

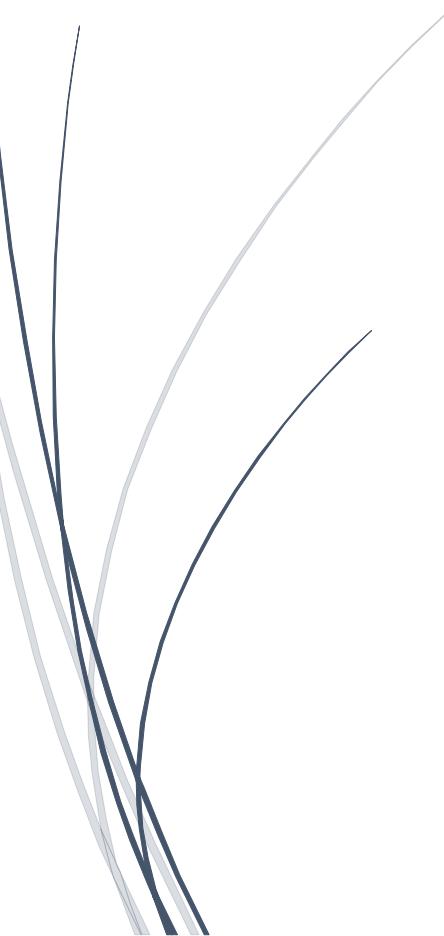
Curso 2025/2026

# PROGRAMA DIDÁCTICA REDUCIDA

Departamento de Educación  
Física

Etapas:  
ESO y  
Bachillerato

IES Virgen del Remedio  
ALICANTE



## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>3</b>
<b>2. SABERES BÁSICOS .....</b>	<b>4</b>
2.1 PRIMERO Y SEGUNDO ESO .....	4
2.2 TERCERO Y CUARTO ESO .....	6
2.3 1º BACHILLERATO (RD 243/2022) .....	9
2.4 2º BACHILLERATO ( <i>DECRETO 108/2022</i> ).....	12
<b>3. CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE E.F. ....</b>	<b>16</b>
3.1. Criterios de evaluación en 1ºE.S.O. Y 2º E.S.O. ....	16
3.2. Criterios de evaluación en 3ºE.S.O. Y 4º E.S.O. ....	18
2.3 Criterios de evaluación de 1º Bachillerato (R.D. 243/2022).....	20
2.4 Criterios de evaluación de 2º Bachillerato (D. 108/2022) .....	21
<b>4. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN ESO Y BACHILLERATO .....</b>	<b>24</b>
3.2 Alumnado lesionado .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
3.3 Alumnos con la asignatura pendiente de otros cursos	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
<b>5. TEMPORALIZACIÓN.....</b>	<b>28</b>
5.1 Unidades didácticas 1º ESO.....	28
5.2 Unidades didácticas 2º ESO.....	28
5.3 Unidades didácticas 3º ESO.....	29
5.4 Unidades didácticas 4º ESO.....	29
5.5 Unidades Didácticas 1º Bachillerato.....	30
5.6 Unidades Didácticas 2º Bachillerato.....	30

## 1. INTRODUCCIÓN

Nuestra asignatura de Educación Física va a contribuir a la adquisición de las diferentes capacidades y finalidades que tiene esta etapa de la Educación Secundaria Obligatoria. La Educación Física ofrece una serie de conocimientos relacionados con el cuerpo, el movimiento y la actividad motriz que permiten y contribuyen al desarrollo armónico e integral del alumnado. No debemos olvidarnos de que como docentes buscamos la formación educativa global de nuestro alumnado, alcanzando el desarrollo integral de su personalidad, del equilibrio personal y social, de su creatividad y del espíritu crítico y la adquisición de capacidades cognoscitivas.

Desde nuestra área también se contribuye a la mejora de la calidad de vida de las personas, y al desarrollo de relaciones entre nuestro alumnado y su entorno usando como vehículo su cuerpo en movimiento. A través de la Educación Física van a conocer y desarrollar sus capacidades físicas, sus habilidades motrices, y sobre todo una educación en actitudes, valores y normas en relación con el ejercicio físico.

