

EVALUACIÓN	Bloque	Situación de aprendizaje
1ª	1, 2, y 3	Skeletal System/warm up/Basic Physical Abilities
	1,2 y 3	Basic Physical Abilities/Atletics
	3	Floorball
	1	Participation and effort
2ª	3	Wood Rackets
	3	Colpbol
	6	Outdoors Sport
	1	Participation and effort
	1, 2, 3 y 6	Repaso contenido teórico visto a lo largo del trimestre
	5	Pilota Valenciana
	5	Dramatización
	1	Participation and effort
	2	Hygiene
	1, 2 y 5	Repaso contenido teórico visto a lo largo del curso y/o trimestre

EVALUACIÓN	Bloque de contenidos	Situación de aprendizaje
	1, 2 ,3, 4, 6	Locomotor System and General Specific Warm Up. Técnica de carrera básica.
		Improving my physical abilities

1ª	3, 4, 6	Modified games: target games, batting/ fielding games , net/wall games and invasion games
	2, 4	Participation and effort
		Hygiene
1, 3	Foro/Debate/actividad participativa voluntaria	
2ª	5, 1, 4, 6	Adapted Sports: boccia, goalball and sitting volleyball
	3, 1, 4, 6	Badminton
	5, 1, 4, 6	Pilota Valenciana
	2, 4	Participation and effort
		Hygiene
	1, 3, 4, 5, 6	Repaso contenido teórico visto a lo largo del trimestre
	1, 3	Foro/Debate/actividad participativa voluntaria
3ª	5, 1, 4, 6	Malabares con Devil sticks /Cariocas/pelotas
		Acrosport II, balances and acrobatics
		Dancing
	2, 4	Participation and effort
		Hygiene
1, 2, 3, 4, 5, 6	Repaso contenido teórico visto a lo largo del curso	

	1, 3	Foro/Debate/actividad participativa voluntaria
--	------	--

EVALUACIÓN	Bloque	Situación de aprendizaje
1ª	1	Condición física y salud. Cualidades físicas básicas. Crossfit. Calentamiento específico.
	2, 3, 4	Técnica de carrera.
	1, 3, 4, 6	Juegos y actividades con palas y raquetas. Pickleball
	2, 4	Participation and effort
		Hygiene
	1, 2, 3, 4, 6	Repaso contenido teórico visto a lo largo del trimestre
	1, 3	Foro/Debate/actividad participativa voluntaria
2ª	1, 3, 4, 6	Iniciación al rugby
	1, 3, 4, 6	Aprendo un deporte recreativo: frisbee

	2, 4	Participation and effort
		Hygiene
	1, 3, 4, 6	Repaso contenido teórico visto a lo largo del trimestre
	1, 3	Foro/Debate/actividad participativa voluntaria
3ª	1	Alimentación saludable
	1, 3, 4, 6, 5	Deporte inclusivo/alternativo/modificado. Pilota Valenciana : jocs per dalt de corda. Galotxetes
	1, 3, 4, 6	Orientación
	1, 3, 4, 6, 5	Expresión corporal
	2, 4	Participation and effort
		Hygiene
	1, 3, 4, 5, 6	Repaso contenido teórico visto a lo largo del trimestre
	1, 3	Foro/Debate/actividad participativa voluntaria

TALLER		
EVALUACIÓN	Bloque	Situación de aprendizaje
2	1	Valoración de la CF y formación de grupos de nivel
	3	Colpbol
	1, 6	AF al aire libre en la naturaleza y en espacio cercanos al IES.
	3	Deportes alternativos: SPIKEBALL (ROUNDNET CLUB(deporte con cama elástica), balonkorf, artchikirol, utimate, etc.
	4	Educación emocional

	1, 4	Proyecto de AF y salud
2ª	3	Deportes alternativos: SPIKEBALL (ROUNDNET CLUB(deporte con cama elástica), balonkorf, artchikirol, utimate, etc.
	3	Deportes colectivos
	3	Deportes de contacto: Esgrima con sable espuma
	4	Educación emocional
	1, 4	Proyecto de AF y salud
3ª	3	Deportes de bate y campo: softball y baseball
	5	Juegos y deportes tradicionales del mundo
	4	Iniciación al yoga, a la meditación y el masaje relajante
	4	Mayumana (performance con música, objetos diferentes, etc.)
	4	Educación emocional
	1, 4	Proyecto de AF y salud

EVALUACIÓN	Bloque de contenidos	Unidad didáctica integrada
1ª	1, 2	Métodos en CFB, relacionados con la mejora de la CF general. Valoración de la CF y del esfuerzo a través de pruebas físico deportivas.
	1, 2	Mejoro mi fuerza utilizando como medio la escalada y la calistenia
	5	Crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma.
	2, 4	Sigo mejorando mi condición física a través de las combas. Creación de una coreografía grupal.

