

# Programación

**Materia: EFI3E - Educación Física (LOMCE) (00,50,20,03,40,53,30)**
**Curso: 3º ETAPA: Educación Secundaria Obligatoria**

## Plan General Anual

UNIDAD UF1: CONDICIÓN FÍSICA Y ATLETISMO		Fecha inicio prev.: 17/09/2019		Fecha fin prev.: 28/11/2019		Sesiones prev.: 20
Bloques	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares	Instrumentos	Valor máx. estándar	Competencias
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas.</li> <li>Pautas básicas de alimentación e hidratación en la actividad física.</li> <li>Relación de los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</li> <li>Adaptaciones del organismo a la práctica de actividad física sistemática. Tipos de adaptación y beneficios relacionados con la salud.</li> <li>Riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</li> <li>Relación de la práctica habitual de actividad física y su efecto en la mejora de la calidad de vida.</li> <li>Control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardiaca dentro de</li> </ul>	<p>1.Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p>	<p>1.1.1..Analiza la implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el curso.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,150	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
			<p>1.1.2..Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,100	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
			<p>1.1.3..Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,150	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
			<p>1.1.4..Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Registros:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CDIG</li> <li>CMCT</li> </ul>
			<p>1.1.5..Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Registros:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>

Condición física orientada a la salud	<p>los márgenes de mejora saludables en el desarrollo de la condición física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dispositivos de medición del pulso y cálculo de las zonas de frecuencia cardíaca.</li> <li>Identificación autónoma de su nivel de condición física desde una valoración fisiológica, anatómica y motriz. Comparación respecto a los valores normales de referencia.</li> <li>Acondicionamiento general de las capacidades físicas utilizando métodos básicos para su desarrollo con un enfoque saludable: resistencia aeróbica, fuerza resistencia, flexibilidad y velocidad.</li> <li>Programas de ejercicios que contribuyen a una adecuada higiene postural y cuidado de la espalda. Aplicación de los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</li> <li>Elaboración de forma autónoma y puesta en práctica en pequeños grupos de cada una de las fases de la sesión de actividad física.</li> <li>Técnicas básicas de respiración y relajación.</li> </ul>	2.Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo y aplicando conocimientos que le ayuden a mejorar su calidad de vida.	1.2.1..Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>	
			1.2.2..Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades, mostrando una actitud de auto exigencia y esfuerzo.	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Registros:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>	
			1.2.3..Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>	
			1.2.4..Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba escrita:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,150	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>	
			3.Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.	1.3.1..Prepara y realiza calentamientos y fases finales en las sesiones de actividad física de forma autónoma y habitual.	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,200	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
				1.3.2..Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,200	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>
			Conocimiento y aplicación de los aspectos técnicos y reglamentarios básicos de los juegos y actividades físico-deportivas individuales	2.1.1..Aplica los aspectos técnicos básicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas individuales propuestas,	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,200	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>

**Juegos y actividades deportivas**

- desarrolladas (diferentes o profundización de las tratadas en cursos anteriores), en condiciones reales o adaptadas.
- Autoevaluación del nivel técnico de las actividades deportivas trabajadas en el curso a través de algunos indicadores entre los que están los errores más frecuentes a evitar en la práctica.
  - La auto exigencia y el esfuerzo como valores en la mejora de la técnica individual: reflexión y autocrítica.
  - Adquisición y aplicación de nociones básicas del deporte de orientación: manejo de brújula, orientación, lectura e interpretación de mapas del deporte de orientación (escala, curva de nivel, simbología), la baliza y los medios de control.
  - Aplicación de las técnicas propias del deporte de orientación.
  - Realización de recorridos con rumbos y carreras de orientación preferentemente en el medio natural.
  - Experimentación de juegos y actividades para el aprendizaje de los aspectos técnicos y tácticos de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición propuestas en el curso, en condiciones reales o adaptadas.
  - Principios estratégicos de ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas.
  - Análisis de los aspectos tácticos

