



I.E.S.
Doctor Balmis



MATERIA / MÓDULO PROFESIONAL

Actividad física para la salud y el desarrollo personal

CURSO

2º BACHILLERATO

SABERES BÁSICOS / CONTENIDOS MÍNIMOS

Primera evaluación	<p>Métodos de evaluación y autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas para la mejora personal y el acceso laboral. CE1, CE3, CE4, CE5</p> <p>Actitudes, hábitos posturales y ergonomía. CE1, CE3, CE4, CE5</p> <p>Programas de actividad física (FITT-PV). Sistemas de entrenamiento. CE1, CE3, CE4, CE5</p> <p>Tecnologías facilitadoras de la evaluación y del análisis fisiológico del ejercicio físico. CE1, CE3, CE4, CE5</p> <p>Mitos y falsas creencias de la actividad física, el deporte, la nutrición y otros contenidos relacionados con el cuidado del cuerpo en otros ámbitos. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Consumo responsable: perspectiva crítica y alternativas saludables y sostenibles. Hábitos nutricionales saludables y sostenibles.</p> <p>Actuaciones de prevención del consumo de tabaco, alcohol, otras drogas y la ludopatía asociada al deporte. Dopaje. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Juegos y deportes individuales, colectivos y de adversario. Juegos y deportes inclusivos. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Organización y asistencia a acontecimientos o jornadas deportivas, torneos y competiciones deportivas. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Roles deportivos: árbitro/a, organizador/a, entrenador/a, practicante, espectador/a y otros. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Habilidades comunicativas: escucha activa, negociación, asertividad y comunicación efectiva. Gestión de grupos . CE1, CE4, CE5</p> <p>Oportunidades del entorno para el ocio activo, seguro y sostenible. Promoción y usos creativos .CE1, CE4, CE5</p>
Segunda evaluación	<p>Protocolos, normas de seguridad y técnicas para la prevención y actuación en una situación de emergencia en nuestras prácticas y en la vida cotidiana. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Métodos y técnicas de recuperación de lesiones y el esfuerzo. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Métodos y técnicas de relajación y meditación Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Gestión emocional y habilidades comunicativas , CE1, CE2, CE3, CE4, CE5</p> <p>Juegos y deportes individuales, colectivos y de adversario. Juegos y deportes inclusivos. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Habilidades comunicativas: escucha activa, negociación, asertividad y comunicación efectiva. Gestión de grupos , CE1, CE2, CE3, CE4, CE5</p> <p>La Pilota Valenciana como bien de interés cultural. Pilota como deporte profesional. CE1, CE2, CE3, CE4, CE5</p> <p>Evidencia científica de los beneficios de la práctica física y deportiva en el medio natural. CE1, CE4, CE5</p> <p>Oportunidades del entorno para el ocio activo, seguro y sostenible. Promoción y usos creativos . CE1, CE4, CE5</p>
Tercera evaluación	<p>Autogestión del tiempo de uso de la tecnología para la mejora de la salud. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Hábitos de corrección en relación con la netiqueta aplicada a la actividad física y al deporte. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Salidas profesionales relacionadas con la Educación Física. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Juegos y deportes individuales, colectivos y de adversario. Juegos y deportes inclusivos. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Roles deportivos: árbitro/a, organizador/a, entrenador/a, practicante, espectador/a y otros. Ce1, ce2, ce4, ce5</p> <p>Habilidades comunicativas: escucha activa, negociación, asertividad y comunicación efectiva. Gestión de grupos .CE1, CE2, CE3, CE4, CE5</p> <p>Montajes e intervenciones artístico-expresivas. CE1, CE2, CE3, CE4, CE5</p> <p>Expresión corporal y sus aplicaciones. CE1, CE2, CE3, CE4, CE5</p>

INSTRUMENTOS Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

%
calificación

30% Saber ser

Hàbits de treball i socials: participar, executar els exercicis, portar el material d'igiene personal i la roba esportiva, treballar en grup... Es treballa: **l'autonomia i iniciativa personal, la competència per aprendre a aprendre, i la competència social i ciutadana.**

Actituds: comportament i respecte als altres, interès i participació, atenció a classe, cura i conservació del material, assistència a classe. Es valorarà durant tot el curs de manera acumulativa.

HETEROAVALUACIÓ DIÀRIA I AUTOAVALUACIÓ PER UNITAT

(professor 80% / alumne 20%)

30% Saber

Adquisició dels coneixements teòrics amb exposicions orals i treballs per grups. Es treballa: **la competència en comunicació lingüística, competència en comunicació matemàtica, tractament de la informació i competència digital, competència cultural i artística.**

40% Saber fer

Resultats de les diverses proves físiques de cada unitat didàctica. Es treballa: **l'autonomia i iniciativa personal, la competència per aprendre a aprendre, i la competència social i ciutadana.**

HETEROAVALUACIÓ I AUTOAVALUACIÓ (professor 80% / alumne 20%)

OBSERVACIONES

* ACTIVITATS PER A CASA (Alumnes amb situació justificada d'imposibilitat de fer exercici)
PUNTUARAN 1 PUNT EXTRA SEMPRE QUE S'HAJA REALITZAT MÍNIM UN 80%.

L'alumnat que no arribe al nivell mínim i no aprobe l'assignatura tindrà la possibilitat de realitzar diferents estratègies de pràctica per a millorar les capacitats o habilitats exigides. Si l'última avaluació o les dos últimes són negatives, l'alumnat haurà de recuperar amb exercicis complementaris i proves que demostren la superació dels objectius mínims.

Per aprovar els cursos han d'aprovar com a mínim dos avaluacions i que una de elles siga l'última.