

MÍNIMOS DE LA MATERIA EN 3º DE LA ESO

CONTENIDOS - CRITERIOS DE EVALUACIÓN-INDICADORES DE LOGRO: DECRETO 87/2015 (modificado por el 135/2015 y 51/2018)

UD 1	DULCE INTRODUCCIÓN CONTRA EL CAOS						
INSTRUMENTO	CONTENIDOS	CRITERIO	IL	CRITERIO	IL	%	AGENTE
RUBRICA EVALUACIÓN PROPUESTA INICIAL DE JUEGO	PERTENECIENTE AL BLOQUE 2 Y 5	2.1	2.1.1	4.3	4.3.1	40%	HETEROEVALU.
ESCALA DE VALORACIÓN PREDIRUBRIC		5.1	5.1.1	5.6	5.6.1	30%	HETEROEVALU.
-		-	-	-	-	10%	-
-		-	-	-	-	10%	-
-		-	-	-	-	10%	-
-		-	-	-	-	10%	-

UD 2	CANCHAS DIVIDIDAS Y EL PALACARTÓN						
INSTRUMENTO	CONTENIDOS	CRITERIO	IL	CRITERIO	IL	%	AGENTE
TRATAMIENTO DEL REGLAMENTO Y EL JUEGO REAL DE PALACARTÓN	PERTENECIENTE AL BLOQUE 2, 4 Y 5	2.2	2.2.2	5.3	5.3.1	40%	HETEROEVALU.
HOJA DE RETOS BYD		2.1	2.1.1	2.2	2.2.1	30%	AUTOEVALU.
ESCALA DE VALORACIÓN PREDIRUBRIC		5.1	5.1.1	5.6	5.6.1	30%	HETEROEVALU.

UD 3	CUERDAS EN ACCIÓN Y COOPERACIÓN						
INSTRUMENTO	CONTENIDOS	CRITERIO	IL	CRITERIO	IL	%	AGENTE

RUBRICA COEVALUACION PUZZLE ARONSON	PERTENECIENTE AL BLOQUE 1, 2, 4Y 5	5.1	5.1.1	5.4	5.4.1	30%	COEVALU.
RUBRICA RITMICA Y CUERDA		4.1	4.1.1	5.7	5.7.1	40%	HETEROEVALU
ESCALA DE VALORACIÓN PREDIRUBRIC		5.1	5.1.1	5.6	5.6.1	30%	HETEROEVALU.

UD 4	DEL VOLLEY SENTADO AL VOLLEY						
INSTRUMENTO	CONTENIDOS	CRITERIO	IL	CRITERIO	IL	%	AGENTE
ESCALA DE VALORACION TAREA ROLES	PERTENECIENTE AL BLOQUE 2, 4Y 5	2.2	2.2.2	4.5	4.5.1	70%	HETEROEVALU.
ESCALA DE VALORACIÓN PREDIRUBRIC		5.1	5.1.1	5.6	5.6.1	30%	HETEROEVALU.

UD 5	EVOLUCIÓN DE LA ORIENTACIÓN + SENDERISMO						
INSTRUMENTO	CONTENIDOS	CRITERIO	IL	CRITERIO	IL	%	AGENTE
CREACIÓN DE UN ITINERARIO REPRESENTADO + TRÍPTICO	PERTENECIENTE AL BLOQUE 3, 4Y 5	3.2	3.2.1	5.2	5.2.1	40%	HETEROEVALU.
TAREA STRAVA						10%	
RUBRICA ORIENTACIÓN		3.1	3.1.1	4.7	4.7.1	20%	COEVALU
ESCALA DE VALORACIÓN PREDIRUBRIC		5.1	5.1.1	5.6	5.6.1	30%	HETEROEVALU.