1. Resolver situaciones motrices individuales en entornos estables y no estables, aplicando los fundamentos técnicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

respetando las reglas y normas establecidas.			
2.1.2..Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul>	0,200	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> </ul>
2.1.3..Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas individuales respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,200	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> <li>• SIEE</li> </ul>

	que influyen en la toma de decisiones en la práctica de actividades deportivas propuestas. Resolución de casos prácticos.					
<b>Elementos comunes y transversales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexión y análisis sobre conductas deportivas y antideportivas seleccionadas, tanto de deportistas como de espectadores.</li> <li>Realización de las actividades físico-deportivas teniendo en cuenta los principios de juego limpio y el respeto a las reglas y normas establecidas.</li> <li>Colaboración activa y responsable en trabajos grupales, valorando y respetando las diferencias individuales y las aportaciones hacia un objetivo común.</li> <li>Características y posibilidades del entorno para la práctica de actividades físico-deportivas de mayor interés personal.</li> <li>Cuidado, respeto y valoración del entorno, de las instalaciones y del material deportivo del centro: reflexión y autocrítica.</li> <li>El tratamiento del cuerpo en la sociedad actual: obesidad, anorexia, bulimia y vigorexia. Análisis y reflexión. Importancia de la actividad física en un estilo de vida saludable.</li> <li>Riesgos propios de las actividades físico-deportivas practicadas: cumplimiento de</li> </ul>	1.Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	4.1.1..Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSC</li> </ul>
			4.1.2..Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSC</li> </ul>
			4.1.3..Respeto a los demás dentro de la labor de equipo con independencia del nivel de destreza.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSC</li> </ul>
		2.Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	4.2.2..Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
		3.Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	4.3.1..Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
			4.3.2..Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el curso, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>

<p>normas de seguridad y control de contingencias.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la búsqueda, registro, selección y presentación de la información, así como en la propia práctica de actividades físicas.</li> <li>• Exposición y defensa de trabajos elaborados sobre temas relacionados con la actividad física utilizando los recursos tecnológicos.</li> </ul>	<p>4.Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.</p>	<p>4.4.1..Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para usos prácticos propios de la Educación física y para elaborar documentos digitales (texto, presentación, imagen, video, sonido, etc.), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CDIG</li> <li>• CL</li> <li>• SIEE</li> </ul>
		<p>4.4.2..Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CDIG</li> <li>• CL</li> <li>• SIEE</li> </ul>

**UNIDAD UF2: CONDICIÓN FÍSICA, ORIENTACIÓN, DEPORTE DE OPOSICIÓN Y DEPORTE DE COL-OPO**

Fecha inicio prev.: 29/11/2019

Fecha fin prev.: 05/03/2020

Sesiones prev.: 20

Bloques	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares	Instrumentos	Valor máx. estándar	Competencias
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas.</li> <li>• Pautas básicas de alimentación e hidratación en la actividad física.</li> <li>• Relación de los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</li> <li>• Adaptaciones del organismo a la práctica de actividad física sistemática. Tipos de adaptación y beneficios relacionados con la salud.</li> <li>• Riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</li> </ul>	<p>1.Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p>	<p>1.1.4..Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Registros:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CDIG</li> <li>• CMCT</li> </ul>
			<p>1.1.5..Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Registros:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>
			<p>1.2.1..Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>
			<p>1.2.2..Alcanza niveles de condición física</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Registros:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>

<p><b>Condición física orientada a la salud</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relación de la práctica habitual de actividad física y su efecto en la mejora de la calidad de vida.</li> <li>• Control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardíaca dentro de los márgenes de mejora saludables en el desarrollo de la condición física.</li> <li>• Dispositivos de medición del pulso y cálculo de las zonas de frecuencia cardíaca.</li> <li>• Identificación autónoma de su nivel de condición física desde una valoración fisiológica, anatómica y motriz. Comparación respecto a los valores normales de referencia.</li> <li>• Acondicionamiento general de las capacidades físicas utilizando métodos básicos para su desarrollo con un enfoque saludable: resistencia aeróbica, fuerza resistencia, flexibilidad y velocidad.</li> <li>• Programas de ejercicios que contribuyen a una adecuada higiene postural y cuidado de la espalda. Aplicación de los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</li> <li>• Elaboración de forma autónoma y puesta en práctica en pequeños grupos de cada una de las fases de la sesión de actividad física.</li> <li>• Técnicas básicas de respiración y relajación.</li> </ul>	<p>2.Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo y aplicando conocimientos que le ayuden a mejorar su calidad de vida.</p>	<p>acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades, mostrando una actitud de auto exigencia y esfuerzo.</p>	<p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul>		
			<p>2.1.4..Interpreta recorridos marcados en un mapa de</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul>	<p>0,200</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CMCT</li> <li>• SIEE</li> </ul>