## 2. SABERES BÁSICOS

### 2.1 PRIMERO Y SEGUNDO ESO

#### Saberes básicos

##### A. Vida activa y saludable

- Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.
- Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.
- Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

##### B. Organización y gestión de la actividad física.

- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).

##### C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

#### D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

#### E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.

- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).
- Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

#### F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate o similares).
- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos.
- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

## 2.2 TERCERO Y CUARTO ESO

### Saberes básicos

#### A. Vida activa y saludable.

- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

- Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.
- Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

#### B. Organización y gestión de la actividad física.

- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.
- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

#### C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.
- Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

#### D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

#### E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como señal de identidad cultural.
- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.
- Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.
- Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

#### F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.

- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).
- Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

### **2.3 1º BACHILLERATO (RD 243/2022)**

#### **Saberes básicos**

##### **A. Vida activa y saludable.**

- Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.
- Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.
- Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.

## B. Organización y gestión de la actividad física.

- Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).
- Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.
- Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).
- Protocolos ante alertas escolares.

## C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.
- Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
- Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

**D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.
- Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
- Normas extra deportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.
- Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas).

**E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
- Técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artísticoexpresiva.
- Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.
- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físcodeportivos. Presencia en medios de comunicación.
- Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.

**F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.
- Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.

- Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).
- Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.
- Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.
- Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

#### **2.4 2º BACHILLERATO (DECRETO 108/2022)**

### **ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD Y EL DESARROLLO PERSONAL**

#### **Bloque 1. Vida activa y saludable**

CE1, CE3, CE4, CE5

##### **Subbloque 1.1. Salud física**

Grupo 1. Características de las actividades físicas saludables

Métodos de evaluación y autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas para la mejora personal y el acceso laboral.

Actitudes, hábitos posturales y ergonomía.

Programas de actividad física (FITT-PV). Sistemas de entrenamiento.

Tecnologías facilitadoras de la evaluación y del análisis fisiológico del ejercicio físico.

##### **Grupo 2. Cuidado del cuerpo**

Mitos y falsas creencias de la actividad física, el deporte, la nutrición y otros contenidos relacionados con el cuidado del cuerpo en otros ámbitos.

Métodos y técnicas de recuperación de lesiones y el esfuerzo.

### Subbloque 1.2. Salud social

Actuaciones de prevención del consumo de tabaco, alcohol, otras drogas y la ludopatía asociada al deporte.

Diversidad, perspectiva de género e inclusividad en el mundo del deporte, la actividad física y el ocio activo.

Ayudas ergogénicas legales y dopaje.

### Subbloque 1.3. Salud mental

Grupo 1. Métodos y técnicas de relajación y meditación

Métodos de relajación y estiramientos.

Técnicas de meditación.

Hábitos de descanso.

Valoración de la actividad física y el deporte como componentes resolutivos de estados depresivos.

Grupo 2. Uso y abuso de la tecnología

Autogestión del tiempo de uso de la tecnología para la mejora de la salud.

Hábitos de corrección en relación con la netiqueta aplicada a la actividad física y al deporte.

## **Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física y el deporte**

Ce1, ce2, ce4, ce5

### Subbloque 2.1. Medidas preventivas y de seguridad

Protocolos, normas de seguridad y técnicas para la prevención y actuación en una situación de emergencia en nuestras prácticas y en la vida cotidiana.

Política crítica y sostenible sobre la gestión de materiales y espacios para la práctica física y deportiva.

### Subbloque 2.2. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física

Actitud proactiva respecto al 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 cuidado de contenidos.

Salidas profesionales relacionadas con la Educación Física.

#### Subbloque 2.3. Juegos y deportes

Juegos y deportes individuales, colectivos y de adversario.

Juegos y deportes inclusivos.

Organización y asistencia a acontecimientos o jornadas deportivas, torneos y competiciones deportivas.

Normativa y reglamento deportivo.

Roles deportivos: árbitro/a, organizador/a, entrenador/a, practicante, espectador/a y otros.

Valores deportivos olímpicos.