2ª	5	Reflexión sobre la educación deportiva de la sociedad, la violencia y los valores que se transmiten en los medios de comunicación.
	2,3	Repaso balonmano impartido en 2ESO y organización de campeonatos deportivos
	5	Crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma.
3ª	2,3	Voleibol
	2,4,6	Primero auxilios
	3	Kinball
	5	Crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma.

TALLER		
EVALUACIÓN	Bloque	Situación de aprendizaje
1ª	1, 2 y 5	Mejoro mi condición física conforme a un plan
	1 y 2	Rutinas de fuerza y calistenia
	3	Football
2ª	1, 2 y 5	Mejoro mi condición física conforme a un plan (y movilidad)
	1, 2 y 4	Pon en forma a un amigo y/o profesor
	2, 3 y 5	Rugby

3ª	1, 2 y 5	Mejoro mi condición física conforme a un plan
	1, 2 y 4	Pon en forma a un familiar
	2, 4 y 6	Primeros auxilios y Planteamiento Ruta

EVALUACIÓN	Saber básico *	Situación de aprendizaje
1ª	A,B,F	Entrenamiento mediterraneo
	C	Voleibol playa (Beachbol (ver escuela y eventos))
	B,D	Organización de eventos y actividades deportivas

	D	Soy un buen mediterrano
	F	Proyecto personal "MEDITERRANEO EN MOVIMIENTO"
2ª	A	SINECTICA CORPORAL
	A	Mindfulness
	C	Intercrosse

	E,C	Rock and roll
	D	Soy un buen mediterrano
	F	Proyecto personal "MEDITERRANEO EN MOVIMIENTO"
3ª	C	Conquistando el mediterraneo. Jugger
	C,E	Un viaje hacia tu interior. Danza y teatro inclusivo
	C	Tradición mediterranea: Escala y corda
	F	Mediterraneo en vivo

	D	Soy un buen mediterrano
	F	Proyecto personal "MEDITERRANEO EN MOVIMIENTO"

EVALUACIÓN	Bloque de contenidos	Unidad didáctica integrada
1ª	1.2	Creación de juegos cooperativos
	1.2	Evalúo mi técnica de carrera y creo mi propia rúbrica
	1.2	Creo pruebas para la valoración de la condición física o técnica utilizando diferentes variables de análisis.
	1,2,3	Bicicleta. Trabajo técnico y de condición física.
	4	Crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma
2ª	2	Tenis y pádel
	1, 2	Natación
	1, 2	Rugby touch
	2, 3	Juego y deportes
	2, 5	Organización de eventos
3ª	4	Crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma
	3, 5	Dopaje deportivo
	3, 5	Alimentación y suplementación deportiva
	5	Técnicas de relajación
	5	Yoga
	4.5	Baile
	1	Crecimiento en valores, actitud responsable,

+	cooperativa y autónoma
---	------------------------

EVALUACIÓN	BLOQUE	SITUACIÓN DE APRENDIZAJE
1	1, 2, 3, 4, 6	Locomotor System and General and specific Warm Up. Técnica de carrera básica
		Improving my physical abilities
	3, 4, 6	Floorball
	2, 4	Participation and effort
Hygiene		
2ª	3, 4 y 6	Smashball y Voleibol
	3, 4 y 6	Pickleball (deportes de raqueta)
	5, 4, 6	Juegos y deportes populares
	2, 4	Participation and effort
		Hygiene
2, 3, 4, 5, 6	Repaso contenido teórico visto a lo largo del trimestre	
3ª	3, 4, 6	Ultimate frisbee
	3, 4, 6	Rugby touch
	2.4	Participation and effort
		Hygiene
1, 2, 3, 4, 5, 6	Repaso contenido teórico visto a lo largo del curso	

EVALUACIÓN	Bloque de contenidos	Unidad didáctica integrada
		Aprendo a mover las piezas

1ª	Aprendo principios tácticos
	Torneo de partidas lentas
	Torneo de partidas rápidas BLITZ
	Torneo de partidas BALA
	Crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma
2ª	Aperturas: la española RUI LÓPEZ y la italiana GIOUOCO PIANO
	Defensa: la siciliana.
	Torneos en parejas partidas lentas, rápidas...
3ª	Crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma
	Torneo de partidas múltiples
	Partidas de barrio en la RAMBLETA
	AJEDREZ 960
	Aperturas: Colle enigmáticas
	Crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma

EVALUACIÓN	Saber básico	Situación de Aprendizaje
1ª	A, C, E	Meditaciones guiadas
	A, C, E	El paseo meditativo
	A, C, E	Visualizaciones
	A, C, E	Yoga para princiiantes
	A, C, E	Entrenamiento del músculo de la atención
	A, C, E	Diario de emociones
	A, C, E	Técnicas de relajación
	A, C, E	Escuchar las señales de tu cuerpo

