



IES Sierra de la Grana

Jamilena

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

DEPARTAMENTO:	EDUCACIÓN FÍSICA
MATERIA:	EDUCACIÓN FÍSICA
NIVEL:	3º ESO
PROFESORADO:	ALBERTO PAREJO

1. ELEMENTOS DEL CURRÍCULO.

BLOQUE DE CONTENIDOS: Salud y Calidad de Vida

OBJETIVOS DE MATERIA

1. Valorar e integrar los **efectos positivos de la práctica regular y sistemática** de actividad física saludable y de una **alimentación sana y equilibrada** en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la **mejora de la salud** y la calidad de vida.
3. Desarrollar y consolidar **hábitos de vida saludables**, prácticas de **higiene postural** y técnicas básicas de **respiración** y **relajación** como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4. Participar en la **planificación y organización de actividades físicas**, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5. Identificar las diferentes **partes de una sesión de actividad física**, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
8. Identificar, prevenir y controlar las **principales lesiones y riesgos** derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los **protocolos de actuación** ante situaciones de **emergencia**.
10. Desarrollar la **capacidad crítica** respecto al tratamiento del **cuerpo** y de cualquier **práctica social y/o actividad física**, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
12. **Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación** para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
<ul style="list-style-type: none"> • Valoración y fomento de la práctica habitual de la actividad física para la mejora de la propia condición física y motriz, y de la calidad de vida. <ul style="list-style-type: none"> • Características de las actividades físicas saludables. • Reconocimiento de los efectos positivos de la actividad física sobre los aparatos y sistemas del cuerpo humano y los riesgos y contraindicaciones de la práctica física. • Fomento y práctica de la higiene personal y los hábitos de vida saludables. • La responsabilidad y el respeto a las normas y a las demás personas como elementos determinantes en la consecución de objetivos grupales y la convivencia pacífica. • Actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física en el contexto social actual. • El fomento de los desplazamientos activos. 	<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p> <p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de</p>	<p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p> <p>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.</p> <p>9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el</p>

<ul style="list-style-type: none"> ● La alimentación, la actividad física y la salud. <ul style="list-style-type: none"> ● Los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física. ● La recuperación tras el esfuerzo. Técnicas de recuperación. <ul style="list-style-type: none"> ● Ejecución de métodos y técnicas de relajación como medio para liberar tensiones. ● Actitud crítica con las prácticas que tienen efectos negativos para la salud. <ul style="list-style-type: none"> ● Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc. ● Prácticas de los fundamentos de higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones. ● Elaboración y puesta en práctica de calentamientos aplicados a una actividad física específica. ● Protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. Norma P.A.S., soporte vital básico. ● Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. 	<p>las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.</p>	<p>ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p> <p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p> <p>10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>
--	---	--

BLOQUE DE CONTENIDOS: Condición Física y Motriz		
OBJETIVOS DE MATERIA		
<p>2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.</p>		
CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

<ul style="list-style-type: none"> Las capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas. <ul style="list-style-type: none"> Procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física y motriz. Pruebas para medir las capacidades físicas y las capacidades motrices. Práctica autónoma de métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices enfocados hacia la salud y la vida activa. La condición física y motriz y su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor. Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. 	<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p> <p>5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA.</p>	<p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>
---	---	---

BLOQUE DE CONTENIDOS: Juegos y Deportes		
OBJETIVOS DE MATERIA		
<p><i>7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.</i></p>		
<p><i>11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.</i></p>		
CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
<ul style="list-style-type: none"> Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas. Deportes de raqueta como por ejemplo: bádminton, pádel, tenis de mesa, palas, etc. <ul style="list-style-type: none"> Los golpeos. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos y predeportivos. 	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>3. Resolver con éxito situaciones motrices de</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida,</p>

<ul style="list-style-type: none"> ● La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. <ul style="list-style-type: none"> ● Puestos específicos. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. ● Situaciones reales de juego. ● Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. <ul style="list-style-type: none"> ● Análisis de situaciones del mundo deportivo real. ● Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. ● Procedimientos básicos de evaluación de la propia ejecución con respecto a un modelo técnico táctico. ● La actividad física y la corporalidad en el contexto social. ● El interés y la motivación como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas. ● Orígenes del deporte e historia de los Juegos Olímpicos. <ul style="list-style-type: none"> ● El deporte en Andalucía. 	<p>oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.</p>	<p>mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades. (2º,3º)</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p> <p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físicodeportivas.</p> <p>8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físicodeportivas.</p>
---	--	--

BLOQUE DE CONTENIDOS: Expresión Corporal
OBJETIVOS DE MATERIA
<p>6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.</p> <p>11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.</p>

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
<ul style="list-style-type: none"> ● Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. <ul style="list-style-type: none"> ● El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. ● Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. <p>Propuestas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Creación y puesta en práctica de secuencias de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. ● Improvisación individual y colectiva como medio de comunicación espontánea. ● Participación creativa en montajes artístico-expresivos y ajustada a la intencionalidad de estos. ● El baile y la danza como manifestación artístico-expresiva. ● Ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectivos, como por ejemplo bailes de salón, danzas del mundo, bailes latinos, etc. ● Creación en colaboración y ejecución de composiciones coreográficas individuales y colectivas con apoyo de una estructura musical. <ul style="list-style-type: none"> ● Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal. 	<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.</p> <p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p>