Actividades y dinámicas de animación sociocultural.

### **Bloque 3. Manifestaciones de la comunicación y de la cultura motriz**

CE1, CE2, CE3, CE4, CE5

#### Subbloque 3.1. Gestión emocional y habilidades comunicativas

Grupo 1. Gestión emocional

Control y gestión de emociones. El diálogo y la mediación.

Técnicas corporales de regulación física y emocional.

Grupo 2. Habilidades comunicativas

Habilidades comunicativas: escucha activa, negociación, asertividad y comunicación efectiva.

Gestión de grupos: estilo de liderazgo, organización y dinamización de grupos.

#### Subbloque 3.2. Elementos comunicativos y cultura artístico-expresiva

Elementos comunicativos, cultura y contracultura.

Montajes e intervenciones artístico-expresivas.

Artes escénicas.

Actividades y artes circenses.

El ritmo y el cuerpo en movimiento. Danza y baile.

Expresión corporal y sus aplicaciones.

#### Subbloque 3.3. Cultura motriz tradicional

Contribuciones del deporte a la inclusión.

La Pilota Valenciana como bien de interés cultural. Pilota como deporte profesional.

Intervenciones en el desarrollo deportivo local.

### **Bloque 4. Interacción eficiente y sostenible con el entorno**

CE1, CE4, CE5

#### Subbloque 4.1. Iniciativas y actividades saludables y sostenibles en el entorno

Evidencia científica de los beneficios de la práctica física y deportiva en el medio natural.

Medidas para reducir la huella de carbono en actividades al aire libre.

Transporte activo, seguro y sostenible.

Oportunidades del entorno para el ocio activo, seguro y sostenible. Promoción y usos creativos.

Prevención de riesgos en la práctica físico-deportiva en entornos naturales y urbanos.

Protocolos de emergencia, primeros auxilios y supervivencia.

Propuestas de mejora de la salud y la sostenibilidad con impacto en la comunidad y en el entorno.

Riqueza natural y topográfica del entorno.

#### Subbloque 4.2. Alimentación saludable y sostenible

Consumo responsable: perspectiva crítica y alternativas saludables y sostenibles.

Hábitos nutricionales saludables y sostenibles.

Nutrición deportiva.

#### Subbloque 4.3. Tecnología y medio natural

Tecnología y aplicaciones facilitadoras de la práctica física y deportiva en el medio natural, urbano y en el tiempo de ocio.

### **3. CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE E.F.**

Los criterios de evaluación abajo relacionados han sido extraídos del vigente Real Decreto 217/2022, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.

#### **3.1. Criterios de evaluación en 1ºE.S.O. Y 2º E.S.O.**

##### **Competencia específica 1**

1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.

1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.

1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.

1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

##### **Competencia específica 2**

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

### **Competencia específica 3**

3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

### **Competencia específica 4**

4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.

4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.

### **Competencia específica 5**

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.

5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

### 3.2. Criterios de evaluación en 3ºE.S.O. Y 4º E.S.O.

#### Competencia específica 1

1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.

1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.

1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.

1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.

#### Competencia específica 2

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.

#### Competencia específica 3

3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

#### **Competencia específica 4**

4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.

4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.

4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.

#### **Competencia específica 5**

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrolle.

5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

## 2.3 Criterios de evaluación de 1º Bachillerato (R.D. 243/2022)

### Competencia específica 1

1.1 Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.

1.2 Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.

1.3 Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.

1.4 Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.

1.5 Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.

### Competencia específica 2

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.

2.2 Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

2.3 Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.

### Competencia específica 3

3.1 Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.

3.2 Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.

3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.

#### **Competencia específica 4**

4.1 Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.

4.2 Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.

#### **Competencia específica 5**

5.1 Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrolle.

5.2 Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

#### **2.4 Criterios de evaluación de 2º Bachillerato (D. 108/2022)**

#### **ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD Y EL DESARROLLO PERSONAL**

**CE1. Implementar y valorar un programa de actividad física y deportiva saludable, adecuado a**

las características personales y dirigido al bienestar físico, mental y social.