**Juegos y actividades deportivas**

- Conocimiento y aplicación de los aspectos técnicos y reglamentarios básicos de los juegos y actividades físico-deportivas individuales desarrolladas (diferentes o profundización de las tratadas en cursos anteriores), en condiciones reales o adaptadas.
- Autoevaluación del nivel técnico de las actividades deportivas trabajadas en el curso a través de algunos indicadores entre los que están los errores más frecuentes a evitar en la práctica.
- La auto exigencia y el esfuerzo como valores en la mejora de la técnica individual: reflexión y autocrítica.
- Adquisición y aplicación de nociones básicas del deporte de orientación: manejo de brújula, orientación, lectura e interpretación de mapas del deporte de orientación (escala, curva de nivel, simbología), la baliza y los medios de control.
- Aplicación de las técnicas propias del deporte de orientación.
- Realización de recorridos con rumbos y carreras de orientación preferentemente en el medio natural.
- Experimentación de juegos y actividades para el aprendizaje de los aspectos técnicos y tácticos de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición propuestas en el curso, en condiciones reales o adaptadas.
- Principios estratégicos de

1.Resolver situaciones motrices individuales en entornos estables y no estables, aplicando los fundamentos técnicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

2.Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, aplicando los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos, así como utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

orientación estableciendo la ruta más adecuada valiéndose de la información que proporcionan las curvas de nivel, la escala y la simbología.

2.1.5..Pone en práctica técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

2.2.1..Adapta los fundamentos técnicos y tácticos individuales para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación.

2.2.2..Adapta los fundamentos técnicos y tácticos individuales para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación.

2.2.3..Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas.

2.2.4..Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en

**Eval. Extraordinaria:**  
• Escala de observación:100%

**Eval. Ordinaria:**  
• Escala de observación:100%

**Eval. Extraordinaria:**

**Eval. Ordinaria:**  
• Escala de observación:100%

**Eval. Extraordinaria:**  
• Escala de observación:100%

**Eval. Ordinaria:**  
• Escala de observación:100%

**Eval. Extraordinaria:**  
• Escala de observación:100%

**Eval. Ordinaria:**  
• Escala de observación:100%

**Eval. Extraordinaria:**  
• Escala de observación:100%

**Eval. Ordinaria:**  
• Escala de observación:100%

**Eval. Extraordinaria:**

0,200

0,200

0,200

0,400

0,600

- AA
- CMCT
- SIEE

- AA
- CSC
- SIEE

- AA
- CSC
- SIEE

- CL
- CSC

- AA
- CSC
- SIEE

	<p>ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Análisis de los aspectos tácticos que influyen en la toma de decisiones en la práctica de actividades deportivas propuestas. Resolución de casos prácticos.</li> </ul>		<p>las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>		
			<p>2.2.5..Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	<p>0,400</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexión y análisis sobre conductas deportivas y antideportivas seleccionadas, tanto de deportistas como de espectadores.</li> <li>Realización de las actividades físico-deportivas teniendo en cuenta los principios de juego limpio y el respeto a las reglas y normas establecidas.</li> <li>Colaboración activa y responsable en trabajos grupales, valorando y respetando las diferencias individuales y las aportaciones hacia un objetivo común.</li> <li>Características y posibilidades del entorno para la práctica de actividades físico-deportivas de mayor interés personal.</li> <li>Cuidado, respeto y</li> </ul>	<p>1.Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	<p>4.1.1..Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	<p>0,450</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSC</li> </ul>
			<p>4.1.2..Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	<p>0,450</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSC</li> </ul>
			<p>4.1.3..Respeto a los demás dentro de la labor de equipo con independencia del nivel de destreza.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	<p>0,450</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSC</li> </ul>
		<p>2.Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p>	<p>4.2.1..Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas como formas de ocio activo.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	<p>0,200</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
			<p>4.2.2..Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	<p>0,450</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
			<p>4.2.3..Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	<p>0,200</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>



