

ANEXO PROGRAMACIÓN COVID-19

CURSO 2021/2022



Departamento Educación Física.
Dúrcal
10-11-2021

- INTRODUCCIÓN

Este anexo responde a las medidas que adoptara nuestro departamento, en el caso de que confinen a los alumnos/as, profesor/res, por prescripción, en relación con la pandemia Covid-19.

En acuerdo de claustro, se optó por unificar las plataformas dónde se atenderá al alumnado, y se **usará Moodle centros**. En esta plataforma se subirán tanto los apuntes, como tareas y cualquier material que consideremos oportuno, para facilitar el proceso de enseñanza- aprendizaje a nuestro alumnado.

En acuerdo de departamento hemos optado por aquellos elementos curriculares en concreto contenidos, que podemos desarrollar desde nuestra materia, on-line. En concreto hemos priorizado tanto los criterios de evaluación, como los objetivos, hacia aquellos nucleares y básicos que se referirá a los contenidos: **Actividad física y Salud**. Consideramos que, en esta modalidad de formación, son los contenidos que más necesarios son y se adecuan a la situación actual.

- SECUENCIACIÓN, CONCRECIÓN Y DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN, CONTENIDOS, METODOLOGÍA y ACTIVIDADES RELACIONADAS

A) SECUENCIACIÓN, CONCRECIÓN Y DISTRIBUCIÓN DE LOS CONTENIDOS EN UNIDADES DIDÁCTICAS. -

A.1) UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO

TÍTULO DE LA UNIDAD		CONDICIÓN FÍSICA, SALUD Y CALIDAD DE VIDA 1
TEMPORALIZACIÓN		1ª EVALUACIÓN
N.º SESIONES		
		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. 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

<p>OBJETIVOS</p>	<p>activo.</p> <p>3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludable, 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.</p> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</p>		
	<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN.</p>	<p>ESTÁNDAR ES DE APRENDIZAJE EVALUABLE S. GRADUACIÓN</p>	<p>BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS</p>
<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>PONDERACIÓN: 16,6%</p>	<p>4.1 Analiza la implicación de las CFB y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas. ÓPTIMO</p> <p>4.3 Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva. ÓPTIMO</p> <p>4.6 Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adaptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos sobre la salud.</p>	<p>Bloque 1: Salud y calidad de vida.</p> <p>Bloque 2: Condición física y motriz</p>	<p>- La valoración de la condición física: datos antropométricos, test de condición física (balón medicinal, flexión profunda del cuerpo, índice de Ruffier, salto horizontal, circuito de agilidad, flexión anterior de tronco, carrera continua).</p> <p>- Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria.</p> <p>- Técnicas básicas de respiración y relajación. - Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.</p>

<p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p> <p>Ponderación: 16,6%</p>	<p>ÓPTIMO</p> <p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para ampliar su conocimiento y/o elaborar documentos (texto, presentación, imagen, video, sonido,) sobre contenidos de la Educación Física</p> <p>10.2. Emplea un adecuado proceso de búsqueda y procesamiento de la información compartiendo producciones propias.</p>		<p>Todos contenidos</p>
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN.</p>	<p>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES - GRADUACIÓN</p>	<p>BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS</p>	<p>CONTENIDOS</p>
<p>5. Desarrollar las CFB de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.</p> <p>PONDERACIÓN: 16'6%</p>	<p>5.1 Participa activamente en la mejora de las CFB desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo BÁSICO.</p> <p>5.2 Alcanza niveles de CF acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades</p> <p>DESEABLE</p>	<p>Bloque 2: Condición física y motriz</p>	<p>- Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices. Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud. Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices. La carrera continua como medio de entrenamiento de la resistencia.</p>
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la</p>	<p>6.2</p> <p>Prepara calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma</p>		<p>- La estructura de la sesión de Educación Física.</p>

