

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	SABERES BÁSICOS	CE	SABERES BÁSICOS	CE
<b>1. Deshinbición</b>	Conductas para la mejora de la salud física, mental y social	1/2	Contextualizaciones de la comunicación corporal en la vida cotidiana.	3
	Las pulsaciones (ppm) y el cálculo de la Zona de Actividad física Saludable (ZAS).	1	Valoración de las actividades artísticas como bien cultural.	3
<b>2. CrossFit</b>	Métodos de entrenamiento y nuevas tendencias en fitness.	1	Estereotipos y diversidad de género.	1
	Calentamiento específico autónomo	1/2	Valoración de las actividades artísticas como bien cultural.	3
<b>3. Ultimate Frisbee</b>	Análisis crítico de contenidos relacionados con el movimiento, la actividad física, el deporte y la salud.	1/2/3/4	Estereotipos y diversidad de género	1/2/3/4/5
<b>4. Bienvenidos al circo</b>	Métodos de entrenamiento y nuevas tendencias en fitness	1	Procesos de reflexión sobre temáticas sociales.	1/2/3/4/5
<b>5. Pickleball</b>	Valoración de la correcta ejecución de las actividades física: lesiones deportivas y hábitos no saludables.	1/2	Ayudas, seguridad y prevención de riesgos en los montajes artísticos.	2/3
<b>6. Orientación</b>	Protocolos de actuación (PAS)	1/2	Artes circenses: combinaciones y fusión con otras disciplinas.	2/3
<b>7. Bádminton</b>	Uso de las TIC	1/2/3/4/5	Práctica y concienciación de la diversidad funcional.	2/4
	Dispositivos DEA/DESA	1/2	Raspall y sus variantes de joc a carrer y en el trinquete.	2/4
<b>8. Balonmano</b>	Reconocimiento y gestión del buen uso de la tecnología relacionada con el movimiento, la actividad física, el deporte y la salud, en diferentes entornos de aprendizaje digital: planificación, control y análisis. Creación y curación de contenidos.	1/2/3/4/5	Los valores de la pilota: Bonhomia, equidad y pacto deportivo.	2/4
<b>9. Primeros auxilios</b>				
<b>10. Pilota Valenciana</b>	Actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad	1	Otras modalidades: escala i corda, galotxetes, pilota grossa, llargues, etc.	2/4
<b>11. Atletismo</b>	Ejercicios específicos de resistencia, tonificación y flexibilidad (ROM)	1	Movilidad sostenible.	4
	Fundamentos tácticos deportivos	2/4	La riqueza natural y topográfica de la Comunidad Valenciana.	4
	Fundamentos técnicos deportivos	2/3/4	Las TIC en las actividades en el medio natural.	4
	Estrategias de resolución de conflictos: autonomía emocional	1/2/3/4/5	Creación de contenidos.	1/2/3/4/5

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>CE1. 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.</p>	<p>1.1 Seleccionar y utilizar diferentes recursos del entorno relacionados con la actividad física, la alimentación y el bienestar personal poniéndolos al servicio de la salud física, mental y social.</p> <p>1.2 Diseñar un plan específico de mejora de la condición física aplicando métodos y sistemas de desarrollo físico adaptados a las características individuales y del entorno</p> <p>1.3 Adoptar un estilo de vida activo con sus efectos positivos sobre la salud, la imagen personal y las actividades físico- deportivas, identificando las conductas de riesgo y aplicando diferentes técnicas para compensar las tensiones propias de la vida cotidiana</p>
<p>CE2. 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.</p>	<p>2.1 Participar activamente y colaborar en juegos y actividades físico deportivas practicando el respeto, la tolerancia y el trabajo en equipo.</p> <p>2.2 Resolver con éxito situaciones reales de competición y cooperación sencillas a través de la aplicación de habilidades motrices específicas y de estrategias</p> <p>2.3 Valorar críticamente 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.</p>
<p>CE3. Participar en procesos de creación de naturaleza artístico-expresiva mediante el uso del cuerpo, el gesto y el movimiento como medios de autoconocimiento para expresar ideas y sentimientos.</p>	<p>3.1 Explorar y generar situaciones comunicativas con el gesto, el cuerpo y el movimiento corporal.</p> <p>3.2 Ampliar la calidad y experiencia en cuanto a la creatividad relacionada con el movimiento, especialmente con apoyo musical combinando ritmos y segmento corporales y mostrando fluidez, desinhibición y autoconfianza.</p> <p>3.3 Diseñar proyectos artísticos multidisciplinares y participar en ellos como medio de comunicar ideas, sentimientos y emociones.</p>
<p>CE4. Interaccionar de manera sostenible con el patrimonio natural y cultural mediante actividades físicas y artístico-expresivas.</p>	<p>4.1 Participar de manera activa 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</p>

	<p>4.3 Mejorar mediante la práctica y la relación con entidades del entorno, las técnicas y procedimientos de primeros auxilios, así como los protocolos de seguridad y de autoprotección personal, incluida la RCP.</p> <p>4.3 Descubrir y participar activamente en las actividades artístico- expresivas del entorno natural rural, de nuestra costa y urbano, y valorar la diversidad personal y cultural.</p> <p>4.4 Implementar de manera colaborativa con la comunidad educativa propuestas para promover un entorno sostenible, relacionando este hecho directamente con la materia de Educación Física, mediante la movilidad, el reciclaje y la alimentación.</p> <p>4.5 Valorar la Pilota valenciana como bien de interés inmaterial de especial protección, mediante la práctica de sus diferentes modalidades.</p>
<p>CE5. 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.</p>	<p>5.1 Escoger en función de su idoneidad los recursos tecnológicos relacionados con la actividad, el deporte y la salud, evaluando las fuentes de información e innovación.</p> <p>5.2 Diferenciar las fuentes de información y de contenido digital relevantes y fiables relacionadas con los saberes de la materia, actualizando las estrategias de investigación y organización de la información y la manera de interacción.</p> <p>5.3 Producir contenidos relacionados con la actividad física y la salud en diferentes formatos digitales, integrando la información de manera crítica y participando colaborativamente en los escenarios de comunicación y aprendizaje.</p>