5.1.1. Aplicar de manera autónoma un programa de actividad física adecuado al nivel de condición física y a las necesidades e intereses propios y valorar los componentes que contribuyen al bienestar físico, mental y social.

5.1.2. Difundir propuestas de intervención de actividades físicas y hábitos saludables, dentro y fuera del centro.

5.1.3. Identificar y valorar los componentes de un estilo de vida saludable en el ámbito educativo y el ámbito sociofamiliar, discriminando las conductas de riesgo para la salud física, mental y social.

**CE2. Planificar y promover situaciones físico-deportivas aplicando los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios adecuados.**

5.2.1. Afrontar situaciones motrices en diferentes contextos, adaptando los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios a las condiciones cambiantes de la actividad, y utilizando las habilidades sociales para la resolución de conflictos.

5.2.2. Organizar y adaptar acontecimientos recreativos y deportivos aplicando políticas sostenibles de gestión y uso de materiales e instalaciones.

5.2.3. Promover situaciones de actividad física y deportiva en diferentes contextos atendiendo a los elementos inherentes de justicia social como la participación y la igualdad de oportunidades.

**CE3. Analizar y promover proyectos de naturaleza artístico-expresiva con el uso del cuerpo y el movimiento como elementos comunicativos de la cultura motriz.**

5.3.1. Desarrollar y valorar propuestas artístico-expresivas mostrando un dominio de los elementos corporales y escénicos desde una perspectiva de género e inclusiva.

5.3.2. Organizar y practicar varias actividades motrices adoptando un comportamiento personal y social respetuoso y responsable, mostrando actitudes de empatía e inclusión ante la diversidad y autorregulando las emociones.

5.3.3. Organizar partidas y participar en la difusión de las diferentes modalidades de *Pilota Valenciana* como bien de interés cultural.

**CE4. Diseñar, adoptar y valorar actuaciones que fomentan estilos de vida saludables y sostenibles con seguridad y eco-responsabilidad dirigidos a transformar y mejorar el entorno natural y urbano.**

5.4.1. Practicar y evaluar actividades físico-deportivas inclusivas en el medio natural y urbano diseñadas con eco-responsabilidad y fomentando los estilos de vida sostenibles.

5.4.2. Promover actuaciones saludables y sostenibles para la protección, conservación y mejora del entorno natural y urbano, estableciendo relaciones con entidades relacionadas con la educación ambiental y con la sostenibilidad y evaluando su impacto en la comunidad.

5.4.3. Analizar, practicar y aplicar protocolos de seguridad y técnicas de primeros auxilios y supervivencia en contextos naturales y urbanos para controlar los riesgos intrínsecos de las actividades respecto a los equipamientos, al entorno y a la actuación e interacción de los participantes.

**CE5. Explorar y planificar actuaciones y proyectos futuros en los ámbitos personal, laboral y académico relacionados con la actividad física, con el deporte y con el ocio activo, mediante experiencias vividas y el uso de las nuevas tecnologías**

2.<sup>º</sup> Bachillerato

5.5.1.	Elaborar una propuesta en el ámbito del centro o colaborar con entidades del entorno relacionadas con la actividad física y con la salud, el deporte, las actividades artísticoexpresivas o la naturaleza, analizando las posibilidades del entorno más próximo y teniendo en cuenta la sostenibilidad.
5.5.2.	Participar en la creación y en la difusión de contenidos relacionados con escenarios de práctica activa saludable utilizando las tecnologías digitales.
5.5.3.	Cooperar en experiencias informativas de salidas académicas y laborales relacionadas con la actividad física, el deporte y el ocio activo.