<p>sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p> <p>PONDERACIÓN: 16%</p>	<p>y habitual. ADECUADO</p> <p>Realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>BÁSICO</p>	<p>Bloque 1: Salud y calidad de vida.</p>	<p>- El calentamiento general y su significado en la práctica de la actividad física. La importancia de la vuelta a la calma.</p> <p>- Vestimenta, higiene e hidratación, en la práctica de ejercicio físico</p>		
<p>METODOLOGÍA</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades. - Metodología asignación de tareas e instrucción directa 				
<p>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. Relación con los criterios de evaluación 5 6 y 10. - Tareas asignadas en la plataforma Moodle: cuestionarios, trabajos monográficos, exámenes. Relación con los criterios de evaluación 4 ,5, 6 y 10. - Pruebas de índole práctica: Realización de trabajo práctico: circuitos, track de recorridos... criterios 10 ,5 				
<p>TÍTULO DE LA UNIDAD</p>		<p>JUEGOS Y DEPORTES 1</p>			
<p>TEMPORALIZACIÓN</p> <table border="1" data-bbox="240 1451 529 1601"> <tr> <td data-bbox="240 1451 432 1601"> <p>N.º SESIONES</p> </td> <td data-bbox="432 1451 529 1601"></td> </tr> </table>		<p>N.º SESIONES</p>		<p>2ª/ 3ª EVALUACIÓN</p>	
<p>N.º SESIONES</p>					
<p>OBJETIVOS</p>		<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> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</p> <p>7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.</p>			

CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	ESTÁNDAR ES DE APRENDIZA JE EVALUABLE S. GRADUACI ÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS
<p>1-Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas del Yoga, malabares</p> <p>PONDERACIÓN: 16,6%</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p> <p>PONDERACIÓN: 16,6%</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas BÁSICO</p> <p>1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. ÓPTIMO</p> <p>1.4 Mejora su nivel de ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación. DESEABLE</p> <p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para ampliar su conocimiento y/o elaborar documentos (texto, presentación, imagen, vídeo, sonido,) sobre contenidos de la Educación Física</p> <p>10.2 Emplea un adecuado proceso de búsqueda y procesamiento de la información compartiendo</p>	<p>BLOQUE 3: JUEGOS Y DEPORTES</p> <p>Todos contenidos</p>	<p>Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas del yoga, malabares, comba</p>

	producciones propias.		
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p> <p>16'6%</p> <p>PONDERACIÓN: 33%</p>	<p>6.2</p> <p>Prepara calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. ADECUADO</p> <p>Realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>BÁSICO</p>	<p>BLOQUE 1: SALUD Y CALIDAD DE VIDA</p>	<p>El calentamiento general y específico su significado en la práctica de la actividad física. Su relación con la prevención de lesiones deportivas. La importancia de la vuelta a la calma.</p>
<p>METODOLOGÍA</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades. 		
<p>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. Relación con los criterios de evaluación 5 6 y 10. - Tareas asignadas en la plataforma Moodle: cuestionarios, trabajos monográficos, exámenes. Relación con los criterios de evaluación 4 ,5, 6 y 10. - Pruebas de índole práctica: malabares, comba.... Relación criterios de evaluación 1 y 10. 		
<p>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES</p>	<ul style="list-style-type: none"> - No procede 		

RELACIONADAS.	
----------------------	--

TÍTULO DE LA UNIDAD		ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL 1		
TEMPORALIZACIÓN		3ª EVALUACIÓN		
N.º SESIONES				
OBJETIVOS		<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> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</p> <p>7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas practicadas en el medio natural.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.		ESTÁNDAR ES DE APRENDIZAJE EVALUABLES. GRADUACIÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS
<p>8- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p> <p>PONDERACIÓN: 16,6%</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y</p>		<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. DESEABLE</p> <p>8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas. BÁSICO</p> <p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y</p>	BLOQUE 4: ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL	<p>Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos</p>

<p>seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p> <p>PONDERACIÓN: 16'6%</p>	<p>la Comunicación para ampliar su conocimiento y/o elaborar documentos (texto, presentación, imagen, video, sonido,) sobre contenidos de la Educación Física</p> <p>10.2 Emplea un adecuado proceso de búsqueda y procesamiento de la información compartiendo producciones propias.</p>		<p>para la realización de actividades físicas recreativas.</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.</p> <p>PONDERACIÓN: 16'6%</p>	<p>6.2</p> <p>Prepara calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>ADECUADO</p> <p>Realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>BÁSICO</p>	<p>BLOQUE 1: SALUD Y CALIDAD DE VIDA</p>	<p>. La importancia de la vuelta a la calma, ejercicios de estiramiento y relajación.</p>
<p>METODOLOGÍA</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. 		

