Ejercicio práctico y Hoja de Registro	7%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la	8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.	Hoja de Registro Hoja de Registro	7%

	competitividad mal entendida. CAA, CSC, CeC, CS.	8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás. 8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.	Autoevaluación	
<b>ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL</b>	9. 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. CMCT, CAA, CSC.	9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos. 9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida. 9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.	Hoja de Registro Hoja de Registro Ejercicio Escrito	7%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	10. 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 la seguridad de los participantes. CCL, CSC, CS.	10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. 10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. 10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.	Hoja de Registro Ejercicio escrito y examen teórico Ejercicio escrito y examen teórico	7%
<b>JUEGOS Y DEPORTES SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas. CCL, CAA, CSC, SIeP, CM.	11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos. 11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.	Hoja de Registro Hoja de Registro	7%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	12. 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. CCL, Cd, CAA.	12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. 12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones. 12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.	Trabajo Trabajo Trabajo	7%
<b>ACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL</b>	13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y		Hoja de Registro	7%

	tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM, CS.			
--	---	--	--	--

## Educación Física. 1º Bachillerato

CONTENIDO	Criterios de evaluación y competencia asociada	Estándares de aprendizaje evaluables	Instrumento Evaluación	Ponderación estándar en evaluación
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM.	1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses. 1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. 1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo. 1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.	Hoja de registro Hoja de registro Prueba Escrita Hoja de registro Hoja de registro	10%
<b>EXPRESIÓN CORPORAL</b>	2. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición. CCL, CAA, CSC, SIeP, CeC, CM.	2.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos. 2.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva. 2.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.	Hoja de registro Trabajo Prueba motriz Hoja de registro	10%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM.	3.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición. 3.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno. 3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. 3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas. 3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.	Hoja de registro Hoja de registro Hoja de registro Hoja de registro Prueba Escrita	10%
<b>CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ</b>	4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u	4.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud. 4.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. 4.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.	Trabajos Hoja de registro Hoja de registro	10%



	ocupaciones. CMCT, CAA, SIeP, CM, CS.	4.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.	Prueba Motriz Test Físico	
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas. CMCT, CAA, SIeP, CM, CS.	5.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales. 5.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas. 5.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. 5.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad. 5.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. 5.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas.	Prueba Escrita  Prueba Motriz  Prueba Escrita Trabajo  Prueba Motriz  Trabajo	10%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física .CMCT, CSC, SIeP, CS, CM.	6.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios. 6.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.	Trabajo   Trabajo	10%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. CMCT, CAA, CSC, CS.	7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. 7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. 7.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.	Trabajo  Hoja de registro  Hoja de registro	10%
<b>JUEGOS Y DEPORTES</b>	8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y	8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico- deportivas.	Hoja de registro  Hoja de registro	

<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	al entorno en el marco de la actividad física. CSC, SIeP.	8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.		10%
<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	9. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes. CCL, Cd, CAA.	9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. 9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión	Trabajo Trabajo	10%
<b>ACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL</b>	10. Planificar, organizar y participar en actividades físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias. CMCT, CAA, CSC, SIeP, CM, CS.		Trabajo	10%