## 4. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN ESO Y BACHILLERATO

La calificación de los alumnos se llevará a cabo aplicando los siguientes criterios:

1. Cada alumno será calificado globalmente en cada una de las Unidades Didácticas (U.D.) trabajadas y teniendo siempre en cuenta los criterios de evaluación referidos a esa unidad didáctica. Los criterios con los que se califica la unidad didáctica tendrán la misma ponderación. Igualmente ocurrirá con los estándares de aprendizaje evaluables.
2. Cada U. D. se calificará de 0 a 10. Esta valoración se obtendrá de la ejecución y del resultado obtenido por el alumno en las distintas pruebas de evaluación e instrumentos aplicados para tal fin.
3. En las UU.DD. de Condición Física, para la valoración del aspecto “ejecución”, en lo que se refiere a “condición física”, se considerará de manera equilibrada:
  - a) el rendimiento alcanzado
  - b) la evolución del rendimiento
4. Para la valoración de las Habilidades motrices específicas se considerará el nivel de destreza y de eficacia alcanzada en la ejecución y aplicación de las técnicas y tácticas correspondientes. Las valoraciones se harán desde referencias técnicas y tácticas que se correspondan con modelos básicos de ejecución y no con los de alto rendimiento.
5. Para la valoración del “comportamiento en juego” se considerará, atendiendo a los contenidos y criterios de evaluación propios del área, no solo el nivel de eficiencia, también aquellos aspectos del juego que tienen que ver con la aplicación de conocimientos teóricos (funciones, reglamento, etc.) y con las actitudes personales hacia el juego y los compañeros /adversarios (esfuerzo, no discriminación, etc.)
6. Para la valoración de los “Procedimientos específicos” (ayudas, arbitraje, cronometrar, control del pulso, etc.) se tendrá en cuenta la actitud del alumno hacia su aplicación y el nivel de destreza evidenciado en su realización.
7. La valoración del trabajo personal se llevará a cabo a través de los indicadores correspondientes: asistencia, participación activa, realización de tareas, etc.
8. La calificación expresada en las distintas Evaluaciones tendrá carácter continuo, y se corresponderá con la media ponderada de las calificaciones obtenidas en las U. D. desarrolladas desde el principio de curso hasta el momento de la Evaluación incluidas las correspondientes recuperaciones, según el tiempo de enseñanza dedicada a cada una y su carga de contenidos.
9. Para obtener una calificación positiva, parcial o final, no es necesario que los alumnos hayan acreditado suficiencia en cada una de las Unidades Didácticas o evaluaciones.

10. No obstante el criterio anterior, no se valorará positivamente a ningún alumno que no alcance la calificación mínima de “4” en alguna U.D. para poder realizar la media con las otras UUDD de la evaluación.
11. La entrega de algunos trabajos o libretas que el profesorado haya pedido en cada evaluación podrá ser requisito fundamental para aprobar la asignatura.
13. Es necesario que demuestren una correcta actitud en la asignatura, respetando a los compañeros, al profesorado, al material, etc. Si no consiguen un 5 en la parte actitudinal suspenderán la evaluación.
14. La asistencia a clase constituye un requisito obvio de participación. Esta participación se considera fundamental para la asimilación de los contenidos y la adquisición de los aprendizajes propios de esta asignatura. Es por ello que la inasistencia a clase, independientemente de los motivos que la originen, repercutirá negativamente en la calificación del alumno a través de las siguientes vías:
  - a) En la valoración correspondiente a “actitud y trabajo personal en clase”.
  - b) En la calificación correspondiente a las pruebas no realizadas con motivo de una ausencia no justificada.
  - c) En su caso, en la aplicación del criterio de “abandono de asignatura” previsto en el P.C. de Centro.
  - d) Tres retrasos suponen una falta.

El Departamento de Educación Física considera **“abandono de la asignatura”** los siguientes motivos;

- Faltas de asistencia continuadas y no justificadas. El 20% de faltas por evaluación (que corresponde a 6 faltas por evaluación en la ESO, 9 en 1º Bachillerato y 12 en la optativa de 2º de Bachillerato) supone tener suspensa la evaluación.
- Actitud negativa **reiterada** hacia la asignatura (no traer la vestimenta adecuada, no participar en las clases, no presentar trabajos o cuaderno, comportamiento inadecuado, falta de respeto hacia el profesor/a o compañeros/as.)

