

## MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

### CURSO: 1º BACHILLERATO

### DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA

## 1. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN POR UNIDAD DIDÁCTICA

### UNIDAD DIDÁCTICA 1: EL CALENTAMIENTO

#### Crterios de evaluacón

- 1.1. Desarrollar proyectos motores mediante la resolucin de situaciones motrices de carcter individual, en un medio con o sin incertidumbre, aplicando principios operacionales propios del tipo de prctica, siendo capaces de gestionar autnomoamente cualquier imprevisto o situacin que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma reflexiva, cognitiva, eficiente y ajustada a los objetivos que se pretenden alcanzar.
- 3.1. Practicar diversas actividades motrices analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperacin y las posibilidades de interaccin social, adoptando actitudes de intercs, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas, valorando su potencial como posible salida profesional.
- 3.2. Cooperar y colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situacin que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.
- 3.3. Establecer mecanismos de relacin y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prcticas motrices con autonoma, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de dilogo en la resolucin de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de gnero, afectivo-sexual, de origen nacional, tcnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.
- 4.2. Practicar, organizar y evaluar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, asumiendo responsabilidades, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilizacin de los equipamientos, el entorno o la propia actuacin de los participantes.
- 5.1. Incorporar de forma autónoma, los procesos de activacin corporal y relajacin, autorregulacin y dosificacin del esfuerzo, durante la prctica de actividades motrices.
- 5.2. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevencin de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicacin de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente
- 5.3. Planificar, elaborar y poner en prctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, basado en informacin constatable, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas (inteligencia motriz), y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.

#### Procedimientos e instrumentos de evaluacón

OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA: listas de control, rúbricas, escalas de observacin y diario para el registro de trabajo individual y grupal.

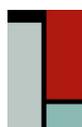
ANÁLISIS DE LAS PRODUCCIONES DE LOS ALUMNOS: escalas de valoracin graduadas, listas de control y rúbricas.

PRUEBAS ESPECÍFICAS: soluciones con las respuestas, escalas de valoracin graduadas, listas de control y rúbricas.

### UNIDAD DIDÁCTICA 2: CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS, ENTRENAMIENTO DEPORTIVO Y SALUD

#### Crterios de evaluacón

- 1.1. Desarrollar proyectos motores mediante la resolucin de situaciones motrices de carcter individual, en un medio con o sin incertidumbre, aplicando principios operacionales propios del tipo de prctica, siendo capaces de gestionar autnomoamente cualquier imprevisto o situacin que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma reflexiva, cognitiva, eficiente y ajustada a los objetivos que se pretenden alcanzar.
- 3.1. Practicar diversas actividades motrices analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperacin y las posibilidades de interaccin social, adoptando actitudes de intercs, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas, valorando su potencial como posible salida profesional.
- 3.2. Cooperar y colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situacin que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.
- 3.3. Establecer mecanismos de relacin y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prcticas motrices con autonoma, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de dilogo en la resolucin de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de gnero, afectivo-sexual, de origen nacional, tcnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.
- 4.2. Practicar, organizar y evaluar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, asumiendo responsabilidades, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilizacin de los equipamientos, el entorno o la propia actuacin de los participantes.
- 5.1. Incorporar de forma autónoma, los procesos de activacin corporal y relajacin, autorregulacin y dosificacin del esfuerzo, durante la prctica de actividades motrices.
- 5.3. Planificar, elaborar y poner en prctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mante-



nimiento de la salud, basado en información constatable, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas (inteligencia motriz), y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.

#### **Procedimientos e instrumentos de evaluación**

**OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA:** listas de control, rúbricas, escalas de observación y diario para el registro de trabajo individual y grupal.

**ANÁLISIS DE LAS PRODUCCIONES DE LOS ALUMNOS:** escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.

**PRUEBAS ESPECÍFICAS:** soluciones con las respuestas, escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3: RESISTENCIA Y CARRERA DE LARGA DURACIÓN**

#### **Criterios de evaluación**

1.1. Desarrollar proyectos motores mediante la resolución de situaciones motrices de carácter individual, en un medio con o sin incertidumbre, aplicando principios operacionales propios del tipo de práctica, siendo capaces de gestionar autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma reflexiva, cognitiva, eficiente y ajustada a los objetivos que se pretenden alcanzar.