	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades. - Metodología instrucción directa, asignación de tareas.
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas y prácticas. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. Relación con los criterios de evaluación 6 y 8. - Pruebas de índole práctica: Realización de un sendero Relación con el criterio de evaluación 8. - Recoger información respecto a intensidad del sendero, recorrido en distancia, dificultad, mediante apps y su posterior integración en procesadores de texto.
ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES RELACIONADAS.	-No procede

A.2) UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO. -

TÍTULO DE LA	CONDICIÓN FÍSICA, SALUD Y CALIDAD DE VIDA 2
---------------------	--

UNIDAD			
TEMPORALIZACIÓN		1ª EVALUACIÓN	
N.º SESIONES			
OBJETIVOS		<p>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.</p> <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> <p>3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludable, 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.</p> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</p>	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES. GRADUACIÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS
<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>PONDERACIÓN: 16,6%</p>	<p>4.1 Analiza la implicación de las CFB y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas. ÓPTIMO</p> <p>4.3 Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica</p>	<p>Bloque 1: Salud y calidad de vida.</p>	<p>- La valoración de la condición física: datos antropométricos, test de condición física (balón medicinal, flexión profunda del cuerpo, índice de Refiere, salto horizontal, circuito de agilidad, flexión anterior de tronco, carrera continua).</p> <p>- Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el</p>

	<p>deportiva. ÓPTIMO</p> <p>4.6 Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adaptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos sobre la salud. ÓPTIMO</p>	<p>Bloque 2: Condición física y motriz</p>	<p>desarrollo de la condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria.</p> <p>- Técnicas básicas de respiración.</p> <p>- Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana</p>
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN.</p>	<p>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES. GRADUACIÓN</p>	<p>BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS</p>	<p>CONTENIDOS</p>
<p>5. Desarrollar las CFB de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.</p> <p>PONDERACIÓN: 16,6%</p>	<p>5.1 Participa activamente en la mejora de las CFB desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo BÁSICO.</p> <p>5.2 Alcanza niveles de CF acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades DESEABLE</p>	<p>Bloque 2: Condición física y motriz</p>	<p>-Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.</p> <p>-Indicadores de la intensidad de esfuerzo. Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz.</p> <p>- Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable. Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las</p>

			condiciones de salud. - Control de la intensidad de esfuerzo.
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p> <p>PONDERACIÓN: 16,6</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p> <p>PONDERACIÓN: 16'6%</p>	<p>6.2 Prepara calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. ADECUADO</p> <p>Realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. BÁSICO</p> <p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para ampliar su conocimiento y/o elaborar documentos (texto, presentación, imagen, video, sonido,) sobre contenidos de la Educación Física</p> <p>10.2. Emplea un adecuado proceso de búsqueda y procesamiento de la información compartiendo producciones propias.</p>	<p>Bloque 1: Salud y calidad de vida.</p> <p>Todos contenidos</p>	<p>- El calentamiento general y específico su significado en la práctica de la actividad física. Su relación con la prevención de lesiones deportivas. La importancia de la vuelta a la calma.</p> <p>- Vestimenta, higiene e hidratación, en la práctica de ejercicio físico.</p> <p>- Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud.</p> <p>- Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.</p> <p>- La igualdad en el ámbito la actividad física.</p>
METODOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología instrucción directa, estilo de enseñanza asignación de tareas. 		
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU	<p>Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. Relación con los criterios de evaluación 5 y 10.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tareas asignadas en la plataforma Moodle: 		

RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>questionarios, trabajos monográficos, exámenes. Relación con los criterios de evaluación 4 ,5, 6 y 10.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pruebas de índole práctica: Realización de trabajo práctico: circuitos, trac de recorridos... criterios 10 ,5, que deberán anexar a Moodle.
---	---

TÍTULO DE LA UNIDAD		JUEGOS Y DEPORTES 2		
TEMPORALIZACIÓN		2ª/ 3ª EVALUACIÓN		
N.º SESIONES				
OBJETIVOS		<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> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</p> <p>7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales, en situaciones sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.		ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES. GRADUACIONES.	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS

	ÓN		
<p>1-Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de la comba y malabares.</p> <p>PONDERACIÓN: 16,6%</p> <p>8- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. 16'6</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p> <p>PONDERACIÓN:</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas de la comba y malabares</p> <p>1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. ÓPTIMO</p> <p>1.4 Mejora su nivel de ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación. DESEABLE</p>	<p>BLOQUE 3: JUEGOS Y DEPORTES</p> <p>Todos contenidos</p> <p>Todos contenidos</p>	<p>Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de comba y malabares:</p>
METODOLOGÍA		<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades. 	
		<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas y prácticas. 	

