



IES Sierra de la Grana

Jamilena

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

DEPARTAMENTO:	EDUCACIÓN FÍSICA
MATERIA:	EDUCACIÓN FÍSICA
NIVEL:	4º ESO
PROFESORADO:	ALBERTO PAREJO

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"> ● Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva. <ul style="list-style-type: none"> ● La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. ● El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas. ● Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc. ● Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. ● La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas. <ul style="list-style-type: none"> ● La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza. ● Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma 	<p>4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA.</p> <p>6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. CMCT, CAA, CSC.</p> <p>8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal</p>	<p>4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.</p> <p>4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.</p> <p>4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.</p> <p>4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.</p> <p>6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.</p> <p>6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte</p>

<p>en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma. ● Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas. ● Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. <ul style="list-style-type: none"> ● Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana. <p>Formas de desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc. ● Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. ● Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso. ● Análisis crítico de la información e ideas en los deportes y en entornos apropiados. 	<p>entendida. CAA, CSC, CEC.</p> <p>10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes. CCL, CSC.</p> <p>11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas. CCL, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. CCL, CD, CAA.</p>	<p>principal.</p> <p>6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.</p> <p>8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.</p> <p>8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.</p> <p>8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.</p> <p>10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.</p> <p>10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.</p> <p>10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.</p> <p>11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.</p> <p>11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.</p> <p>12.1. Busca, procesa y analiza críticamente</p>
---	--	---

		<p>informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.</p> <p>12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.</p> <p>12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.</p>
--	--	---

BLOQUE DE CONTENIDOS: Condición Física y Motriz		
OBJETIVOS DE MATERIA		
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.		
CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
<ul style="list-style-type: none"> ● Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud. ● La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz. ● Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas. ● Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física. 	<p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.</p> <p>CMCT, CAA.</p> <p>11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas. CCL, CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</p> <p>5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.</p> <p>5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.</p> <p>5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.</p> <p>11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.</p> <p>11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras</p>

		en los trabajos en grupo.
--	--	---------------------------

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"> ● Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas. ● Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos. ● Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración-oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambiando de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc. <ul style="list-style-type: none"> ● La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones. ● Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices. ● Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores. Las características de cada participante. Los factores presentes en el entorno. ● Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo 	<p>1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas. CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.</p> <p>1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.</p> <p>3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.</p> <p>3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.</p> <p>3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.</p> <p>3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones</p>

<p>largo de la etapa.</p> <p>Actitudes necesarias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. • Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como de de espectador o espectadora. • La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico-deportivas. 	<p>8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. CAA, CSC, CEC.</p> <p>11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas. CCL, CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.</p> <p>3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.</p> <p>3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.</p> <p>7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.</p> <p>7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.</p> <p>7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.</p> <p>8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.</p> <p>8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.</p> <p>8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.</p> <p>11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.</p> <p>11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras</p>
---	---	--

		en los trabajos en grupo.
--	--	---------------------------

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"> • Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal. • Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas. • Diseño y realización de los montajes artístico-expresivos como por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc. 	<p>2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.</p> <p>11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas. CCL, CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.</p> <p>2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.</p> <p>11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.</p>

BLOQUE DE CONTENIDOS: Actividades Físicas en el Medio Natural		
OBJETIVOS DE MATERIA		
<p>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.</p> <p>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.</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, como por ejemplo: escalada, vela, kayaks, etc. <ul style="list-style-type: none"> ● Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía. ● Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural. ● Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura. ● Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura. ● Actitudes: <ul style="list-style-type: none"> ● Fomento de los desplazamientos activos. Sensibilización de los efectos de las diferentes actividades físicas realizadas en el medio natural y su relación con la forma de vida, la salud y la calidad de vida. ● La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes. ● Fomento de hábitos y actitudes de conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano. 	<p>1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno. CMCT, CAA, CSC.</p> <p>10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes. CCL, CSC.</p> <p>13. 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>1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.</p> <p>9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.</p> <p>9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.</p> <p>9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.</p> <p>10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.</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	AFMN y Urbano: Orientación, Senderismo y AF en entornos cercanos	12
2	Concursos deportivos AF organizada en el Recreo	A lo largo de todo el curso (Nov a Junio)
3	CF Salud: ¡Supera tu propio “Reto”!	10
		Sesiones totales 1ª Eval:
SEGUNDA EVALUACIÓN		
4	Mitos y falsas creencias en la práctica deportiva	Durante todo el 2º trim
5	Entrenamiento de la táctica en los deportes colectivos	8
6	Escalada	6
		Sesiones totales 2ª Eval:
TERCERA EVALUACIÓN		
7	Gimnasia y Acrosport II	8
8	Deportes adaptados	3
9	Deportes y Juegos Alternativos y con material autoconstruido	6
		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• Site de google (Portfolio digital) | <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 4º ESO?**CRITERIOS DE EVALUACION 4º ESO****Peso
%**

1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión. (CMCT, CAA, CSC, SIEP)

10

2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. (CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC)

10

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos. (CMCT, CAA, CSC, SIEP)

5

4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. (CMCT, CAA)

10

5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud. (CMCT, CAA)

10

6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. (CMCT, CAA, CSC)

5

7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas. (CAA,CSC, SIEP)

5

8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. (CAA, CSC, CEC)

5

9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno. (CMCT, CAA, CSC)

10

10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes. (CCL, CSC)	10
11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas. (CCL, CAA, CSC, SIEP)	10
12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL, CD, CAA)	10

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.

Evidencia e Instrumentos de evaluación: De forma general se propone la entrega o comprobación de:

Rúbrica de valoración de la Actitud hacia el aprendizaje:

Se valorará la predisposición e interés mostrado en el cumplimiento de las tareas indicadas durante el periodo de recuperación, así como las dudas planteadas y materiales pedidos al profesor.

Cuaderno de clase: SITE DE GOOGLE:

Completar SU DIARIO DE APRENDIZAJE de todo el curso o la parte que tenga pendiente.

Pruebas prácticas:

Preparación de una o varias pruebas practicas, que coincidirán con aquella/s que no han sido superadas durante la evaluación correspondiente.

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.