UD TRASVERSAL	METROSALUD UTIEL						
INSTRUMENTO	CONTENIDOS	CRITERIO	IL	CRITERIO	IL	%	AGENTE
ESCALA VALORACIÓN		1.1	1.1.1	5.2	5.2.1	20%	HETEROEVALU

ESCALA DE VALORACIÓN	PERTENECIENTE AL BLOQUE 1, 2, 3 y BLOQUE 4 Y 5	1.2	1.2.1	5.2	5.2.2	30%	HETEROEVALU
RUBRICA AMEI		1.3	1.3.1	1.4	1.4.1	20%	HETEROEVALU
ESCALA DE VALORACIÓN PREDIRUBRIC		5.1	5.1.1	5.6	5.6.1	30%	HETEROEVALU.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN Y RECUPERACIÓN

De manera general los criterios de calificación están basados en aspectos relacionados con el SABER, SABER HACER y SABER ESTAR. Cada criterio de evaluación tiene asignado un porcentaje y a su vez a cada indicador le corresponde un valor, todo ello vinculado con las Competencias Clave. La nota media de la evaluación corresponderá a la media ponderada de los indicadores de logro que se evalúen relacionados con sus respectivos criterios de evaluación.

Al final de cada trimestre se obtendrá una nota global reflejada en los siguientes términos: Insuficiente, Suficiente, Bien, Notable, Sobresaliente y que se indicará además de forma numérica según esta pauta:

Insuficiente – De 0 a 4,99 // Suficiente---De 5 a 5,99 // Bien---De 6 a 6,99 // Notable---De 7 a 8,99 // Sobresaliente--De 9 a 10

Cuando la nota final sea un número decimal, el redondeo se hará teniendo en cuenta la nota del alumno en la parte de los contenidos relacionados con el saber hacer y saber estar.

La nota final del curso viene dada por la media aritmética de las notas de las tres evaluaciones. Si este resultado es mayor o igual a cinco, el alumno tendrá aprobada la materia de Educación física, en caso contrario, se realizará un examen final con los contenidos mínimos del curso. Siendo 5 la puntuación máxima que pueden obtener en este examen de recuperación.

En este apartado es obligado mencionar que se prestará especial atención a los alumnos repetidores (más si cabe, si el curso pasado no superó nuestra materia). En este caso, se realizará a través de un **Plan de Trabajo Individualizado**.

Para recuperar una evaluación calificada negativamente, el alumno deberá realizar las tareas que se le propongan dentro de un Plan de Trabajo Individualizado. Dichas tareas le prepararán para realizar una prueba de recuperación. Las tareas destinadas a este trabajo contarán como mínimo un 40% de la nota y el examen de recuperación un 60%. Dado que la evaluación es continua, aunque el alumno no superase la prueba de recuperación, siempre y cuando hubiera entregado los ejercicios propuestos en su Plan de Trabajo Individualizado, podrá recuperar la evaluación suspensa si consigue aprobar la siguiente evaluación, ya que para ello habrá debido superar los objetivos anteriores.

Para abordar la recuperación de la materia en la convocatoria extraordinaria los alumnos deberán entregar los ejercicios que formen parte del Plan de Trabajo Individualizado, que contarán un 40% de la nota final y cuya realización y entrega será condición indispensable para realizar la

prueba extraordinaria que valdrá un 60%. Se realizará de igual modo para los alumnos que tienen la materia pendiente del curso anterior. Con los alumnos lesionados, A nivel práctico se le tratará de forma inclusiva y tan solo en aquellos casos donde no pueda participar de forma práctica deberá llevar a cabo distintas tareas propuestas por el docente.

Finalmente, con los alumnos con muchas faltas (más del 20%) se activará el protocolo de alumnos/as absentistas del Instituto. En coordinación con el equipo educativo, el tutor y el departamento de orientación se implementarán las medidas necesarias.

CONTENIDOS MINIMOS RELACIONADOS CON LAS UNIDADES TRABAJADAS.

BLOQUE 1
Control de la intensidad del esfuerzo mediante la frecuencia cardíaca: la toma de pulsaciones. Cálculo de la zona de actividad saludable (ZAS). Utilización de las nuevas tecnologías aplicadas al desarrollo y control del esfuerzo: pulsómetro y aplicaciones informáticas de seguimiento de la práctica física.
Control de la intensidad del esfuerzo mediante la frecuencia cardíaca: la toma de pulsaciones. Cálculo de la zona de actividad saludable (ZAS). Utilización de las nuevas tecnologías aplicadas al desarrollo y control del esfuerzo: pulsómetro y aplicaciones informáticas de seguimiento de la práctica física.
Sistemas metabólicos de obtención de energía: anaeróbico y aeróbico. Características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables como: intensidad del esfuerzo, progresión en la práctica, orientada al proceso, satisfactoria, acorde con la edad y características personales.
El aparato locomotor: movimientos articulares y acciones musculares. Reconocimiento y valoración de la importancia de la adopción de una postura correcta en actividades cotidianas
Capacidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad. Toma de conciencia de la propia condición física y predisposición a mejorarla con un trabajo adecuado.
Juegos y actividades de mejora de la resistencia aeróbica, de fuerza general y flexibilidad buscando la cooperación del alumnado en su práctica.