<p>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p>	<p>Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. Relación con los criterios de evaluación 1,3 y 6.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Examen de conceptos tratados en las clases teóricas y prácticas. Relación con los criterios de evaluación 1 y 3. - Pruebas de índole práctica. Relación con los criterios de evaluación 1,3 y 6. - Trabajo de análisis de película. Relación con el criterio de evaluación 1 y 3.
<p>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES RELACIONADAS.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - No procede

<p>TÍTULO DE LA UNIDAD</p>	<p>ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL 2</p>			
<p>TEMPORALIZACIÓN</p> <table border="1" data-bbox="240 1491 509 1666"> <tr> <td data-bbox="240 1491 419 1666"> <p>N.º SESIONES</p> </td> <td data-bbox="419 1491 509 1666"></td> </tr> </table>	<p>N.º SESIONES</p>		<p>3ª EVALUACIÓN</p>	
<p>N.º SESIONES</p>				
<p>OBJETIVOS</p>	<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> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</p> <p>7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-</p>			

		deportivas practicadas en el medio natural.	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES. GRADUACIÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS
<p>8- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p> <p>PONDERACIÓN: 16,6%</p>	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. DESEABLE</p> <p>8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas. BÁSICO</p>	<p>BLOQUE 4: ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL</p>	<p>Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.</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.</p> <p>PONDERACIÓN: 16'6%</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la</p>	<p>6.2</p> <p>Prepara calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. ADECUADO</p> <p>Realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p>	<p>BLOQUE 1: SALUD Y CALIDAD DE VIDA</p>	<p>El calentamiento general y específico su significado en la práctica de la actividad física. Su relación con la prevención de lesiones deportivas. La importancia de la vuelta a la calma.</p>

<p>comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p> <p>PONDERACIÓN: 16'6%</p>	<p>BÁSICO</p> <p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para ampliar su conocimiento y/o elaborar documentos (texto, presentación, imagen, video, sonido,) sobre contenidos de la Educación Física</p> <p>10.2 Emplea un adecuado proceso de búsqueda y procesamiento de la información compartiendo producciones propias.</p>	<p>Todos contenidos</p>	
<p>METODOLOGÍA</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades. 		
<p>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas y prácticas. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. Relación con los criterios de evaluación 6 y 8. - Pruebas de índole práctica: Realización de un sendero Relación con el criterio de evaluación 8. 		
<p>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES RELACIONADAS.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - No procede 		

A.3) UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO. -

TÍTULO DE LA UNIDAD		CONDICIÓN FÍSICA, SALUD Y CALIDAD DE VIDA 3		
TEMPORALIZACIÓN		1ª EVALUACIÓN		
N.º SESIONES				
OBJETIVOS		<p>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.</p> <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> <p>3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludable, 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.</p> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.		ESTÁNDAR ES DE APRENDIZAJE EVALUABLE S. GRADUACIÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS
<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>PONDERACIÓN: 14,4%</p>		<p>4.1 Analiza la implicación de las CFB y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas. ÓPTIMO</p> <p>4.3 Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como con la</p>	Bloque 1: Salud y calidad de	<p>- La valoración de la condición física: datos antropométricos, test de condición física (balón medicinal, flexión profunda del cuerpo, índice de Refiere, salto horizontal, circuito de agilidad, flexión anterior de tronco, carrera continua).</p> <p>- Indicadores de la</p>

	<p>salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva. ÓPTIMO</p> <p>4.6 Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adaptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos sobre la salud. DESEABLE</p>	<p>vida.</p> <p>Bloque 2: Condición física y motriz</p>	<p>intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria.</p> <p>- Técnicas básicas de respiración.</p> <p>- Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES. GRADUACIÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS
<p>5. Desarrollar las CFB de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.</p> <p>PONDERACIÓN: 14,4%</p>	<p>5.1 Participa activamente en la mejora de las CFB desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo BÁSICO.</p> <p>5.2 Alcanza niveles de CF acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades DESEABLE</p>	<p>Bloque 2: Condición física y motriz</p>	<p>-Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.</p> <p>-Indicadores de la intensidad de esfuerzo. Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz.</p> <p>- Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable. Su</p>

			<p>relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud.</p> <p>- Control de la intensidad de esfuerzo.</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.</p> <p>PONDERACIÓN: 14,4%</p>	<p>6.2</p> <p>Prepara calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>BÁSICO</p> <p>Realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>BÁSICO</p>	<p>Bloque 1: Salud y calidad de vida.</p> <p>Todos contenidos</p>	<p>- El calentamiento general y específico su significado en la práctica de la actividad física. Su relación con la prevención de lesiones deportivas. La importancia de la vuelta a la calma.</p> <p>- Vestimenta, higiene e hidratación, en la práctica de ejercicio físico.</p> <p>- Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud.</p> <p>- Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.</p> <p>- La igualdad en el ámbito la actividad física.</p>
<p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p> <p>PONDERACIÓN: 14'4%</p>			<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial

METODOLOGÍA	<p>(enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades. - Metodología instrucción directa, estilo de enseñanza, asignación tareas.
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria asistencia y participación en las clases teóricas (Moodle y prácticas. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor . Relación con los criterios de evaluación 5 y 6. - Examen, cuestionarios y tareas de conceptos tratados en las clases teóricas y prácticas. Relación con los criterios de evaluación 4 y 6. - Pruebas de índole práctica: de condición física. Relación con los criterios de evaluación 5 y 6.