2ª	A, C, E	Manejar sentimientos difíciles: Se avecina tormenta
	A, C, E	La fabrica de las preocupaciones
	A, C, E	Musicoterapia
	A, C, E	Arteterapia
3ª	A, C, E	Cultivar el autoconocimiento
	A, C, E	Paciencia, confianza
	A, C, E	Aprendiendo a soltar
	A, C, E	Psicodrama
	A, C, E	Danza movimiento terapia

1º ESO. EDUCACIÓN FÍSICA

Instrumento de evaluación	Actividad
Examen teórico y/o trabajos	Realización de manera individual, en parejas o en grupo, examen teórico.
Test de Condición física	Realizar diferentes sesiones en donde se trabajan las CFB: resistencia aeróbica, fuerza, velocidad y flexibilidad. Test de Cooper adaptado a 10', lanzamiento balón medicinal u otros.
Rúbrica	Realiza diferentes técnicas del floorball: agarre de stick, conducción en slalon, recepción y golpes de precisión
Trabajo diario/Rúbrica	Desarrollo de la habilidades sociales: autoestima, empatía, esfuerzo y respeto, gestión del estrés, higiene y trabajo activo.
Rúbrica	Golpes básicos (técnica): derecha (forehand), revés. El saque, volea, remate (overhead), globo. Situaciones jugadas (táctica)
Rúbrica	Técnica. Golpeo correcto, evitar doble toque, golpeo con puño o chutar la pelota. Situaciones de juego tácticas de ataque y defensa
Rúbrica	Frisbee, combas y malabares. Creación de planos y recorridos. Orientación. Senderismo urbano (Salidas del centro durante la hora de EF, para conocer entornos cercanos en donde practicar AF saludable).
Trabajo diario/Rúbrica	Desarrollo de la habilidades sociales: autoestima, empatía, esfuerzo y respeto, gestión del estrés y trabajo activo.
Examen teórico deportes trabajados. V/F	Realización de manera individual, en parejas o en grupo, el examen teórico, en aulas.
Rúbrica	Realización de guante. Iniciación diferentes golpes y modalidades (Raspall y frontó).
Rúbrica	Trabajo de diferentes emociones mediante el gesto. Trabajo en pequeños grupos. Recreación dramática.
Trabajo diario/Rúbrica	Desarrollo de la habilidades sociales: autoestima, empatía, esfuerzo y respeto, gestión del estrés y trabajo activo.
Trabajo diario/Rúbrica	Promoción y consolidación de hábitos higiénicos saludables. Aseo y cambio de camiseta
Examen teórico sobre los contenidos prácticos trabajados en el trimestre. V/F	Realización de manera individual, en parejas o en grupo, el examen teórico, en aulas.

2º ESO. EDUCACIÓN FÍSICA

Instrumento de evaluación	Actividad
Examen teórico Sistema locomotor y calentamiento general. V/F	Realización de manera individual, en parejas o en grupo, el examen teórico, en Aules.
Tests de Condición física	Realizar diferentes sesiones en donde se trabajan las CFB: resistencia aeróbica, fuerza y flexibilidad

Rúbrica	Trabajo de juegos modificados principalmente béisbol-pie y pala con red, en función del desarrollo de las sesiones y el aprendizaje obtenido
Trabajo diario/Rúbrica	Desarrollo de la habilidades sociales: autoestima, empatía, esfuerzo y respeto, gestión del estrés y trabajo activo.
Trabajo diario/Rúbrica	Promoción y consolidación de hábitos higiénicos saludables. Aseo y cambio de camiseta
Registro intervención correcta en el foro	Participación en foro de la asignatura
Rúbrica	Realizar diferentes sesiones en donde haya una familiarización, progresión y aprendizaje de diferentes golpes (técnica); y, también practicar situaciones de juego para aprender la rotación en voleyball
Rúbrica	Conocer y progresar en los diferentes gestos técnicos propios del Badminton (clear, drive, smash, drop, netdrop) y resolución de situaciones de juego (táctica)
Rúbrica	Realización de guante. Iniciación diferentes golpes y modalidades (Raspall y frontó).
Rúbrica	Desarrollo de la habilidades sociales: autoestima, empatía, esfuerzo y respeto, gestión del estrés y trabajo activo.
Rúbrica	Promoción y consolidación de hábitos higiénicos saludables. Aseo y cambio de camiseta
Examen teórico deportes trabajados. V/F	Realización de manera individual, en parejas o en grupo, el examen teórico, en Aules.
Registro intervención correcta en el foro	Participación en foro de la asignatura
Rúbrica	Ejercicios individuales con Devil sticks. Creación de coreografías grupales.
Rúbrica	Acrobacias. Creación de figuras individuales y grupales de acrogimnasia. Ágil/portor, apoyos correctos.
Rúbrica	Creación de una danza o baile, a través del encadenamiento de diferentes movimientos. Para ello crearán cartas con los movimientos y cartas con el número de repeticiones
Rúbrica	Desarrollo de la habilidades sociales: autoestima, empatía, esfuerzo y respeto, gestión del estrés y trabajo activo.
Rúbrica	Promoción y consolidación de hábitos higiénicos saludables. Aseo y cambio de camiseta
Examen teórico deportes trabajados. V/F	Realización de manera individual, en parejas o en grupo, el examen teórico, en Aules.