<b>Elementos comunes y transversales</b>	<p>valoración del entorno, de las instalaciones y del material deportivo del centro: reflexión y autocrítica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>El tratamiento del cuerpo en la sociedad actual: obesidad, anorexia, bulimia y vigorexia. Análisis y reflexión. Importancia de la actividad física en un estilo de vida saludable.</li> <li>Riesgos propios de las actividades físico-deportivas practicadas: cumplimiento de normas de seguridad y control de contingencias.</li> <li>Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la búsqueda, registro, selección y presentación de la información, así como en la propia práctica de actividades físicas.</li> <li>Exposición y defensa de trabajos elaborados sobre temas relacionados con la actividad física utilizando los recursos tecnológicos.</li> </ul>	<p>3. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p>	<p>4.3.1..Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>	
			<p>4.3.2..Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el curso, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>	
			<p>4. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.</p>	<p>4.4.1..Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para usos prácticos propios de la Educación física y para elaborar documentos digitales (texto, presentación, imagen, video, sonido, etc.), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>CDIG</li> <li>CL</li> <li>SIEE</li> </ul>
				<p>4.4.2..Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>CDIG</li> <li>CL</li> <li>SIEE</li> </ul>
<b>UNIDAD UF3: CONDICIÓN FÍSICA, EXPRESIÓN CORPORAL, HABILIDADES GIMNÁSTICAS Y DEPORTE DE COL-OPO</b>		<b>Fecha inicio prev.: 06/02/2020</b>		<b>Fecha fin prev.: 18/06/2020</b>		<b>Sesiones prev.: 20</b>	
<b>Bloques</b>	<b>Contenidos</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Estándares</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Valor máx. estándar</b>	<b>Competencias</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Implicación de las capacidades</li> </ul>		1.1.4..Adapta la intensidad del	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Registros:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CDIG</li> </ul>	

<b>Condición física orientada a la salud</b>	<p>físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pautas básicas de alimentación e hidratación en la actividad física.</li> <li>• Relación de los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</li> <li>• Adaptaciones del organismo a la práctica de actividad física sistemática. Tipos de adaptación y beneficios relacionados con la salud.</li> <li>• Riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.</li> <li>• Relación de la práctica habitual de actividad física y su efecto en la mejora de la calidad de vida.</li> <li>• Control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardiaca dentro de los márgenes de mejora saludables en el desarrollo de la condición física.</li> <li>• Dispositivos de medición del pulso y cálculo de las zonas de frecuencia cardiaca.</li> <li>• Identificación autónoma de su nivel de condición física desde una valoración fisiológica, anatómica y motriz. Comparación respecto a los valores normales de referencia.</li> <li>• Acondicionamiento general de las capacidades físicas utilizando métodos básicos para su desarrollo con un enfoque saludable: resistencia aeróbica, fuerza resistencia,</li> </ul>	<p>1.Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.</p> <p>2.Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo y aplicando conocimientos que le ayuden a mejorar su calidad de vida.</p>	<p>esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p>	<p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• CMCT</li> </ul>
			<p>1.1.5..Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Registros:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>
			<p>1.2.1..Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>
			<p>1.2.2..Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades, mostrando una actitud de auto exigencia y esfuerzo.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Registros:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AA</li> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>flexibilidad y velocidad.</li> <li>Programas de ejercicios que contribuyen a una adecuada higiene postural y cuidado de la espalda. Aplicación de los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</li> <li>Elaboración de forma autónoma y puesta en práctica en pequeños grupos de cada una de las fases de la sesión de actividad física.</li> <li>Técnicas básicas de respiración y relajación.</li> </ul>					
Juegos y actividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocimiento y aplicación de los aspectos técnicos y reglamentarios básicos de los juegos y actividades físico-deportivas individuales desarrolladas (diferentes o profundización de las tratadas en cursos anteriores), en condiciones reales o adaptadas.</li> <li>Autoevaluación del nivel técnico de las actividades deportivas trabajadas en el curso a través de algunos indicadores entre los que están los errores más frecuentes a evitar en la práctica.</li> <li>La auto exigencia y el esfuerzo como valores en la mejora de la técnica individual: reflexión y autocrítica.</li> <li>Adquisición y aplicación de nociones básicas del deporte de orientación: manejo de brújula, orientación, lectura e interpretación de mapas del deporte de orientación (escala, curva de nivel, simbología), la baliza y los</li> </ul>	2.Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, aplicando los fundamentos	2.2.2..Adapta los fundamentos técnicos y tácticos individuales para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,200	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>
			2.2.3..Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,400	<ul style="list-style-type: none"> <li>CL</li> <li>CSC</li> </ul>
			2.2.4..Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	<b>Eval. Ordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <b>Eval. Extraordinaria:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,600	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> <li>CSC</li> <li>SIEE</li> </ul>
			2.2.5..Reflexiona	<b>Eval. Ordinaria:</b>	0,400	<ul style="list-style-type: none"> <li>AA</li> </ul>