TÍTULO DE LA UNIDAD		JUEGOS Y DEPORTES 3		
TEMPORALIZACIÓN		2ª/ 3ª EVALUACIÓN		
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="text-align: center; width: 50%;">N.º SESIONES</td> <td style="width: 50%;"></td> </tr> </table>	N.º SESIONES			
N.º SESIONES				
OBJETIVOS		<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> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</p> <p>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.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	ESTÁNDAR ES DE APRENDIZAJE EVALUABLES. GRADUACIÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS	
	1.1. Aplica los aspectos básicos de las			

<p>1-Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de los deportes de raqueta y palas (mini-tenis, tenis de mesa, bádminton y shutteball).</p> <p>PONDERACIÓN: 14,4%</p>	<p>técnicas y habilidades específicas del atletismo respetando las reglas y normas establecidas. BÁSICO</p> <p>1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. ÓPTIMO</p> <p>1.4 Mejora su nivel de ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.</p> <p>BÁSICO</p>	<p>BLOQUE 3: JUEGOS Y DEPORTES</p>	<p>Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas del atletismo: La técnica de carrera. El salto de altura: fases y técnica de salto. Lanzamiento de peso, lanzamiento de jabalina.</p>
<p>.2 Interpretar y producir acciones motrices con finalidad artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos</p> <p>PONDERACIÓN: 14,4</p>	<p>.1. Pone en práctica composiciones grupales de carácter dramático y/o rítmico</p>	<p>BLOQUE EXPRESIÓN CORPORAL</p>	<p>. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad</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.</p> <p>PONDERACIÓN: ya reflejado</p> <p>10. Utilizar las tecnologías</p>	<p>6.2</p> <p>Prepara calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. ADECUADO</p> <p>Realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p>	<p>BLOQUE 1: SALUD Y CALIDAD DE VIDA</p>	<p>El calentamiento general y específico su significado en la práctica de la actividad física. Su relación con la prevención de lesiones deportivas. La importancia de la vuelta a la calma.</p>

<p>de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p> <p>PONDERACIÓN:</p>	BÁSICO	Todos contenidos	
<p>METODOLOGÍA</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades. - Metodología instrucción directa, estilo de enseñanza asignación de tareas. 		
<p>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas y prácticas a través de plataforma Moodle. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. Relación con los criterios de evaluación 1,3 y 6. - Examen de conceptos tratados en las clases teóricas y prácticas. Relación con los criterios de evaluación 1 y 3. - Pruebas de índole práctica. Relación con los criterios de evaluación 1,3 y 6. - Trabajo de análisis de película. Relación con el criterio de valuación 1 y 3. 		
<p>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES RELACIONADAS.</p>	-no procede		

<p>TÍTULO DE LA UNIDAD</p>	<p>ACTITIVADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL 3</p>						
<table border="1" style="width: 100%; height: 100%;"> <tr> <td colspan="2" data-bbox="236 1778 512 1865"> <p>TEMPORALIZACIÓN</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="236 1865 419 2016"> <p>N.º SESIONES</p> </td> <td data-bbox="419 1865 512 2016"></td> </tr> </table>	<p>TEMPORALIZACIÓN</p>		<p>N.º SESIONES</p>		<p style="text-align: center;">3ª EVALUACIÓN</p>		
<p>TEMPORALIZACIÓN</p>							
<p>N.º SESIONES</p>							

OBJETIVOS	<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> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</p> <p>7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas practicadas en el medio natural.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	ESTÁNDAR ES DE APRENDIZAJE EVALUABLE S. GRADUACIÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS
<p>8- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p> <p>PONDERACIÓN: 14,4%</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p>	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. DESEABLE</p> <p>8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas. BÁSICO</p>	<p>BLOQUE 4: ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL</p> <p>Todos contenidos</p>	<p>Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.</p> <p>La carrera de orientación. Orientación en la naturaleza. Conceptos básicos. Orientación por señales.</p>