Registro intervención correcta en el foro	Participación en foro de la asignatura
---	--

3º ESO. EDUCACIÓN FÍSICA

Instrumento de evaluación	Actividad
Tests de condición física: Flexibilidad, velocidad, fuerza y resistencia aeróbica	Trabajo diario. Resistencia realización entrenamiento mejora. Fuerza resistencia/fuerza explosiva. Tablas de flexibilidad. Velocidad individual/relevos
Rúbrica Técnica Crossfit.	Trabajo diario. Aprendizaje de la técnica de los ejercicios Realización y creación de wod's en crossfit.
Rúbrica.	Trabajo diario. Técnica de carrera como calentamiento específico. Trabajo de resistencia. TALK TEST.
Trabajo diario/Rúbrica	Situaciones de juego. Pareja/individuales.Técnica y táctica. Pickleball
Rúbrica del examen de habilidad con palas	Circuito de habilidad con palas (toques, golpes con y sin bote contra pared, saque tenis)
Trabajo diario/Rúbrica	Desarrollo de la habilidades sociales: crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma.
Trabajo diario/Rúbrica	Promoción y consolidación de hábitos higiénicos saludables. Aseo y cambio de camiseta
Examen teórico Sistema locomotor y calentamiento específico. Cualidades físicas básicas. Técnica de carrera. Deporte de palas. Pickleball	Realización de manera individual, en parejas o en grupo, el examen teórico, en Aules/papel.
Registro intervención correcta en el foro/actividad/debate	Participación en foro/actividad/debate de la asignatura
Rúbrica técnico-táctica rugby	Examen técnico-táctico de rugby
Rúbrica técnica lanzamientos, recepciones, desmarques y ayudas defensivas	Examen técnico-táctico de frisbee, organización de campeonato

Trabajo diario/Rúbrica	Desarrollo de la habilidades sociales: crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma.
Trabajo diario/Rúbrica	Promoción y consolidación de hábitos higiénicos saludables. Aseo y cambio de camiseta
Examen teórico	Realización de manera individual, en parejas o en grupo, el examen teórico, en Aules/papel.
Registro intervención correcta en el foro/actividad/debate	Participación en foro/actividad/debate de la asignatura
Rúbrica tareas alimentación	Tareas alimentación
Rúbrica técnica -táctica	Examen técnico-táctico pilota valenciana/deporte inclusivo/alternativo/modificado
Rúbrica examen orientación	Examen de orientación por equipos
Rúbrica tareas expresión	Tareas de expresión, dramatización con/sin soporte musical. Cortos de película
Trabajo diario/Rúbrica	Desarrollo de la habilidades sociales: crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma.
Trabajo diario/Rúbrica	Promoción y consolidación de hábitos higiénicos saludables. Aseo y cambio de camiseta
Examen teórico	Realización de manera individual, en parejas o en grupo, el examen teórico, en Aules/papel.
Registro intervención correcta en el foro/actividad/debate	Participación en foro/actividad/debate de la asignatura

DE PROFUNDIZACIÓN. 3º ESO. EDUCACIÓN FÍSICA

Instrumento de evaluación	Actividad
Registro de trabajo con los grupos cooperativos	TEST DE CF: Course Navette
RETOS PRÁCTICOS COLECTIVOS	Retos cooperativos por equipo
RETOS PRÁCTICOS COLECTIVOS	Rutas deportivas con y sin obstáculos en el parque de la Rambleta
RETOS PRÁCTICOS COLECTIVOS	Retos cooperativos por equipo
TRABAJO DIARIO	Desarrollo de la autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidad social, esfuerzo, progresión y respeto, trabajo activo.