<p>deportivas</p>	<p>medios de control.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicación de las técnicas propias del deporte de orientación.</li> <li>• Realización de recorridos con rumbos y carreras de orientación preferentemente en el medio natural.</li> <li>• Experimentación de juegos y actividades para el aprendizaje de los aspectos técnicos y tácticos de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición propuestas en el curso, en condiciones reales o adaptadas.</li> <li>• Principios estratégicos de ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas.</li> <li>• Análisis de los aspectos tácticos que influyen en la toma de decisiones en la práctica de actividades deportivas propuestas. Resolución de casos prácticos.</li> </ul>	<p>técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos, así como utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p>	<p>sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de observación:100%</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• CSC</li> <li>• SIEE</li> </ul>
<p>Actividades físicas artístico-expresivas</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilización creativa de la combinación de intensidad, espacio y tiempo con las calidades del movimiento, realizando las acciones básicas resultantes con distintas partes del cuerpo y aplicándolas en diferentes movimientos cotidianos.</li> <li>• Práctica y elaboración de bailes de forma individual, por parejas o colectiva.</li> <li>• Práctica de danzas.</li> <li>• Realización de improvisaciones basadas en la interacción con los demás y con</li> </ul>	<p>1.Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.</p>	<p>3.1.1..Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>3.1.2..Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>3.1.3..Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos de simulación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos de simulación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	<p>0,300</p> <p>0,300</p> <p>0,300</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CEC</li> <li>• CSC</li> <li>• CEC</li> <li>• CSC</li> <li>• CEC</li> <li>• CSC</li> </ul>

	<p>diversos objetos, con o sin acompañamiento musical.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Práctica de actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional y habilidades sociales a través de la expresión corporal.</li> </ul>					
<b>Elementos comunes y transversales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexión y análisis sobre conductas deportivas y antideportivas seleccionadas, tanto de deportistas como de espectadores.</li> <li>Realización de las actividades físico-deportivas teniendo en cuenta los principios de juego limpio y el respeto a las reglas y normas establecidas.</li> <li>Colaboración activa y responsable en trabajos grupales, valorando y respetando las diferencias individuales y las aportaciones hacia un objetivo común.</li> <li>Características y posibilidades del entorno para la práctica de actividades físico-deportivas de mayor interés personal.</li> <li>Cuidado, respeto y valoración del entorno, de las instalaciones y del material deportivo del centro: reflexión y autocrítica.</li> <li>El tratamiento del cuerpo en la sociedad actual: obesidad, anorexia, bulimia y vigorexia. Análisis y reflexión. Importancia de la actividad física en un estilo de vida</li> </ul>	<p>1.Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.</p>	<p>4.1.1..Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSC</li> </ul>
			<p>4.1.2..Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSC</li> </ul>
			<p>4.1.3..Respeto a los demás dentro de la labor de equipo con independencia del nivel de destreza.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSC</li> </ul>
		<p>2.Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p>	<p>4.2.2..Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
		<p>3.Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su</p>	<p>4.3.1..Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>
			<p>4.3.2..Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el curso,</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p>	0,450	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCT</li> <li>CSC</li> </ul>