PONDERACIÓN: 16'6%			
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.</p> <p>PONDERACIÓN: ya reflejado</p>	<p>6.2</p> <p>Prepara calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>BÁSICO</p> <p>Realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>BÁSICO</p>	<p>BLOQUE 1: SALUD Y CALIDAD DE VIDA</p>	<p>El calentamiento general y específico su significado en la práctica de la actividad física. Su relación con la prevención de lesiones deportivas. La importancia de la vuelta a la calma.</p>
METODOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades. 		
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas y prácticas en plataforma Moodle. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. Relación con los criterios de evaluación 6 y 8. - Pruebas de índole práctica: Realización de un sendero, se recogerá track y datos de interés medioambiental. Relación con el criterio de evaluación 8. 		
ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES RELACIONADAS.	<ul style="list-style-type: none"> - No procede. 		

A.4) UNIDADES DIDÁCTICAS 4º ESO. -

TÍTULO DE LA UNIDAD		CONDICIÓN FÍSICA, SALUD Y CALIDAD DE VIDA 4		
TEMPORALIZACIÓN		1ª EVALUACIÓN		
N.º SESIONES				
OBJETIVOS		<p>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.</p> <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> <p>3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludable, 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.</p> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE EVALUABLE S. GRADUACIÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS	
<p>4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.</p> <p>PONDERACIÓN: 14,5%</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. BÁSICO</p> <p>4.3 Relaciona hábitos como el</p>	Bloque 1: Salud y calidad de vida.	<p>- La valoración de la condición física: datos antropométricos,).</p> <p>- Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria.</p>	

	<p>consumo de tabaco, el sedentarismo y el consumo de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud. DESEABLE</p> <p>4.4 Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física. ÓPTIMO</p>	<p>Bloque 2: Condición física y motriz</p>	<p>- Técnicas básicas de respiración.</p> <p>-La hidratación, alimentación en la actividad física.</p> <p>- Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana</p>
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN.</p>	<p>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES. GRADUACIÓN</p>	<p>BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS</p>	<p>CONTENIDOS</p>
<p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físicas acordes a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.</p> <p>PONDERACIÓN: 14,5%</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. BÁSICO.</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 con un nivel adecuado a sus posibilidades. ÓPTIMO</p>	<p>Bloque 2: Condición física y motriz</p>	<p>-Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.</p> <p>-Indicadores de la intensidad de esfuerzo. Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz.</p> <p>- Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable. Su relación con el momento de</p>

	<p>5.4 Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz y relacionándolas con la salud. DESEABLE</p>		<p>aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud.</p> <p>- Control de la intensidad de esfuerzo.</p>
<p>6. Desarrollar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.</p> <p>PONDERACIÓN: 14,5%</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p> <p>PONDERACIÓN: 14'6%</p>	<p>6.2 Selecciona los ejercicios y tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la dificultad de las tareas de la parte principal. DESEABLE</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. BÁSICO</p> <p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para ampliar su conocimiento y/o elaborar documentos (texto, presentación, imagen, video, sonido,) sobre contenidos de la Educación Física</p> <p>10.2 Emplea un adecuado proceso de</p>	<p>Bloque 1: Salud y calidad de vida.</p> <p>Todos contenidos</p>	<p>- El calentamiento general y específico su significado en la práctica de la actividad física. Su relación con la prevención de lesiones deportivas. La importancia de la vuelta a la calma.</p> <p>- Vestimenta, higiene e hidratación, en la práctica de ejercicio físico.</p> <p>-Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud.</p> <p>-Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.</p> <p>- La igualdad en el ámbito la actividad física.</p>

	búsqueda y procesamiento de la información compartiendo producciones propias.		
METODOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades. 		
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas y prácticas entregadas a través de la plataforma Moodle. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. Relación con los criterios de evaluación 5 y 6. - Examen de conceptos tratados en las clases teóricas y prácticas. Relación con los criterios de evaluación 4 y 6. - Pruebas de índole práctica: Relación con los criterios de evaluación 5 y 6. 		

