

EDUCACIÓN FÍSICA

Separata

**Criterios de
evaluación y calificación.**

ESO y BACHILLERATO

IES CABO DE LA HUERTA

2020-2021

Criterios de evaluación en ESO y Bachillerato

Criterios de evaluación para el 1er ciclo de ESO

1. Recopilar actividades, juegos, estiramientos y ejercicios de movilidad articular apropiados para el calentamiento y realizados en clase. Realizar de forma autónoma un calentamiento general de 15 ejercicios, relacionado a la actividad posterior, graduando el esfuerzo. Saber llevar a cabo una vuelta a la calma. (CAA)
2. Reconocer de qué maneras disponemos para desplazarnos por la ciudad. (CSC, SIEE, CAA)
3. Ser capaz de manejar las habilidades básicas de deslizamiento: bici, patines, monopatines, patinetes, de forma individual y cooperativa. (CSC, SIEE, CAA)
4. Reflexionar sobre formas de vida sostenibles para mejorar la salud propia y la del planeta. (CSC, SIEE, CAA)
5. Ser responsables y comprometidos en el aporte de material para la realización de los contenidos de movilidad sostenibilidad. (CSC, SIEE, CAA)
6. Identificar los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida cotidiana. (CSC, CAA).
7. Incrementar las cualidades físicas relacionadas con la salud, trabajadas durante el curso en su nivel inicial. Saber describir y dosificar el esfuerzo en una carrera continua 15 minutos dentro de los parámetros saludables respetando su zona de actividad. (CMCI, CAA)
8. Conocer y poner en práctica los juegos y deportes tradicionales de diferentes países y de la Comunidad Valenciana. (CAA, CSC)
9. Conocer y practicar deportes coeducativos, cooperando con compañeros/as del otro sexo por igual, sin discriminación alguna. (CAA, CSC)

10. Mejorar la ejecución de los aspectos técnicos fundamentales del deporte individual, y aceptar el nivel alcanzado. Desarrollar y mejorar la técnica de carrera y conocer su práctica en personas con discapacidad.(CSC, CAA).
11. Cooperar y trabajar en equipo, respetando a sus compañeros y valorando la práctica como aprendizaje por encima de los resultados. (CSC, CAA).
12. Realizar la acción motriz oportuna en función de la fase de juego que se desarrolle, ataque o defensa, en el juego o deporte colectivo propuesto. (SIEE, CAA)
13. Elaborar un mensaje de forma colectiva, mediante técnicas o el mimo, el gesto, la dramatización o la danza y comunicarlo al de grupos. Conocer y diferenciar danzas de diferentes países. Realizar una coreografía grupal. Saber comunicar sentimientos y mensajes gestuales en un montaje artístico sencillo, utilizando lenguaje oral y no verbal (CCLI, SIEE, CSC, CEC, CD, CAA)
14. Seguir las indicaciones de las señales de rastreo en un recorrido por el centro o sus inmediaciones. Interpretar y diseñar un mapa del entorno del Instituto, localización de balizas. Explicar a la clase las actividades realizadas (CCLI, SIEE)
15. Saber adaptarse a situaciones motrices practicadas con ausencia de visión i otros tipos de ajuste sensorial en la práctica de deportes adaptados. (CAA, CAC, CEC)
16. Utilizar de manera autónoma alguna técnica de relajación, para controlar el tono muscular y la tensión emocional, mostrando una actitud favorable al empleo de dichas técnicas como medio para mejorar la salud física, mental y social. (CEC, SIEE, CAA)
17. Usar las tecnologías de la información y la comunicación de forma cooperativa y con sentido crítico para obtener información relacionada con la Educación Física y para establecer intercambio de opiniones. (SIEE, CCLI, CSC)
18. Desarrollar las habilidades motrices básicas: realizar desplazamientos, saltos, equilibrios, ejecutar ejercicios de coordinación óculo -manual (malabares), giros y trepas. Explicar, ayudar y corregir a un compañero utilizando el lenguaje propio de la asignatura (SIEE, CAA)