	<p>saludable.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Riesgos propios de las actividades físico-deportivas practicadas: cumplimiento de normas de seguridad y control de contingencias.</li> <li>Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la búsqueda, registro, selección y presentación de la información, así como en la propia práctica de actividades físicas.</li> <li>Exposición y defensa de trabajos elaborados sobre temas relacionados con la actividad física utilizando los recursos tecnológicos.</li> </ul>	desarrollo.	teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.			
		4.Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	<p>4.4.1..Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para usos prácticos propios de la Educación física y para elaborar documentos digitales (texto, presentación, imagen, video, sonido, etc.), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p> <p>4.4.2..Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>	<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>CDIG</li> <li>CL</li> <li>SIEE</li> </ul>
				<p><b>Eval. Ordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajos:100%</li> </ul> <p><b>Eval. Extraordinaria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Escala de observación:100%</li> </ul>	0,300	<ul style="list-style-type: none"> <li>CDIG</li> <li>CL</li> <li>SIEE</li> </ul>

## Revisión de la Programación

## Otros elementos de la programación

### Metodología

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1° Trimestre	2° Trimestre	3° Trimestre
- Se favorecerá el desarrollo de aprendizajes significativos. - En la concreción de los contenidos se considerarán prioritarios aquellos que motiven al alumno y le provoquen aprendizajes funcionales. - La adecuada combinación del amplio espectro de estilos de enseñanza será la metodología más apropiada. - El buen clima de convivencia, así como el respeto y juego limpio, debe ser una constante. - Se debe prestar especial atención a los principios de respeto, igualdad y coeducación. - Las actividades propuestas tendrán la suficiente variedad como para atender a los distintos ritmos de aprendizaje. - Se procurará que el aprendizaje se produzca prioritariamente a través del movimiento. - Se fomentará el uso de las TIC. Usaremos apps con las que monitorizar entrenamientos, registrar itinerarios en dispositivos con GPS, analizar gestos técnicos o coreografías, evaluar, presentar los contenidos, diseñar actividades de refuerzo o ampliación, etc.				

### Medidas de atención a la diversidad

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1° Trimestre	2° Trimestre	3° Trimestre
Dificultades más frecuentes en nuestra área: ¿ Problemas de acceso a los recursos por situación de desventaja social. Podemos: - Disponer de algunos recursos en el				

centro o fomentar su préstamo entre compañeros. ¿ Actitud desfavorable hacia la Educación Física. Podemos: - Reforzar positivamente sus comportamientos colaborativos y de esfuerzo en las actividades. ¿ Capacidades motrices diferentes a la mayoría de los alumnos con misma edad. Podemos: - Introduciendo actividades de refuerzo y de ampliación. ¿ Necesidades educativas especiales. Podemos: - Realizar adaptaciones curriculares (en la mayoría de las ocasiones no significativas).

## Evaluación

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
La evaluación debe estar presente en todo el proceso de enseñanza-aprendizaje, será de carácter formativo y cumplirá su función de comprobación de los logros obtenidos. El alumno ha de sentirse participe no solo de su propia evaluación, sino de la de sus compañeros y del proceso de enseñanza-aprendizaje. Se tratará de conseguir que el alumno tome parte activa de este proceso a través de experiencias de autoevaluación, evaluación recíproca, reflexión crítica sobre sus desempeños y los de sus compañeros, así como del propio proceso de enseñanza-aprendizaje, otorgándole roles de observador y evaluador.				

## Criterios de calificación

Evaluación ordinaria	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
En cada uno de los trimestres el alumnado será evaluado según lo programado con los instrumentos descritos y los criterios de calificación fijados.		- Prueba escrita 1,7 - Registro CF 0,9 - Observación 3 - Deporte individual 1,75 - Trabajo 1,75 - Ficha HP y musculación 0.9	- Medio natural 1,2 - Registro CF 0,9 - Observación 3 - Deporte Opo 1,4 - Trabajo 1,8 - Deporte Col-Opo 1,7	- Registro CF 0,9 - Observación 3 - Deporte Col-Opo 2 - Actividades Art-Exp 3,5 - Trabajo 0,6
Recuperación de alumnos en evaluación ordinaria	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Se puede recuperar en la convocatoria final ordinaria aquellos estándares considerados para la evaluación final extraordinaria.				
Recuperación de alumnos con evaluación negativa de cursos anteriores (Pendientes)	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
El alumnado tendrá derecho a una prueba extraordinaria a principios del curso que recoja los estándares del curso anterior considerados para la evaluación extraordinaria. Cuando el alumnado no se presente a las pruebas extraordinarias se consignará No Presentado, <NP>.				
Recuperación de alumnos absentistas	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
El alumnado tendrá derecho a la prueba extraordinaria.				
Recuperación de alumnos en evaluación extraordinaria (Septiembre)	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
El alumnado tendrá derecho a una prueba extraordinaria a principios del curso que recoja los estándares del curso anterior considerados para la evaluación extraordinaria. Cuando el alumnado no se presente a las pruebas extraordinarias se consignará No Presentado, <NP>.				