Carrera de navidad	Entrenamientos para la preparación de la carrera, por grupos de nivel
RETOS PRÁCTICOS COLECTIVOS	Retos cooperativos por equipo
RETOS PRÁCTICOS COLECTIVOS	Retos cooperativos por equipo
RETOS PRÁCTICOS COLECTIVOS	Retos cooperativos por equipo
TRABAJO DIARIO	Desarrollo de la autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidad social, esfuerzo, progresión y respeto, trabajo activo.
Rúbrica	Organización sesión CF para otros cursos (aprendizaje servicio)
RETOS PRÁCTICOS COLECTIVOS	Retos cooperativos por equipo
RETOS PRÁCTICOS COLECTIVOS	Creación por equipos del cuadernos de juegos tradicionales.
RETOS PRÁCTICOS COLECTIVOS	Práctica de la meditación guiada. Actividades de iniciación al yoga.
RETOS PRÁCTICOS COLECTIVOS	Coreografía grupal
TRABAJO DIARIO	Desarrollo de la autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidad social, esfuerzo, progresión y respeto, trabajo activo.
Día del deporte y la salud	Participación en los campeonatos deportivos

4º ESO. EDUCACIÓN FÍSICA

Instrumento de evaluación	Actividad
RÚBRICA	Calentamiento Específico de cinco deportes (a elegir uno). Exposiciones y coevaluación con el profesor.
TEST DE CONDICIÓN FÍSICA	Prueba para la valoración de la condición aeróbica. Course Navette.
EXAMEN TEÓRICO	Prueba teórica.
PRUEBAS DE FUERZA	Prueba específica en rocódromo y pruebas desarrolladas por los alumnos.
RÚBRICA	Colaboración, esfuerzo, motivación, progresión, respeto, actitud motriz, autonomía...
RÚBRICAS	Saltos individuales sencillos y complejos.
	Coreografía grupal con música

RÚBRICA	Creación de un vídeo por pequeños grupos en los que se transmita algunas de las ideas trabajadas en clase.
RÚBRICA	Organización de campeonatos deportivos y examen con partido
RÚBRICA	Colaboración, esfuerzo, motivación, progresión, respeto, actitud motriz, autonomía...
RÚBRICA	Resolver retos individuales, por parejas y en grupo aplicando las técnicas específicas del voleibol.
RÚBRICA	Resolver de forma práctica los problemas de emergencia planteados
RÚBRICA	Participación activa, con destreza motriz, de los elementos técnicos/tácticos del Kinball.
RÚBRICA	Colaboración, esfuerzo, motivación, progresión, respeto, actitud motriz, autonomía...

DE PROFUNDIZACIÓN 4º ESO. EDUCACIÓN FÍSICA

Instrumento de evaluación	Actividad
Rúbrica trabajo diario	Trabajo resistencia, fuerza, movilidad
Rúbrica tareas evaluables	Tests pruebas físicas, TALK TEST, etc.
Rúbrica	Crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma
Rúbrica creación rutina fuerza y calistenia	Creación de rutinas de fuerza y calistenia en parques cercanos para proponerlos al resto del alumnado
Rúbrica examen	Exposición y organización entrenamientos
Rúbrica trabajo diario	Trabajo resistencia, fuerza, movilidad
Rúbrica tareas evaluables	Tests pruebas físicas, TALK TEST, etc.
Rúbrica	Crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma
Rúbrica tareas evaluables	Preparación plan de mejora de la resistencia, fuerza movilidad y hábitos saludables
Rúbrica campeonato	Organización partidos y entrenamientos para alumnado del centro

Rúbrica trabajo diario	Trabajo resistencia, fuerza, movilidad
Rúbrica tareas evaluables	Realización de tests y tareas
Rúbrica	Crecimiento en valores, actitud responsable, cooperativa y autónoma
Rúbrica tareas evaluables	Preparación plan de mejora de la resistencia, fuerza movilidad y hábitos saludables, adaptándose al paciente
Rúbrica exposición RCP y primeros auxilios y Planteamiento Ruta	Exposición de técnicas de primeros auxilios al alumnado del centro

1º BACHILLERATO. EDUCACIÓN FÍSICA

Instrumento de evaluación	Actividad
Retos teórico prácticos individuales (RTPI): Programa personal de AF	Crear un programa de AF para la mejora de la CF y la salud, teniendo
	Sesiones presenciales en clase: 4 sesiones
Sea Influencer : Programa personal de AF	4 sesiones fuera de clase: creación de un video explicativo de los entrenes
Retos teórico prácticos cooperativos(RTPC): Estudio Biomecánico de un deporte nautico	Creación de un trabajo, presentación y puesta en práctica en clase.
	1. Técnica y gesto técnico
	2. CFB implicadas y creación de un entrenamiento básico en realición con el gesto técnico y las CFB implicadas.
	3. Prevención de lesiones
	4. Biomecánica del movimiento técnico y musculatura implicada
RTPI: Adquisición y perfeccionamiento del Voleibol playa	Desarrollo de la autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidad social, esfuerzo, progresión y respeto, trabajo activo.
RTPC: Torneo	Organización del torneo (grupo A) y arbitraje de un Torneo en parejas, de voleibol playa en clase.
Sea influencer: Análisis de las situaciones de juego	Ir a uno de estos torneos y analizar el juego, jugadores, campeonato, etc. Mediante una explicación de las imágenes grabadas. https://beachliga.com/iframe/en/clubs/beachbol/tournaments
Tareas cooperativas por grupo (evaluación individual)	Volta a peu: Participar en el desarrollo y organización del evento