El calentamiento: concepto y fases. La vuelta a la calma como una parte fundamental de la sesión, valorando su importancia como medio de prevención de lesiones.

Clasificación y puesta en práctica de ejercicios de calentamiento general y de vuelta a la calma, relacionándolos con la parte principal de la sesión.

BLOQUE 2

Explicación y realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos y tácticos de un deporte individual.

Actividades con actitudes no competitivas de cooperación y participación.

El movimiento coordinado: experimentación de golpes, lanzamientos y recepciones de móviles con una y dos manos.

Práctica de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de los juegos y deportes de colaboración-oposición.

Preparación y práctica de juegos y deportes adaptados.

Valoración de las posibilidades lúdicas del juego y el deporte como dinámica de grupos y disfrute personal

Estrategias básicas de los juegos y deportes de oposición: enfrentamiento, espacios de acción próximos, tiempo limitado, crear desequilibrios en el oponente.

Estrategias básicas de los juegos y deportes de colaboración-oposición: participantes, espacio y tiempo de juego y utilización de objetos, comunicación y contracommunicación motriz, subroles estratégicos, técnica.

BLOQUE 3

Actividades respetuosas con el medio natural: las rutas en bicicleta senderismo, orientación, las acampadas, los grandes juegos en la naturaleza, etc.

Posibilidades de práctica que ofrece el entorno próximo.

Técnicas básicas de las actividades realizadas: senderismo, orientación, bicicleta, acampada, escalada, actividades acuáticas.

Revisión y respeto de las normas para la conservación y mejora del entorno próximo, en la práctica de actividades físico deportivas, estableciendo normas de seguridad y primeros auxilios en función del lugar de realización y del tipo de actividad.

Confección de mapas básicos y sus posibilidades de utilización en la práctica de orientación.

Colaboración en la organización y realización de recorridos con dichos mapas en entornos cercanos

Búsqueda de información y exposición de las actividades adaptadas al medio. Realización de un listado de los usos y abusos que se hacen del medio urbano y natural, en la práctica de actividades físico deportivas

BLOQUE 4

Elaboración, a partir de una propuesta dada, de sencillos montajes artísticos individuales o colectivos. Participación en montajes artísticos individuales o colectivos, comunicando emociones, sentimientos e ideas con desinhibición y creatividad. Técnicas de expresión corporal: mimo, drama, danza, sensopercepción, etc. Participación en actividades grupales, como danzas y bailes, en las que se combinan el espacio, el ritmo y la intensidad.

Empleo de un método de relajación (Jacobson, Yoga, Eutonia, Schultz, masaje) para controlar el propio cuerpo y ser aplicado a distintas situaciones prácticas de la vida.

Aplicación de las normas ortográficas y gramaticales (signos de puntuación, concordancia entre los elementos de la oración, uso de conectores oracionales, etc.)

Estrategias de comprensión oral: activación de conocimientos previos, mantenimiento de la atención, selección de la información, memorización y retención de la información.

Planificación de textos orales. Uso intencional de la entonación y las pausas.

Normas gramaticales Propiedades textuales de la situación comunicativa: adecuación, coherencia y cohesión. Respeto en el uso del lenguaje. Situaciones de interacción comunicativa (conversaciones, entrevistas, coloquios, debates, etc.) Estrategias lingüísticas y no lingüísticas: inicio, mantenimiento y conclusión; cooperación, normas de cortesía, fórmulas de tratamiento, etc.

Estrategias de expresión escrita: planificación, escritura, revisión y reescritura.

Formatos de presentación.

Propiedades textuales en situación comunicativa: adecuación, coherencia y cohesión.

Respeto en el uso del lenguaje.

BLOQUE 5

Elementos transversales de la asignatura