## Materiales y recursos didácticos

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
<p>¿ Recursos impresos: bibliografía, fichas, plantillas, trabajos, Portfolio, tarjetas¿ ¿ Recursos audiovisuales: proyector, torre de sonido, videoconsola Wii, móvil, pizarra¿ ¿ Recursos materiales: material convencional (balones, volantes, raquetas, testigos, elásticos, cuerdas, aros, conos, picas, ladrillos, espalderas, colchonetas, redes¿); no convencional (indiacas, zancos, bates, megabalones¿) y reciclable (botellas, receptáculos, malabares¿). ¿ Recursos informáticos: equipos informáticos, Software específico, webs, Anotas, Apps¿ ¿ Instalaciones: pista polideportiva, gimnasio, patio, aulas, gimnasios, polideportivo, salas de baile, espacio joven, juegos de bolos, piscina, biblioteca, centro cultural¿ ¿ El entorno como recurso: parques, parques naturales, alrededores, el río, carril bici¿ ¿ Personales: compañeros en actividades complementarias e interdisciplinares, alumnado¿</p>	

## Actividades complementarias y extraescolares

DESCRIPCIÓN	MOMENTO DEL CURSO			RESPONSABLES	OBSERVACIONES
	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre		
ACTIVIDAD PROGRAMADA: ¿PRÁCTICAS DE SENDERISMO Y ORIENTACIÓN EN EL MEDIO NATURAL (ARCHIVEL-BARRANDA)¿.	✓	✓	✓	Educación Física	En ocasiones se puede ir el responsable de Historia o Biología para hacer la actividad interdisciplinar
ACTIVIDAD PROGRAMADA: ¿MARCHA CICLOTURISTA A LA ERMITA DE LA ENCARNACIÓN¿.		✓	✓	Educación Física	
ACTIVIDAD PROGRAMADA: ¿VISITA AL COTO DE LAS MARAVILLAS¿.		✓	✓	Educación Física	En ocasiones se puede ir el responsable de Historia o Biología para hacer la actividad interdisciplinar
ACTIVIDAD PROGRAMADA: ¿PRÁCTICAS DE ACAMPADA Y ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL¿.		✓	✓	Educación Física	En ocasiones se puede ir el responsable de Historia o Biología para hacer la actividad interdisciplinar

## Tratamiento de temas transversales

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
<p>Tendremos en cuenta las directrices del Plan de Acción Tutorial: ¿ En relación a los padres, se les informará del proceso de E/A de sus hijos en cada evaluación y puntualmente cuando surjan dificultades. ¿ En relación a los compañeros, se tratarán los temas en las puestas en común de todas las reuniones y sesiones de evaluación. ¿ En relación al alumnado, se le informará de su proceso de E/A. Algunas medidas para estimular el interés y el hábito de la lectura y de la mejora de la expresión oral y escrita, por ejemplo: ¿ Lectura de prensa y otras publicaciones relacionadas con la materia. ¿ Realización de trabajos de investigación usando las TIC. ¿ Lectura de reglamentos y normas de los deportes. ¿ Exposición de trabajos, ejercicios, experiencias¿ En relación con el plan de convivencia, el clima que se establezca estará directamente relacionado con las normas establecidas en el PEC. Con respecto a las TICS, será un instrumento didáctico. Destacar el uso del blog y el uso de apps.</p>				