Trabajo diario	Desarrollo de la autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidad social, esfuerzo, progresión y respeto, trabajo activo.
Actividad voluntaria para subir nota	Esports al barri: Organización y desarrollo del evento
	Análizar la dieta mediterránea y otras dietas saludables y desarrollar una alimentación consciente saludable a lo largo de la evaluación.
	Proponer y prácticas actividades acuáticas, náuticas, rutas en la naturaleza, todo en un entorno natural del mediterráneo. Pueden ser actividades semanales cortas o puntuales con larga jornada (se pacta con la profesora)
"Proyecto <u>El Efecto mariposa</u> ". En este proyecto interdisciplinar se vincula "el Efecto mariposa" con los ODS Proyecto. Los alumnos/as diseñarán acciones para llevar a cabo a lo largo de una semana en LOS PATIOS, TUTORIAS, ENTORNO DEL IES., con el objetivo de reducir la demotivación del alumnado, incrementada con la edad, para participar en las clases de EF, realizar actividades físicas extracurriculares, llevar una vida sana con hábitos de vida saludables.	
RTPC: Propuestas de alimentación MEDITERRANEA, inclusión y accesibilidad (EVALUACIÓN INDIVIDUAL)	TAREA 1: Acción relacionada con la alimentación. Ej. CREAR PUESTOS
	TAREA 2: Acciones relacionadas con la accesibilidad y la inclusión
	TAREA 3: Acciones relacionadas con el movimiento corporal: Ej. CREAR TALLERES DE AF PARA REALIZAR EN EL PATIO O CREAR TUTORIALES, etc.
RTPi: Propuestas de actividades de movimiento, accesibles, deportivas, creativas, socialización	TAREA: Acción relacionada con la socialización y bienestar emocional: Ej. TALLERES DE DINÁMICAS DE GRUPOS, MINDFULNESS A REALIZAR EN LOS PATIOS
Sea influencer: Video de promoción deportiva del mediterráneo	TAREA: Acciones relacionadas con la promoción de las AF que pueden realizarse en nuestro entorno MEDITERRANEO MAR Y MONTAÑA (deportes, rutas, etc.)
RTCC	Trabajo en pequeños grupos: Rúbrica valorativa de la comprensión y desarrollo del Mindfulness
RTCC	Organización del torneo (grupo B). Trabajo en equipo
RTCI: Torneos	Rúbrica valorativa de la comprensión física y teórica del juego
	1. Primera parte del video. Deben salir los ensayos con vuestra pareja o los ensayos en casa individualmente de cada uno de

Sea influencer:Video Rock and roll en parejas en un entorno natural(si fuera posible)	2. Segunda parte del video: Debéis bailar vuestra coreografía, tendré en cuenta para la nota los siguientes aspectos:
Trabajo diario	Desarrollo de la autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidad social, esfuerzo, progresión y respeto, trabajo activo.
Actividad voluntaria para subir nota	Jornada Objetivos de desarrollo sostenibles: Organización y desarrollo del evento
	Análizar la dieta mediterranea y otras dietas saludables y desarrollar una alimentación consciente saludable a lo largo de la evaluación.
	Proponer y prácticas actividades acuaticas, nauticas, rutas en la naturaleza, todo en un entorno natural del mediterraneo. Pueden ser actividades semanales cortas o puntuales con larga jornada (se pacta con la profesora)
RTPC: Torneo	Organización del torneo (grupo C). Elaboración en equipo de las armas necesaria para el juego
RTPI:Construcción del arma	Rúbrica valorativa de la compresión física y teórica del juego
RTPC: Montaje escénico	Creación de una historia original, pero que conlleve una crítica social
	1. Cortometraje* 2. Puesta en escena en directo, que exprese el desenlace de la historia que se representa inicialmente mediante el cortometraje. Desarrollándose una coreografía de expresión corporal.
RTPI: Portfolio digital	Portfolio digital: Un portfolio es una recopilación de documentos desarrollados o tareas que ha realizado realizado el grupo a lo largo de su trayectoria en el trabajo y que son presentados de diversas maneras creativas en formato digital. Es decir, es una expresión total del trabajo y del montaje desarrollado. Presentado la lluvia de ideas, las reflexiones, las imagenes, fotos, videos de los preparativos del montaje, etc. Presentado de forma original.
Sea influencer:Cortometraje*	Cortometraje del montaje escénico
RTPC	Organización del torneo (grupo D). Trabajo en equipo
RTPI	Rúbrica valorativa de la compresión física y teórica del juego
RTPC: Torneos deportes de playa	Organización por parte del alumnado de torneos de deportes de playa (grupo E) . Repaso y revisión de los trabajos de que cada equipo en realción a los deportes nauticos.
Sea influencer: Mediterraneo en vivo	Video recopilatiro de imágenes de la salida y valoración de las actividades