TÍTULO DE LA UNIDAD	JUEGOS Y DEPORTES 4						
TEMPORALIZACIÓN	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td colspan="2">2ª/ 3ª EVALUACIÓN</td> </tr> <tr> <td style="width: 50%;">N.º SESIONES</td> <td style="width: 50%;"></td> </tr> </table>			2ª/ 3ª EVALUACIÓN		N.º SESIONES	
2ª/ 3ª EVALUACIÓN							
N.º SESIONES							
OBJETIVOS	<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> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</p> <p>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.</p>						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	ESTÁNDAR ES DE APRENDIZAJE EVALUABLES. GRADUACIÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS
<p>1-Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, malabares, comba,</p> <p>PODERACIÓN: 14,5%</p> <p>2- Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.</p> <p>PONDERACIÓN: 42,5%</p>	<p>1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas básicas de la gimnasia artística, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características. BÁSICO</p> <p>2.1 Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. DESEABLE</p>	<p>BLOQUE 3: Y JUEGOS DEPORTES</p> <p>BLOQUE 5: EXPRESIÓN CORPORAL</p>	<p>Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas.</p> <p>Los juegos malabares. Coordinación de 3 móviles.</p> <p>Construcción de móviles de malabares específicos.</p> <p>Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad</p>
<p>6. Desarrollar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.</p> <p>PONDERACIÓN: ya reflejado</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para</p>	<p>6.2 Selecciona los ejercicios y tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la dificultad de las tareas de la parte principal. DESEABLE</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</p>	<p>BLOQUE 1: SALUD Y CALIDAD DE VIDA</p>	<p>El calentamiento general y específico su significado en la práctica de la actividad física. Su relación con la prevención de lesiones deportivas. La importancia de la vuelta a la calma.</p>

<p>buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p> <p>PONDERACIÓN:</p>	competencia motriz. BÁSICO	Todos contenidos	
METODOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades. 		
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas y prácticas. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. Relación con los criterios de evaluación 1,3 y 6. - Examen de conceptos tratados en las clases teóricas y prácticas. Relación con los criterios de evaluación 1 y 3. - Pruebas de índole práctica. Relación con los criterios de evaluación 1,3 y 6. - Trabajo de análisis de película. Relación con el criterio de evaluación 1 y 3. 		
ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES RELACIONADAS.	<ul style="list-style-type: none"> - No procede 		

TÍTULO DE LA UNIDAD	ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL 4		
TEMPORALIZACIÓN	3ª EVALUACIÓN		
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="text-align: center;">N.º SESIONES</td> <td></td> </tr> </table>			
N.º SESIONES			
	<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> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo</p>		

OBJETIVOS	<p>propuesto.</p> <p>7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas practicadas en el medio natural.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES. GRADUACIÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS
<p>9- Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida del entorno.</p> <p>PONDERACIÓN: 14,5%</p> <p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p> <p>PONDERACIÓN:</p>	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. DESEABLE</p> <p>8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas. BÁSICO</p>	<p>BLOQUE 4: ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL</p> <p>Todos contenidos</p>	<p>Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.</p> <p>Esquí y deportes náuticos. Fundamentos básicos.</p>
METODOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). - Metodología que promueva la igualdad de género. 		

	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades.
<p>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas y prácticas. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. Relación con los criterios de evaluación 9. - Pruebas de índole práctica: Realización de un sendero Relación con el criterio de evaluación 9.
<p>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES RELACIONADAS.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - No procede

A.5) UNIDADES DIDÁCTICAS 1º DE BACHILLERATO. -

TÍTULO DE LA UNIDAD		CONDICIÓN FÍSICA, SALUD Y CALIDAD DE VIDA
TEMPORALIZACIÓN		1ª EVALUACIÓN
N.º SESIONES		
		<p>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.</p> <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> <p>3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludable, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas</p>

OBJETIVOS	como emocionales producidas en la vida cotidiana. 4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES. GRADUACIÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS
<p>5- Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.</p> <p>PONDERACIÓN: 14,5%</p> <p>Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de esfuerzo y superación.</p> <p>PONDERACIÓN: 14,5%</p>	<p>5.1 Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas. BÁSICO</p> <p>5.2 Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones. BÁSICO</p> <p>5.3 Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. DESEABLE</p> <p>5.4 Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad. ÓPTIMO</p>	<p>Bloque 1: Salud y calidad de vida.</p> <p>Bloque 2: Condición física y motriz</p>	<p>- La valoración de la condición física: datos antropométricos, test de condición física flexión profunda del cuerpo, índice de Ruffier, salto horizontal, circuito de agilidad, flexión anterior de tronco, flexiones de brazos</p> <p>- Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria.</p> <p>- Técnicas básicas de respiración.</p> <p>- La hidratación, alimentación en la actividad física.</p> <p>- Principios de planificación del entrenamiento deportivo: intensidad, volumen, frecuencia de entrenamiento. Principios del</p>

			<p>entrenamiento deportivo. Ley del umbral</p> <p>- Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana</p>
METODOLOGÍA			<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades.
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN			<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas y prácticas a través de plataforma Moodle. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. - Examen de conceptos tratados en las clases teóricas y prácticas. - Pruebas de índole práctica:

TÍTULO DE LA UNIDAD	JUEGOS Y DEPORTES		
TEMPORALIZACIÓN	2ª/ 3ª EVALUACIÓN		

N.º SESIONES			
OBJETIVOS	<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> <p>4. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</p> <p>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.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES. GRADUACIÓN	BLOQUE DE CONTENIDOS RELACIONADOS	CONTENIDOS
<p>Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.</p> <p>PONDERACIÓN: 14,5%</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud. • Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. • Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad 	<p>BLOQUE 3: JUEGOS Y DEPORTES</p>	<p>Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas</p>

<p>1 Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.</p>	<p>física.</p> <ul style="list-style-type: none"> Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, <p>1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas básicas de la gimnasia artística, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características. BÁSICO</p>		<p>Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas.</p> <p>Los juegos malabares. Coordinación de 3 móviles. Construcción de móviles de malabares específicos.</p>
<p>PONDERACIÓN: 14,5%</p> <p>2- Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.</p>	<p>2.1 Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. DESEABLE</p>		
<p>PONDERACIÓN: 14,5%</p> <p>Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de</p>	<ul style="list-style-type: none"> Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. Comunica y comparte la información 	<p>BLOQUE5: EXPRESIÓN CORPORAL</p> <p>BLOQUE COMÚN</p>	<p>Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad</p>

<p>información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.</p> <p>PONDERACIÓN: 14,5%</p> <p>Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.</p>	<p>con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.</p> <p>Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. • Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo. 	<p>Todos contenidos</p> <p>Bloque 4. Actividades de adaptación al entorno y al medio natural</p>	
<p>METODOLOGÍA</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología reflexiva sobre las diferentes actividades propuestas, buscando la autonomía del alumno/a en la realización de actividades tales como el calentamiento, la vuelta a la calma, etc. - Uso de estilos de enseñanza reproductivos y de indagación. Utilización de técnicas de enseñanza de asignación de tareas, enseñanza recíproca. - Metodología integradora atendiendo a la diversidad del alumnado y a las dificultades detectadas en la evaluación inicial (enfermedades crónicas, dislexia, TDAH, etc.). 		

	<ul style="list-style-type: none"> - Metodología que promueva la igualdad de género. - Metodología que favorezca la organización y cooperación de los alumnos y alumnas en las diferentes actividades.
<p style="text-align: center;">INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Observación diaria del alumnado referente a: asistencia y participación en las clases teóricas y prácticas. Registro anecdótico en el cuaderno del profesor. - Examen de conceptos tratados en las clases teóricas y prácticas. - Pruebas de índole práctica.

- ORGANIZACIÓN Y CONTROL

Distribución de la atención a grupos on-line

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8.00-9.00	1ºA 4ºB	3ºA		4º AFISA	
9.00-10.00				1º BACH 1º BACH	
10.00-11.00	3ºB		3ºC	2ºC 1ºB	
11.30-12.30	4ºC		AFISA 2º BACH	1ºC	
12.30-13.30			2ºA		
13.30-14.30	4ºA		2ºB		

MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

A) Atención a los alumnos incluidos en cualquier programa de atención a la diversidad (PMAR) o con otras dificultades (dislexia, disortografía,).

Es estas situaciones, se optará por facilitarles las tareas o su entrega: además de graduar sus actividades a su dificultad, para responder a sus características y capacidades, si es necesario se les dará más tiempo para su realización.

En estos casos las actividades responderán a los **objetivos mínimos exigibles**.

- . **Mejorar la condición física y motriz, 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.**
- . **Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludable, 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.**
- . **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.**
- . **Participar de forma activa en las tareas y clases que se desarrollarán on-line.**

MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

Se prevé utilizar los siguientes recursos materiales:

● **Libros de consulta:**

- ✓ Guía didáctica de Educación Física. Editorial ANAYA (Todos los niveles).
- ✓ Guía didáctica de Educación Física. Editorial PRAXIS (Todos los niveles).

- ✓ Guía didáctica de Educación Física. Editorial SERBAL. (Todos los niveles).
- ✓ Guía didáctica de Educación Física. Editorial Kiné. (Todos los niveles).

● **Otros materiales:**

- ✓ Plataforma Moodle.
- ✓ Recursos on-line.
- ✓ Cuadernillos elaborados por el departamento y subidos al Blog
- **Blog del departamento:** donde se recogerán los recursos básicos y de ampliación para el desarrollo de las actividades propuestas

Dúrcal a 10 /11 /2021

Fdo: Jesús Medina Avilés