## Otros

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
<p>Para desarrollar la programación docente de manera más eficaz, se ha tenido en cuenta la memoria de las actas del departamento de Educación Física del año anterior. Se han considerado las anotaciones de los profesores de Educación Física Pedro Bastida y Mario Ayala, a destacar: ¿ La continuación del programa Recreo Deportivo. ¿ La continuación de muchas de las actividades complementarias.</p>				



## Medidas de mejora

### Medidas previstas para estimular e interés y el hábito por la lectura

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
-------------	---------------

### Medidas previstas para estimular e interés y el hábito por la escritura

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
-------------	---------------

### Medidas previstas para estimular e interés y el hábito oral

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
-------------	---------------

## Indicadores del logro del proceso de enseñanza y de la práctica docente

COORDINACIÓN DEL EQUIPO DOCENTE DURANTE EL TRIMESTRE	OBSERVACIONES
Número de reuniones de coordinación mantenidas e índice de asistencia a las mismas	
Número de sesiones de evaluación celebradas e índice de asistencia a las mismas	
AJUSTE DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE	OBSERVACIONES
Número de clases durante el trimestre	
Estándares de aprendizaje evaluables durante el trimestre	
Estándares programados que no se han trabajado	
Propuesta docente respecto a los estándares de aprendizaje no trabajados: a) Se trabajarán en el siguiente trimestre; b) Se trabajarán mediante trabajo para casa durante el periodo estival; c) Se trabajarán durante el curso siguiente; d) No se trabajarán; e) Otros (especificar)	
Organización y metodología didáctica: ESPACIOS	
Organización y metodología didáctica: TIEMPOS	
Organización y metodología didáctica: RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS	
Organización y metodología didáctica: AGRUPAMIENTOS	
Organización y metodología didáctica: OTROS (especificar)	
Idoneidad de los instrumentos de evaluación empleados	
Otros aspectos a destacar	
CONSECUCCIÓN DE ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DURANTE EL TRIMESTRE	OBSERVACIONES
Resultados de los alumnos en todas las áreas del curso. Porcentaje de alumnos que obtienen determinada calificación, respecto al total de alumnos del grupo	
Resultados de los alumnos por área/materia/asignatura	
Áreas/materias/asignaturas con resultados significativamente superiores al resto	
Áreas/materias/asignatura con resultados significativamente inferiores al resto de áreas del mismo grupo	
Otras diferencias significativas	
Resultados que se espera alcanzar en la siguiente evaluación	
GRADO DE SATISFACCIÓN DE LAS FAMILIAS Y DE LOS ALUMNOS DEL GRUPO	OBSERVACIONES
Grado de satisfacción de los alumnos con el proceso de enseñanza: a) Trabajo cooperativo; b) Uso de las TIC; c) Materiales y recursos didácticos; d) Instrumentos de evaluación; e) Otros (especificar)	
Propuestas de mejora formuladas por los alumnos	
Grado de satisfacción de las familias con el proceso de enseñanza: a) Agrupamientos; b) Tareas escolares para casa; c) Materiales y recursos didácticos; d) Instrumentos de evaluación; e) Otros (especificar)	
Propuestas de mejora formuladas por las familias	

## Evaluación de los procesos de enseñanza y de la práctica docente

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1° Trimestre	2° Trimestre	3° Trimestre
<b>Otros</b>				
DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1° Trimestre	2° Trimestre	3° Trimestre
Programa Alimentación y Actividad Física Saludable Se trabajará desde un enfoque competencial, participativo, preventivo y capacitador, dirigido a fortalecer el instituto como un lugar saludable, seguro, acogedor e inclusivo, donde enseñar, aprender y convivir. Objetivos: ¿ Influir positivamente sobre la salud y los estilos de vida del alumnado. ¿ Fortalecer los centros escolares como entornos acogedores, saludables, seguros e inclusivos, donde enseñar, aprender, trabajar y convivir. Líneas de actuación: ¿ Informar sobre la importancia de una alimentación saludable y la práctica de actividad física regular. ¿ Prevenir la obesidad a través de las clases de Educación Física y actividades como los recreos deportivos o campañas como el día de la alimentación (16 de octubre). ¿ Promocionar el hábito de traer almuerzos sanos y nutritivos y la práctica de actividad física por las tardes. ¿ Fomentar el deporte escolar.				