

1

Concreción curricular de la materia:

EDUCACIÓN FÍSICA

1.1

Elementos curriculares del nivel:

2º ESO

1.1.1

Competencias específicas

Al tratarse de una adaptación curricular de la asignatura, tanto de contenidos, como en reducción de una hora semanal de clase, los criterios y saberes marcados en amarillo se verán en los entrenamientos de los planes, que forman parte de la nota de la asignatura en un 50%.

Competencia específica 1: Integrar un estilo de vida activo mediante la práctica de la actividad física y deportiva autorregulada, y el establecimiento de conexiones entre los hábitos de comportamiento cotidianos y el bienestar físico y mental

Criterios de evaluación

1.1. Utilizar los recursos de su entorno relacionados con la actividad física, la alimentación y el bienestar personal, aplicando propuestas básicas de mejora de la salud física, mental y social.

Saberes básicos

- Bloque 1. Vida activa y saludable.
 - * Conductas para la mejora de la salud física, mental y social
 - * Las pulsaciones (ppm) y el cálculo de la Zona de Actividad física Saludable (ZAS).
 - * Elementos del aparato locomotor relacionados con la motricidad.
 - * Calentamiento general: partes esenciales.
 - * Calentamiento específico autónomo.
 - * Métodos de relajación y estiramientos.
- Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física
 - * Valoración de la correcta ejecución de las actividades físicas: lesiones deportivas y hábitos no saludables.
 - * Higiene y actividad física.

* Aplicaciones, recursos web y dispositivos específicos: seguimiento y control del esfuerzo. Gestión práctica de actividad física.

- Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices
 - * Actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad

Competencia específica 2: Resolver con éxito diferentes retos y situaciones motrices a través de propuestas físicas y deportivas específicas aplicando las técnicas, tácticas y estrategias de juego adecuadas.

Criterios de evaluación

2.1 Participar activamente y colaborar en juegos y actividades físico-deportivas practicando el respeto, la tolerancia y el trabajo en equipo.

2.2. Resolver con éxito situaciones reales de competición y cooperación sencillas a través de la aplicación de habilidades motrices específicas y de estrategias.

2.3. Reconocer los aspectos culturales y sociales que rodean el fenómeno deportivo tomando conciencia de sus valores positivos y de los aspectos que generan desigualdad en diferentes contextos de actuación.

Saberes básicos

- Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física
 - * Valoración de la correcta ejecución de las actividades físicas: lesiones deportivas y hábitos no saludables.
 - * Higiene y actividad física.
- Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices
 - * Ejercicios específicos de resistencia, tonificación y flexibilidad (ROM)
 - * Juegos y deportes individuales y/o colectivos.
 - * Fundamentos técnicos deportivos
 - * Fundamentos tácticos deportivos
 - * Pensamiento estratégico
- Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices
 - * Gestión emocional; el estrés y la frustración.

Competencia específica 3: Participar en procesos de creación de naturaleza artístico-expresiva mediante el uso del cuerpo, el gesto y el movimiento como medios de auto conocimiento para expresar ideas y sentimientos.

Criterios de evaluación

- 3.1. Crear situaciones comunicativas con el gesto, el cuerpo y el movimiento corporal, mediante modelos y creatividad.
- 3.2. Producir movimientos creativos con apoyo musical, combinando ritmos y segmentos corporales y mostrando fluidez, desinhibición y autoconfianza.
- 3.3. Crear montajes artísticos colectivos y participar en ellos comunicando ideas, sentimientos y emociones.

Saberes básicos

- Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física
 - * Valoración de la correcta ejecución de las actividades físicas: lesiones deportivas y hábitos no saludables.
 - * Higiene y actividad física.
- Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices
 - * El cuerpo como elemento comunicativo: La expresión de mensajes y emociones
 - * El cuerpo como elemento comunicativo: La comunicación no verbal consciente e inconsciente
- Bloque 5. Manifestaciones de la cultura motriz
 - * Montajes e intervenciones artísticas individuales y colectivas: Creatividad y autoconfianza.
 - * Montajes e intervenciones artísticas individuales y colectivas: Uso de la tecnología
 - * El ritmo y el cuerpo en movimiento: Apropiación del espacio
 - * El ritmo y el cuerpo en movimiento: Montajes audiovisuales con y sin apoyo musical.

Competencia específica 4: Interaccionar de manera sostenible con el patrimonio natural y cultural mediante actividades físicas y artístico-expresivas.