Criterios de evaluación para 3º de ESO

1. Reconocer de qué maneras disponemos para desplazarnos por la ciudad. Desarrollar habilidades básicas en el manejo de la bici y patines (SIEE, CSC)
2. Ser capaz de manejar las habilidades básicas elementos de deslizamientos que nos pueden servir para desplazarnos por la ciudad de forma no contaminante. (CSC, CEC, CD, CAA)
3. Reflexionar sobre formas de vida sostenibles para mejorar la salud propia y la del planeta. Ser responsables y comprometidos en el aporte de material para la realización de la unidad de sostenibilidad. (CCLI, SIEE, CSC, CEC, CD, CAA)
4. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. Desarrollar habilidades de escalada y realizar un recorrido en el rocódromo, teniendo en cuenta las normas de seguridad (CSC)
5. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. Realizar montaje artístico en grupo, explicarlo y realizarlo en clase (CEC, CAA, CCLI).
6. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. Desarrollar habilidades de deportes colectivos de invasión: pase, bote, recepción, lanzamiento. Reglamento de juego, táctica de ataque-defensa. (CSC)
7. 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. (CEC, CAA, CCLI)
8. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. Realizar de forma

autónoma un calentamiento general y específico relacionado con la actividad posterior, incluyendo ejercicios de activación cardiorrespiratoria y de movilidad articular. Hacer una vuelta a la calma de Saber describir y dosificar el esfuerzo en una carrera continua 20 minutos dentro de los parámetros saludables respetando su zona de actividad. (CMCI, CAA,)

9. Valorar la Pilota Valenciana como parte de nuestro patrimonio cultural, entender su forma de juego y práctica. (CEC, CSC, CCLI)
10. Saber adaptarse a situaciones motrices practicadas con ausencia de visión i otros tipos de ajuste sensorial en la práctica de deportes adaptados. (CEC, CAA, CSC)
12. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas. (CAA, CCLI)
13. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones. (CCLI, SIEE, CSC, CEC, CD, CAA)
14. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. (CCLI, SIEE, CSC, CEC, CD, CAA)
15. 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.
16. Conocer y practicar deportes coeducativos, cooperando con compañeros/as del otro sexo por igual, sin discriminación alguna. (SIEE, CSC, CEC, CAA)
17. Utilizar de manera autónoma alguna técnica de relajación, para controlar el tono muscular y la tensión emocional, mostrando una actitud favorable al empleo de dichas técnicas como medio para mejorar la salud física, mental y social. (CCLI, SIEE, CSC, CEC, CD, CAA)

16. 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. (CD, CAA)

Criterios de evaluación para 4º de ESO

1. Reconocer de qué maneras disponemos para desplazarnos por la ciudad. Desarrollar habilidades básicas en el manejo de la bici y patines (SIEE, CSC).
2. Ser capaz de manejar las habilidades básicas sobre ruedas, sin contaminar. Reflexionar sobre formas de vida sostenibles para mejorar la salud propia y la del planeta. Ser responsables y comprometidos en el aporte de material para la realización de la unidad de sostenibilidad. (CCLI, SIEE, CSC, CEC, CD, CAA)
3. Preparar y poner en práctica, de forma autónoma, un calentamiento específico que recoja un mínimo de 25 ejercicios correctos para cada una de las diferentes partes o fases que componen éste (CAA).
4. Mantener una actividad aeróbica dentro de los parámetros de salud y mejorar el resto de capacidades físicas trabajadas durante el curso, incrementando los niveles alcanzados en el ciclo anterior. Mantener una prueba de resistencia aeróbica durante 25' dentro de los parámetros saludables que limita la zona de actividad (CMCI).
5. Gestionar un programa de actividad física saludable. Diseñar de manera autónoma un plan de trabajo encaminado a la mejora de la resistencia aeróbica, la fuerza y la flexibilidad. Proponer un entrenamiento autónomo PAFS, para la mejora de una de las capacidades físicas básicas, que recoja un mínimo de 6 sesiones y se estructure según los principios básicos del entrenamiento (CCLI, SIEE, CSC, CEC, CD, CAA).
6. Utilizar las modificaciones de la frecuencia cardiaca durante el esfuerzo y en reposo, como indicadores de la intensidad y de la ejecución correcta, en términos de salud, de la actividad física (CMCI, CD, CAA).