ACTIVIDADES EVALUABLES Y CALIFICABLES	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	CRITERIOS DE CALIFICACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajo diario, interés, esfuerzo, superación.</li> <li>• Participación activa en las clases</li> <li>• Trabajo cooperativo</li> <li>• Vestuario e higiene adecuada</li> <li>• Producción escrita y oral. Debates.</li> <li>• Puesta en práctica de las actividades aprendidas durante el curso.</li> <li>• Actividades TIC (uso del entorno office, canva, kahoot, Google maps, Google form). Uso de Aules.</li> <li>• Dinámicas cooperativas</li> <li>• Exposiciones</li> <li>• Creación audiovisual: vídeos, raps, poemas etc.</li> <li>• Ejecución técnica de los ejercicios aprendidos y métodos aprendidos</li> <li>• Ejecución de retos, tanto individuales como en parejas y grupales</li> <li>• Puesta en escena de representaciones en grupo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Instrumentos de consecución de retos prácticos diarios.</li> <li>• Cuestionarios de aprendizaje.</li> <li>• Trabajos escritos</li> <li>• Registro sobre la actitud, conducta y hábitos de higiene personal.</li> <li>• Registro anecdótico-observación.</li> <li>• Registros anecdóticos sobre aspectos básicos.</li> <li>• Hojas de control de retos.</li> <li>• Rúbricas cualitativas.</li> <li>• Escalas de valoración del aprendizaje.</li> <li>• Dianas de evaluación.</li> <li>• Carné por puntos de aseo y buenas prácticas.</li> <li>• Listas de cotejo.</li> <li>• Cuaderno del alumnado.</li> </ul>	<p>25% Participación activa, ayuda a los compañeros/as, recogida y buen trato del material y aseo diario</p> <p>25% Actividades teóricas: trabajos para casa, producción escrita/oral, diario de clase.</p> <p>50% Práctica. Evaluación meramente cualitativa de las ejecuciones prácticas de las diferentes actividades previstas</p>

***BREVE RESUMEN DE LOS CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:***

El alumno / a que esté cursando la ESO superará la asignatura con calificación positiva siempre y cuando:

- Consiga superar la calificación de 5 puntos al final del curso por medio de la calificación de los criterios de evaluación de cada nivel educativo establecidos en el D107/22. Cada criterio de evaluación tendrá el % que el profesor estime oportuno, dependiendo de varios aspectos: nº de Situaciones de Aprendizaje en que aparece, relevancia y peso en el currículum, etc.
- Asista a clase con regularidad, no superando el 20% de faltas de asistencia injustificadas o 30% justificadas. En este caso, perderá el derecho a la evaluación continua, debiendo presentarse a una prueba final que tendrá lugar en junio y, en caso de no superarla, a la prueba extraordinaria de Julio. 2 retrasos = 1 falta asistencia y 2 sesiones sin material o vestimenta adecuada = 1 falta.
- Además, todas y cada una de las sesiones tiene una puntuación que contará para la nota final de la evaluación, por lo que, si a los 5 días hábiles no se ha justificado cualquier falta de asistencia, se perderá la opción de optar a esa puntuación y no se podrá recuperar.
- Los alumnos incapacitados para realizar la práctica, deberán presentar un Certificado Médico oficial en el que se especifique la causa de la incapacidad y además, concretar qué tipo de actividad física no puede realizar y qué ejercicios deberán ser los recomendados.
- En caso de enfermedad, se precisará de la justificación por parte del padre, madre o tutor (bien sea por escrito o por ITACA) y su justificante médico (en el caso oportuno) para no realizar la sesión de Educación Física.
- Los alumnos que estén incapacitados de forma temporal para realizar la práctica, realizarán un trabajo diario o trimestral sobre las sesiones prácticas que entregarán al profesor al finalizar la clase.
- Los alumnos que no hayan superado los contenidos impartidos en cada evaluación, podrán recuperarlos al término de la misma sesión, Situación de Aprendizaje o evaluación (siempre y cuando lo crea oportuno el profesor). La materia y el tipo de prueba será debidamente indicada por el profesor de la asignatura.
- El alumno que no consiga al menos un 4 en los distintos instrumentos de evaluación, no podrá hacer media para aprobar la asignatura.
- Los porcentajes de los criterios de calificación varían en función de la Situación de Aprendizaje diseñada. El alumnado es informado al principio de cada SA de los criterios.
- En la Programación de Aula se encuentran detalladas las actividades vinculadas a los Criterios de Evaluación y sus Competencias Específicas. Así mismo, los Criterios de Calificación se relacionan con las Competencias Específicas.

# **PROPUESTA PEDAGÓGICA. EDUCACIÓN FÍSICA**

## **3º ESO. PROFESORES: EMILIO VINUESA**

### **2024-25**

---

- Las Situaciones de Aprendizaje son provisionales y se irán formalizando a lo largo del curso. Quedarán diseñadas y detalladas en la Programación de Aula.