Trabajo diario	Desarrollo de la autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidad social, esfuerzo, progresión y respeto, trabajo activo.
Actividad voluntaria para subir nota	Jornada Objetivos de desarrollo sostenibles: Organización y desarrollo
	Análizar la dieta mediterránea y otras dietas saludables y desarrollar una alimentación consciente saludable a lo largo de la evaluación.
	Proponer y prácticas actividades acuáticas, náuticas, rutas en la naturaleza, todo en un entorno natural del mediterráneo. Pueden ser actividades semanales cortas o puntuales con larga jornada (se pacta con la profesora)

2º BACHILLERATO. EDUCACIÓN FÍSICA

Instrumento de evaluación	Actividad
RUBRICA	Experimentación de juegos cooperativos y creación de nuevos juegos por parte del alumnado utilizando material alternativo.
RÚBRICA	Analizo mi técnica de carrera
RÚBRICA	Establezco en grupo tests de valoración y genero mis propias rúbricas de evaluación.
	Pongo en práctica los test en la ESO.
AUTOEVALUACIÓN	Realizo circuitos técnicos de habilidad y de desarrollo de la condición física aeróbica.
Rúbrica diaria	Colaboración, actitud, actitud motriz, autonomía...
Rúbrica diaria	Sesiones técnicas
Rúbrica	Sesiones técnicas
Rúbrica	Sesiones técnicas y tácticas
Rúbrica diaria	Sesiones técnicas y tácticas
Rúbrica diaria	Preparación de torneos en clase y organización de torneo 4ºESO
Rúbrica diaria	Colaboración, actitud, actitud motriz, autonomía...
Autoevaluación	Sesiones teóricas
Autoevaluación	Sesiones teórico-prácticas
Rúbrica diaria	Puesta en práctica de diferentes métodos de relajación
Rúbrica diaria	Sesiones prácticas
Rúbrica diaria	Sesiones prácticas autodirigidas
Rúbrica diaria	Colaboración, actitud, actitud motriz, autonomía...

Rúbrica diaria	Colaboración, actitud, actitud motiviz, autonomía...
----------------	--

OPTATIVA 2º ESO EDUCACIÓN FÍSICA LOMLOE

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	ACTIVIDAD
Examen teórico Sistema locomotor y calentamiento general/específico. V/F	Realización de manera individual, en parejas o en grupo, el examen teórico, en Aules.
Tests de Condición física	Realizar diferentes sesiones en donde se trabajan las CFB: resistencia aeróbica, fuerza y flexibilidad
Rúbrica	Realización de partidos modificados en los que se evalua las habilidades básicas, toma de decisión, juego limpio, participación y reglamento.
Rúbrica	Desarrollo de la habilidades sociales: autoestima, empatía, esfuerzo y respeto, gestión del estrés y trabajo activo.
Rúbrica	Promoción y consolidación de hábitos higiénicos saludables. Aseo y cambio de camiseta
Rúbrica	Realización de partidos modificados en los que se evalua las habilidades básicas, toma de decisión, juego limpio, fluidez del juego, participación y reglamento.
Rúbrica	Realización de partidas modificados en los que se evalua: técnica, táctica, juego limpio, participación y reglamento.
Rúbrica	Evaluación del desempeño del alumnado durante el juego o deporte.
Rúbrica	Desarrollo de la habilidades sociales: autoestima, empatía, esfuerzo y respeto, gestión del estrés y trabajo activo.
Rúbrica	Promoción y consolidación de hábitos higiénicos saludables. Aseo y cambio de camiseta
Examen teórico deportes trabajados. V/F	Realización de manera individual, en parejas o en grupo, el examen teórico, en Aules.
Rúbrica	Evaluación del desempeño del alumnado durante una partida modificada de ultimate.
Rúbrica	Evaluación del desempeño del alumnado durante una partida modificada de rugby.
Rúbrica	Desarrollo de la habilidades sociales: autoestima, empatía, esfuerzo y respeto, gestión del estrés y trabajo activo.
Rúbrica	Promoción y consolidación de hábitos higiénicos saludables. Aseo y cambio de camiseta
Examen teórico deportes trabajados. V/F	Realización de manera individual, en parejas o en grupo, el examen teórico, en Aules.

1ºESO AJEDREZ

Instrumento de evaluación	Actividad
AUTOEVALUACIÓN	Práctica diaria

AUTOEVALUACIÓN	Práctica diaria
RÚBRICA	Práctica diaria
RÚBRICA	Práctica diaria
Rúbrica diaria	Práctica diaria
Rúbrica diaria	Colaboración, actitud, actitud motriz, autonomía...
PRUEBA	Práctica diaria
PRUEBA	Práctica diaria
PRUEBA	Práctica diaria
RÚBRICA diaria	Colaboración, actitud, actitud motriz, autonomía...
Rúbrica diaria	Práctica diaria
Rúbrica diaria	Práctica diaria
Rúbrica diaria	Práctica diaria
PRUEBA	Práctica diaria
Rúbrica diaria	Colaboración, actitud, actitud motriz, autonomía...