7. Analizar los efectos duraderos del trabajo de fuerza y resistencia muscular que son beneficiosos para la salud (CMCI, CD, CAA).
8. Analizar el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas que se están poniendo en juego en actividades realizadas por sí mismo o por los demás y ejecutar correctamente (higiene postural) y proponer estiramientos identificando el grupo muscular trabajado (CAA).
8. Comportarse respetuosamente con el medio natural y utilizar las técnicas de seguridad adecuadas en el desarrollo de actividades físicas en la naturaleza. (CCLI, SIEE, CSC, CEC, CD, CAA).
9. Coordinar las acciones propias con las del equipo, participando en el deporte seleccionado de forma cooperativa. (CSC, CEC, CAA).
10. Practicar deportes colectivos, de ocio y recreación, aplicando las reglas, la técnica, y elaborar estrategias de ataque y defensa. (CSC, CAA).
11. Analizar y enjuiciar los factores económicos, políticos y sociales que condicionan la ejecución y la valoración social de las actividades físicas y deportivas. (CCLI, SIEE, CSC, CEC, CD, CAA).
12. Aceptar las diferencias de habilidad, sin que ello sea objeto de discriminación por razones de sexo, raza, capacidad física, etc. (CSC, CEC, CAA).
13. Utilizar técnicas propias de relación para recobrar el equilibrio psicofísico y como preparación para el desarrollo de otras actividades. Utilizar de manera autónoma alguna técnica de relajación, para controlar el tono muscular y la tensión emocional, mostrando una actitud favorable al empleo de dichas técnicas como medio para mejorar la salud física, mental y social. (CCLI, SIEE, CSC, CEC, CD, CAA).
14. Conocer y practicar deportes coeducativos, cooperando con compañeros/as del otro sexo por igual, sin discriminación alguna. (CSC, CEC, CD, CAA).

15. Organizar torneos deportivos internos, diseñar y organizar actividades para realizar con el grupo de clase y con otros grupos del Centro: diseño de actividades al aire libre, torneos gymkhanas (CD, CSC, SIEE)
16. Saber adaptarse a situaciones motrices practicadas con ausencia de visión i otros tipos de ajuste sensorial en la práctica de deportes adaptados. (CSC, CEC, CD, CAA).
17. Realizar, mediante la aplicación de técnicas básicas, producciones artísticas sencillas, cooperando con los compañeros y las compañeras, y dándoles un matiz expresivo. (CSC, CEC, CD, CAA).
18. Realizar vídeo - tutoriales y trabajos de edición de vídeo sobre el contenido correspondiente (CD).

Criterios de evaluación en 1º de Bachillerato

1. Ser capaz de manejar las habilidades básicas sobre bici y patines y otras formas de transporte en la ciudad no contaminante.
2. Reflexionar sobre formas de vida sostenibles para mejorar la salud propia y la del planeta.
3. Evaluar las propias necesidades de desarrollo de cada una de las capacidades físicas como requisito previo para la elaboración de un plan de actuación para el desarrollo de la propia condición física.
4. Ser responsables y comprometidos en el aporte de material para la realización de la unidad de sostenibilidad.
5. Diseñar y realizar un programa de acondicionamiento físico a medio plazo, atendiendo adecuadamente a la dinámica de las cargas y a la utilización de los sistemas de desarrollo de la condición física, en función de objetivos previstos.
6. Realizar y superar de acuerdo a la tabla de valoración del curso y sexo las pruebas siguientes:

- Potencia muscular de piernas: Test de salto horizontal.
- Fuerza dinámica general: Lanzamiento balón medicinal (3 kg)
- Flexibilidad de piernas: Test de Wells
- Resistencia muscular: Abdominales en 30".
- Course Navette

7. Organizar, dirigir un evento de carácter físico-recreativo y cultural en el centro, evaluando los recursos disponibles en el centro y en su entorno.
8. Incrementar las capacidades físicas de acuerdo con el momento de desarrollo motor, acercándose a los valores normales del grupo de referencia.
9. Utilizar las tablas de composición de los alimentos y del gasto energético para elaborar una dieta adecuada a la realización sistemática de una determinada actividad física, teniendo en cuenta las variables de edad, sexo y constitución corporal.
10. Utilizar de manera autónoma alguna técnica de relajación, para controlar el tono muscular y la tensión emocional, mostrando una actitud favorable al empleo de dichas técnicas como medio para mejorar la salud física, mental y social.
11. Participar, con independencia del nivel de habilidad alcanzado, en actividades físicas y deportivas de carácter recreativo, cooperando en las tareas de equipo, respetando y valorando los aspectos de relación que tienen estas actividades, así como mostrando actitudes de no-discriminación.
12. Perfeccionar las habilidades específicas correspondientes a uno o varios deportes, mostrando eficacia técnica y táctica en la resolución de los problemas que plantea su práctica, así como conocimiento de los aspectos reglamentarios de los mismos.