**Nota importante:** Para aprobar la evaluación será necesario obtener una puntuación de 5 en la media ponderada de las unidades didácticas de cada evaluación, siempre que no se obtenga en ninguna de ellas menos de un 4, se asista regularmente, trabajando con una actitud adecuada, es decir, debe obtener un 5 mínimo en el apartado actitudinal, y se hayan entregado todos los trabajos teóricos, materiales o libretas fundamentales para aprobar la asignatura. En caso contrario, la evaluación estará automáticamente suspensa independientemente de la nota media obtenida.

#### 4.1 Criterios de evaluación y calificación en la evaluación extraordinaria

Cuando se haga entrega del certificado de notas en junio se comunicará al alumnado con la asignatura suspensa las actividades de recuperación para realizar en la convocatoria de julio. El docente que les ha impartido clase les comunicará si tienen que entregar en julio algún tipo de trabajo escrito, así como el temario sobre el que versará el examen. De igual forma se les comunicará los posibles ejercicios prácticas de los que también tendrán que examinarse.

En esta misma línea se les recordará los criterios de evaluación mínimos que deberán superar en julio para aprobar la asignatura. Se le valorará con los criterios de evaluación utilizados en la evaluación ordinaria.

#### 4.2 Criterios de Recuperación

##### 4.2.1 Alumnado con alguna evaluación suspensa

En cuanto a la recuperación, consideramos que está inmersa en el propio proceso de aprendizaje, planteándose actividades de refuerzo o tareas para mejorar aquellos aspectos más deficitarios en los alumnos. Las técnicas que emplearemos para llevar a cabo esta recuperación podrán ser en forma de:

- a) Práctica Motriz: mediante ejercicios prácticos de aquellas habilidades o tareas motrices donde el alumno no haya alcanzado los mínimos requeridos.
- b) Mediante Trabajos Escritos: Si el alumno no alcanza mediante los ejercicios prácticos correspondientes los mínimos exigidos se le pedirá la elaboración de un trabajo escrito que guarde relación con las habilidades motrices que no ha superado.
- c) Mediante Exámenes escritos: Dependiendo de los contenidos trabajados en cada evaluación y de las deficiencias mostradas por el alumno en cuestión se le podrá recuperar una evaluación.
- d) Puntuación mediante una prueba escrita.

##### 4.2.2 Alumnado lesionado

De cada unidad que inicien el resto de los compañeros/as, y ellos se mantengan de baja por lesión o enfermedad se les propondrá un trabajo, fundamentalmente teórico o un trabajo físico alternativo si es que no están imposibilitados para todo tipo de ejercicio físico. En cualquier caso, deberán anotar

lo que se hace en cada clase y entregar al profesor la sesión copiada en la siguiente clase. Se valorará positivamente que durante el periodo de convalecencia colaboren y participen en lo que puedan.

#### **4.2.3 Alumnado con la asignatura pendiente de otros cursos**

Los profesores que imparten docencia a esos alumnos con la asignatura pendiente son los encargados de comunicarles, recordarles e informarles de cómo pueden recuperar la asignatura. De igual forma serán ellos los encargados de llevar su evaluación y comunicarle dicho resultado al jefe de departamento para su actualización en las correspondientes actas.

En el caso de alumnos con la asignatura de Educación Física pendiente de cursos anteriores, planteamos diferentes formas de que pueda recuperar la asignatura:

Si aprueba las dos primeras evaluaciones de Educación Física del nivel que está cursando, pasará a aprobar automáticamente la asignatura del curso anterior. Si no es el caso tendrá que realizar las siguientes pruebas.

##### **PRUEBAS PARA LA SUPERACIÓN DE LAS UNIDADES O CURSO PENDIENTES.**

###### **PRUEBA 1**

Presentación de un trabajo por cada trimestre no apto determinado por el Departamento.

Superada la prueba 1, podrá pasar a la prueba 2.

Si no es superada, el alumno será considerado NO APTO

###### **PRUEBA 2**

Examen teórico de todos los contenidos del curso o de aquellos que determine el profesor el profesor por ser los más importantes.

Si el departamento lo considera se podrá realizar una tercera prueba.