1ºESO MINDFULNESS

Instrumento de evaluación	Actividad
Trabajo diario y diario personal	Desarrollo de diferentes meditaciones guiadas: La montaña; Del lago; La alfombra mágica; Tranquilo y atento como una rana; Atención a la respiración; El ejercicio del espagueti; El botón de apusa; Primeros auxilios para sentimientos desagradables; Un lugar seguro; L fábrica de las preocupaciones; Levantando la moral; El secreto del corazón, Buenas noches. etc.
Trabajo diario y diario personal	Paseo en el Parque de la Rambleta observando el entorno natural
Trabajo diario y diario personal	Ejercicios de visulización de situaciones que nos proporcionen relajación y nos ayuden a concentrarnos
Trabajo diario y diario personal	Juegos cooperativos para la práctica de yoga y canales de youtube con sesiones de yoga
Trabajo diario y diario personal	Ejercicios: yo vengo de Marte y observación con mente abierta
Trabajo diario y diario personal	Expresar a través de la escritura, todos aquellos sentimientos que no resuenan a lo largo de la semana y que nos hacen sentir de diferentes formas.
Trabajo diario y diario personal	Respiración con pompero, respiración completa, respiración profunda, respiración con pequeñas percusiones en el torax, etc.
Trabajo diario y diario personal	Tomar consciencia de estado físico, mental y emocional ene el que nos econtramos.

Trabajo diario y diario personal	Tareas 1: los sentimientos difíciles no existen; Tarea 2: Ser dueño de tus enfados; Tarea 3: Entrar y salir del remolino; Tarea 4: consekijos para casa
Trabajo diario y diario personal	Tarea 1: Qué son los pensamientos; Tarea 2: Observación de los pensamientos; Tarea 3; Primeros auxilios en el caso de preocupaciones
Trabajo diario y diario personal	Tarea 1: relajación través de la música; Tarea 2: Música como motivación para otras actividades; Tarea 3: escucha activa e improvisación
Trabajo diario y diario personal	Tarea 1: Dibujar en el aire; Tarea 2: Pintar la música; Tarea 3: Recrear un lugar donde te sientas seguro; Tarea 4: arte en la naturaleza, etc.
Trabajo diario y diario personal	Tareas de atención plena en el presente y autoconocimiento
Trabajo diario y diario personal	Tarea 1: Qué es el DESEO; Tarea 2: el cine interior; Tarea 3: Visualizar un deseo fervientemente; Tarea 4: l árbol de los deseos, et.
Trabajo diario y diario personal	Meditación del soltar y ejercicios para aprender a dejar ir los pensamientos
Trabajo diario y diario personal	Terapia emocional a través de la escucha atenta y la expersión de nuestro sentimientos y emociones
Trabajo diario y diario personal	Terapia emocional através de la danza

Criterios de Calificación (%)
20%
30%
20%
30%
20%
20%
20%
30%
10%
30%
30%
30%
10%
10%

Criterios de Calificación (%)
20%
20%

20%
20%
20%
5% (Extra)
10%
15%
15%
20%
20%
20%
5% (Extra)
10%
20%
10%
20%
20%
20%

5% (Extra)

Criterios de Calificación (%)

30%

20%

15%

15%

20%

5% (Extra)

25%

25%

15%
15%
20%
5% (Extra)
10%
10%
15%
15%
15%
15%
20%
5% (Extra)

Criterios de Calificación (%)
10%
12.50%
12.50%
25%
30%

10%
20%
20%
20%
30%
10%
10%
20%
10%
20%
30%
10%

Criterio de Calificación (%)
20%
30%
15%
15%
20%
15%
25%

20%
20%
20%
40%
20%
20%
20%

Criterios de Calificación (%)
40%
20%
20%
10%
10%
20%
20%
20%
30%
10%

20%
20%
20%
20%
20%

Criterios de Calificación (%)
15%
15%
10%
15%
10%
15%
10%

10%
10%
25%
10%
15%
5%
10%
10%

15%
10%
10%
10%
5%
20%
20%
10%
10%
5%
10%
10%

10%
10%

Criterios de Calificación (%)
20%
20%
20%
10%
20%
10%
20%
20%
20%
20%

10%
10%
20%
20%
20%
10%
20%
10%

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN
20%
20%
20%
20%
20%
15%
15%
10%
20%
20%
20%
20%
20%
20%
20%
20%
20%
20%

Criterios de Calificación (%)
10%

|