BLOQUE DE CONTENIDOS: Actividades Físicas en el Medio Natural		
OBJETIVOS DE MATERIA		
<p><i>9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.</i></p> <p><i>10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.</i></p>		
CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

<ul style="list-style-type: none"> ● Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. <ul style="list-style-type: none"> ● Técnicas de progresión en entornos no estables. ● Técnicas básicas de orientación. ● Elección de ruta, lectura continua, relocalización. ● Actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, con cuerdas, cabuyería, etc. ● Estudio de la oferta de actividades y aprovechamiento de las posibilidades que ofrece el entorno cercano para la realización de actividades físicas. ● Fomento de medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. ● Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo. 	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.</p> <p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.</p> <p>11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p> <p>8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.</p> <p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. (1º,2º,3º)</p> <p>9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable (3º)</p>
---	--	---

Competencias Clave: Comunicación lingüística (CCL) / Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT) / Competencia digital (CD) / Aprender a aprender (CAA) / Competencias sociales y cívicas (CSC) / Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP) / Conciencia y expresiones culturales (CEC)

2. RELACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS Y TEMPORALIZACIÓN

Nº UNIDAD	TÍTULO	Nº SESIONES
------------------	---------------	--------------------

PRIMERA EVALUACIÓN

1	Condición física orientada hacia la salud: Resistencia aeróbica , F-R y Flex	8
2	Capacidades coordinativas: Malabares	4
3	Aspectos saludables en AF: Higiene postural , Nutrición y 1º auxilios	6
Sesiones totales 1ª Eval:		

SEGUNDA EVALUACIÓN

4	Senderismo y Bases de la Escalada como AFMN	2
5	Baloncesto: Principios Tácticos y Trabajo Rítmico	10
6	Kinball: Nivel II	6
Sesiones totales 2ª Eval:		

TERCERA EVALUACIÓN

7	Deportes raqueta y pala	4
8	Danzas Aeróbicas: Coreografía y Merengue	5
9	Dramatización I	5
10	Deportes alternativos y con Material autoconstruido	4
Sesiones totales 3ª Eval:		

SESIONES TOTALES DEL CURSO:

3. INSTRUMENTOS / CRITERIOS DE EVALUACIÓN / CRITERIOS DE CALIFICACIÓN (PONDERACIÓN)**Procedimientos e Instrumentos de evaluación**

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Prueba escrita• Prueba practica• Tareas de clase• Trabajos• Cuaderno de Aprendizaje | <ul style="list-style-type: none">• Escala de observación.• Lista de control• Registro anecdótico• Rúbricas• Registro de encuestas |
|---|--|

¿Qué es lo que el alumno/a debe haber aprendido al finalizar 3º ESO?**CRITERIOS DE EVALUACION 3º ESO****Peso %**

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. (CMCT, CAA, CSC, SIEP)

10

2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. (CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC)

10

3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. (CMCT, CAA, CSC, SIEP)

10

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. (CMCT, CAA)

10

5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. (CMCT, CAA)

10

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. (CMCT, CAA, CSC)

5

7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. (CAA, CSC, SIEP)

15

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. (CMCT, CAA, CSC)

10

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. (CCL, CSC)	15
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. (CCL, CD, CAA)	5

3.1. INSTRUMENTOS Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN EN LA EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA.

Para la Evaluación Extraordinaria se analizarán los CRITERIOS DE EVALUACIÓN no adquiridos durante el curso y en consecuencia se concretarán las **EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE A ENTREGAR**, así como los **INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN** adecuados para la comprobación de la superación de los mismos, según el caso concreto de cada alumno/a.

<u>Instrumentos de evaluación</u> Cada uno en su caso concreto y de forma general se propone:	% Calificación
Actitud general: - Se valorará la predisposición e interés mostrado en el cumplimiento de las tareas indicadas durante el periodo de verano, así como las dudas planteadas y materiales pedidos al profesor.	10%
Cuaderno diario de clase: - Completar el cuaderno de sesiones de todo el curso. Para ello se entregará al alumno (siempre que él lo pida), materiales que le falten y resumen de sesiones.	40%
Pruebas escritas: - Preparación de una prueba escrita del curso entero o de las evaluaciones pendientes, si no la ha superado previamente, con la revisión del material y sesiones que se reflejan en el cuaderno.	20%
Pruebas prácticas: - Preparación de una o varias pruebas practicas , que coincidirán con aquella/s que no han sido superadas durante la evaluación correspondiente.	10%
Trabajos y Tareas (en clase, en casa, en grupo, individuales): - Realizar uno o varios trabajos teóricos , que coincidirán en la mayoría de casos con los trabajos ya enviados para el 1º, 2º y/o 3º trimestre. Concretamente realizará aquel que no haya realizado o que no había superado en su momento.	20%