Criterios de evaluación

- 4.1. Colaborar en la organización y diseño de actividades físico-deportivas inclusivas respetuosas con el medio ambiente, teniendo en cuenta el paisaje y la toponimia del entorno.

Saberes básicos

- Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física.

- * Valoración de la correcta ejecución de las actividades físicas: lesiones deportivas y hábitos no saludables.
- * Higiene y actividad física.
- * Aplicaciones, recursos web y dispositivos específicos: seguimiento y control del esfuerzo. Gestión práctica de actividad física.
- Bloque 5. Manifestaciones de la cultura motriz.
 - * Cultura motriz tradicional: Juegos populares autóctonos.
 - * Cultura motriz tradicional: juegos populares del mundo.

Competencia específica 5: Seleccionar y hacer un uso crítico y seguro de las tecnologías de la información y la comunicación como facilitadoras de la actividad física y de una vida activa y saludable.

Criterios de evaluación

- 5.1. Emplear recursos tecnológicos relacionados con la actividad, el deporte y la salud, utilizando varias fuentes de información y tecnología en función de su eficiencia para la resolución de situaciones cotidianas.
- 5.2. Conocer fuentes de información y de contenido digital relevantes y fiables, relacionadas con los saberes de la materia, empleando estrategias de investigación y organización de la información.
- 5.3. Elaborar colaborativamente contenidos digitales sencillos, relacionados con la actividad física y la salud, integrando la información de manera crítica

Saberes básicos

- Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física.
 - * Aplicaciones, recursos web y dispositivos específicos: seguimiento y control del esfuerzo. Gestión práctica de actividad física.
- Bloque 5. Manifestaciones de la cultura motriz
 - * Montajes e intervenciones artísticas individuales y colectivas: Uso de la tecnología
- Bloque 6.
 - * Las TIC desde las actividades en el medio natural. Las TIC en las actividades en el medio natural (GPS, pulsómetro, tracks, etc.).

1.1.2

Valoración general del progreso del alumnado

Instrumentos de recogida de información

- Observación directa (cuaderno del profesor/a)
- Rúbricas de evaluación
- Presentaciones del alumnado digitales y orales

- Producciones escritas
- Dianas de autoevaluación
- Listas de cotejo de habilidades

Criterios para la calificación cualitativa y cuantitativa

Calificación cualitativa: rúbricas de evaluación.

Calificación cuantitativa: a partir de los instrumentos de evaluación. Los porcentajes de cada instrumento asociados a las competencias específicas se desglosan en la siguiente tabla.

La **nota final de la evaluación** se obtiene de la media aritmética entre la nota proporcionada por los entrenadores y la que se obtenga de la tabla anterior.

La **nota final del curso** se obtiene de la media aritmética de las notas de las 3 evaluaciones. Se valorará la progresión del alumno o la alumna en la consecución de las competencias específicas para determinar la nota final.

Se considera imprescindible obtener un 5 (o 50%) al finalizar curso, con las siguientes consideraciones:

- Con las tres evaluaciones aprobadas se hará una media aritmética.
- Con dos evaluaciones aprobadas y una suspendida, se hará la media aritmética de las tres, debiendo superar el 5 dicha media para aprobar el curso.
- Con dos o más evaluaciones suspendidas se suspenderá el curso.

La **recuperación de pendientes** se llevará a cabo en el siguiente curso, sobre el mes de abril, con una prueba adecuada a las competencias específicas no superadas

Evaluación	Situación de aprendizaje	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	% a los instrumentos
1ª	De calentamiento general al específico del twincon	1.1 2.1 2.2 5.1 5.2	Rúbricas observación práctica y presentación oral Producciones escritas Registre diario del profesor actitudinal	40% 40% 20%
2ª	Introducción al bádminton	2.1 2.2 4.1	Registre diario del profesor actitudinal Observación práctica habilidades Ranking competición Prueba práctica de habilidades	40% 20% 20% 20%
3ª	Bailes latinos: la bachata	3.1 3.2 3.3 5.1 5.3	Registre técnico diario profesora Diario grupal baile creado Rúbricas observación creación baile Ficha criterios baile coevaluación, autoev y heteroev Grabación evaluable técnica Registro diario del profesor de actitudes	10% 10% 10% 20% 20% 30%

Medidas de respuesta educativa para la inclusión

- Aplicación del DUA
- Actividades de refuerzo y ampliación.
- Variedad de soportes de presentación de la información
- Diferentes modalidades de instrumentos de evaluación