###### **PRUEBA 3**

Presentación a las pruebas prácticas correspondientes a las unidades o cursos suspendidos o de aquellos que el profesor haya determinado.

**No obtener en cada una de las pruebas un mínimo de 4 o no obtener un 5 de media en las pruebas realizadas supondría suspender la asignatura.**

## 5. TEMPORALIZACIÓN

Para finalizar, aquí se detalla la temporalización de las UUDD que se llevará a cabo a lo largo de los cursos 1º de E.S.O., 3º de E.S.O. y 1º Bachillerato, conforme a la nueva legislación vigente.

### 5.1 Unidades didácticas 1º ESO

#### Primera evaluación

Calentamiento general

UD Condición Física: resistencia, velocidad, fuerza, flexibilidad.

UD Atletismo: paso de vallas, lanzamiento de peso, triple salto.

Danzas del mundo

---

#### Segunda evaluación

Pilota valenciana

Bádminton

Campeonato Pilota valenciana

Deporte alternativo: kinball

---

#### Tercera evaluación

Orientación + Nutrición

Primeros auxilios

Fútbol

Ultimate

Deporte adaptado: boccia

---

### 5.2 Unidades didácticas 2º ESO

#### Primera evaluación

Calentamiento general

UD Condición Física: resistencia, velocidad, fuerza, flexibilidad.

UD Combas: individual y coreografía.

Dep. alternativo: tchoukball

---

#### Segunda evaluación

Campeonato Pilota valenciana

Habilidades gimnásticas

Deporte adaptado

Xecball

---

#### Tercera evaluación

Malabares + baile

Dep. alternativo: kinball

Orientación + Nutrición

Primeros auxilios

Voleibol

---

### 5.3 Unidades didácticas 3º ESO

#### Primera evaluación

Calentamiento específico

UD Condición Física: resistencia, velocidad, fuerza, flexibilidad.

Deporte adaptado

---

#### Segunda evaluación

Acrogimnasia

Campeonato Pilota valenciana

Baloncesto

Orientación

---

#### Tercera evaluación

Primeros auxilios

Expresión corporal

Voleibol

Kinball o tchoukball

---

### 5.4 Unidades didácticas 4º ESO

#### Primera evaluación

Calentamiento específico

UD Condición Física: resistencia, velocidad, fuerza, flexibilidad.

UD Combas: individual y coreografía.

Dep. alternativo: tchoukball

---

#### Segunda evaluación

Campeonato Pilota valenciana

Deporte adaptado

Balonmano

Dep. alternativo: kinball

---

#### Tercera evaluación

Orientación + Nutrición

Malabares + baile

Primeros auxilios

Voleibol

## 5.5 Unidades Didácticas 1º Bachillerato

### Primera evaluación

Calentamiento específico

UD Condición Física: resistencia, velocidad, fuerza, flexibilidad.

Balonmano

Yoga y técnicas de relajación

---

### Segunda evaluación

Campeonato Pilota valenciana

Acrosport

Bádminton

Baloncesto

Deportes alternativos

---

### Tercera evaluación

Orientación

Voleibol

Ultimate

Primeros auxilios

Deportes alternativos

---

## 5.6 Unidades Didácticas 2º Bachillerato

### Primera evaluación

Calentamiento específico

UD Condición Física: resistencia, velocidad, fuerza, flexibilidad.

Deportes de raqueta

Proyecto: “Dinamización de patios”

Técnicas de relajación y respiración

---

### Segunda evaluación

Campeonato Pilota valenciana

Baloncesto/Balonmano

Tchoukball

Deportes alternativos

Proyecto: “Dinamización de patios”

Técnicas de relajación y respiración

---

### Tercera evaluación

Orientación  
Voleibol  
Deporte alternativo (kinball, dodgeball...)  
Primeros auxilios  
Campeonatos deportivos

---

A pesar de que los saberes se presentan como cerrados, deberemos atender a la premisa de que el currículo es abierto y flexible. Así pues, dichos saberes podrán variar debido a las características de los alumnos, del centro, de la disposición de instalaciones, de la climatología, del material, etc.