13. Elaborar, de manera individual o colectiva, composiciones corporales basadas en los elementos técnicos de las manifestaciones expresivas (mimo, danza, dramatización, etc.) con el propósito de transmitir un mensaje a los demás.
14. Elaborar propuestas críticas para la mejora de los servicios que, en materia de actividades físicas y deportivas, presta la sociedad, buscando una mayor oportunidad de acceso a los mismos para sí y sus conciudadanos.
15. Evidenciar una actitud favorable hacia el ejercicio y la actividad física como medio para favorecer el desarrollo personal y el disfrute activo del tiempo libre y para compensar el habitual sedentarismo.
16. Saber adaptarse a situaciones motrices practicadas con ausencia de visión i otros tipos de ajuste sensorial en la práctica de deportes adaptados.
17. Realizar vídeo - tutoriales y trabajos de edición de vídeo sobre el contenido correspondiente.
18. Desarrollar la puesta en prácticas de sesiones de mejora de las capacidades física respondiendo a diferentes métodos de entrenamiento.
19. Conocer y ejecutar correctamente ejercicios de mejora de la actitud postural descartando los contraindicados.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

El Departamento de Educación Física establece los siguientes CRITERIOS DE CALIFICACIÓN común a todo el alumnado de ESO y BACHILLERATO:

- **Ámbito conceptual (20%) y procedimental (50%):** Estos dos ámbitos engloban un 70 % de la nota. En el caso en que en una unidad didáctica no se pida trabajos teóricos extra, la parte procedimental abarcará el 70% de la nota.

El ámbito conceptual se evaluará fundamentalmente a través de la práctica, dependiendo de los contenidos que se desarrollen en cada momento, el profesor/a podrá pedir trabajos, vídeos, cuestionarios, preguntas en clase o exámenes teóricos, dependiendo de las necesidades para el desarrollo de los contenidos de la unidad.

Ámbito conceptual (20 % calificación):

En el caso que se pidieran trabajos, cuaderno, exámenes, o cualquier otro tipo de aportación en la que se incluya contenidos teóricos, la calificación de cada alumno se obtendrá valorando los siguientes aspectos.

PUNTUALIDAD: entrega el día que se pide, cada retraso.

PRESENTACIÓN: formato correcto, claridad, síntesis.

TÍTULOS Y ENUNCIADOS.

FALTAS DE ORTOGRAFÍA.

ORIGINALIDAD Y PRACTICIDAD.

CONTENIDO: descripción técnica, imágenes.

Ámbito procedimental (50% de la calificación):

- Este apartado recoge la calificación de las pruebas prácticas que en cada evaluación se realicen de acuerdo a las unidades didácticas programadas (test físicos, pruebas de habilidad, composiciones coreográficas, figuras, etc).

Ámbito actitudinal (30% de la calificación):

-Control de faltas: 0,5ptos. Cada falta no justificada

-Control de retrasos: 0,25ptos. Cada retraso no justificado.

-Exenciones no justificadas: 0,25ptos. Si no hace trabajo escrito alternativo de la clase: 0,25ptos.

-Nota de actitud en cada clase realizada.

-Asistencia con ropa adecuada: no traer ropa adecuada para la práctica deportiva 0,25ptos.

-Hábitos higiénicos: no traer ropa de cambio para el aseo y ropa para cambiarse 0,25ptos.

Para mantener un criterio de equilibrio, la aplicación de los porcentajes arriba señalados se producirá siempre y cuando el alumnado supere con una calificación de 5 en dos de los tres ámbitos y no tener en un tercer ámbito menos de 4 puntos (evaluado cada ámbito sobre 10). Así mismo, tendrá que obtener una calificación mínima de 4 en cada una de las pruebas realizadas. La calificación del trimestre se corresponderá con la suma de los tres ámbitos.

El alumno/a que tenga un 20% o más de faltas de asistencia sin justificar por evaluación perderá el derecho a la evaluación continua en la asignatura, su calificación en esa evaluación será insuficiente y podrá recuperar los procedimientos y contenido teórico (50% + 20%), en las siguientes evaluaciones.

Para justificar las faltas de asistencia será necesario un justificante médico y oficial. En el caso que dicha pérdida venga motivada por una lesión o enfermedad de importancia, se calificará al alumno por medio de trabajos sobre las sesiones perdidas.

Aquellos alumnos que asistan a clase y no realicen la práctica por causas diversas (exenciones, enfermedades o lesiones, debidamente justificadas), elaborarán una ficha de seguimiento, donde se incluyan los ejercicios y la teoría vistos en esa sesión de trabajo, o bien un trabajo especificado por la profesor/a sobre el tema que se esté trabajando en esa clase o unidad didáctica.

Los alumnos que no superen alguna evaluación, se acogerán a las siguientes normas:

- Las pruebas de recuperación se aplazarán a la evaluación siguiente.
- Para superar la asignatura es necesario realizar todas las pruebas y exámenes propuestos para cada evaluación.

Para todos ellos se establecerá un sistema de EVALUACIÓN CONTINUA con eliminación de materia: los alumnos que no superen los objetivos marcados para cada evaluación acumularán la materia para la evaluación siguiente.