2.2. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad vinculada a la difusión pública de datos personales, siendo capaces de interpretar de manera crítica la información transmitida sobre las manifestaciones culturales vinculadas a la motricidad, a través de los medios digitales sopesando sus pros y sus contras.

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

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

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

4.2. Practicar, organizar y evaluar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, asumiendo responsabilidades, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

5.1. Incorporar de forma autónoma, los procesos de activación corporal y relajación, autorregulación y dosificación del esfuerzo, durante la práctica de actividades motrices.

5.3. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, basado en información constatable, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas (inteligencia motriz), y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.

#### **Procedimientos e instrumentos de evaluación**

**OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA:** listas de control, rúbricas, escalas de observación y diario para el registro de trabajo individual y grupal.

**ANÁLISIS DE LAS PRODUCCIONES DE LOS ALUMNOS:** escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.

**PRUEBAS ESPECÍFICAS:** soluciones con las respuestas, escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4: JUDO**

#### **Criterios de evaluación**

1.3. Resolver situaciones motrices de oposición o colaboración-oposición, aplicando principios operacionales complejos propios de estas situaciones, basados en la descodificación de las conductas motrices del oponente y/o del compañero o compañera para ajustar la propia acción motriz.

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

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

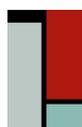
4.2. Practicar, organizar y evaluar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, asumiendo responsabilidades, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

#### **Procedimientos e instrumentos de evaluación**

**OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA:** listas de control, rúbricas, escalas de observación y diario para el registro de trabajo individual y grupal.

**ANÁLISIS DE LAS PRODUCCIONES DE LOS ALUMNOS:** escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.

**PRUEBAS ESPECÍFICAS:** soluciones con las respuestas, escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.



## UNIDAD DIDÁCTICA 5: DEPORTES ALTERNATIVOS

### Criterios de evaluación

- 1.3. Resolver situaciones motrices de oposición o colaboración-oposición, aplicando principios operacionales complejos propios de estas situaciones, basados en la descodificación de las conductas motrices del oponente y/o del compañero o compañera para ajustar la propia acción motriz.
- 2.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en la actualidad analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.
- 3.1. Practicar diversas actividades motrices analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas, valorando su potencial como posible salida profesional.
- 3.2. Cooperar y colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.
- 3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.
- 4.2. Practicar, organizar y evaluar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, asumiendo responsabilidades, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

### Procedimientos e instrumentos de evaluación

OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA: listas de control, rúbricas, escalas de observación y diario para el registro de trabajo individual y grupal.  
ANÁLISIS DE LAS PRODUCCIONES DE LOS ALUMNOS: escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.  
PRUEBAS ESPECÍFICAS: soluciones con las respuestas, escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.

## UNIDAD DIDÁCTICA 6: PRIMEROS AUXILIOS

### Criterios de evaluación

- 3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.
- 4.2. Practicar, organizar y evaluar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, asumiendo responsabilidades, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.
- 5.2. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente,

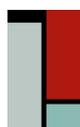
### Procedimientos e instrumentos de evaluación

OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA: listas de control, rúbricas, escalas de observación y diario para el registro de trabajo individual y grupal.  
ANÁLISIS DE LAS PRODUCCIONES DE LOS ALUMNOS: escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.  
PRUEBAS ESPECÍFICAS: soluciones con las respuestas, escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.

## UNIDAD DIDÁCTICA 7: EXPRESIÓN CORPORAL

### Criterios de evaluación

- 1.2. Resolver situaciones motrices de cooperación en un medio con o sin incertidumbre, aplicando con fluidez y control procesos de percepción, decisión y aplicación práctica, adaptando las estrategias para ajustarse a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.
- 1.4. Crear y representar composiciones mediante una motricidad simbólica, individuales o colectivas, con o sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante públicos diferentes.
- 2.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en la actualidad analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.
- 3.1. Practicar diversas actividades motrices analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas, valorando su potencial como posible salida profesional.
- 3.2. Cooperar y colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.



- 3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.
- 4.2. Practicar, organizar y evaluar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, asumiendo responsabilidades, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

#### Procedimientos e instrumentos de evaluación

OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA: listas de control, rúbricas, escalas de observación y diario para el registro de trabajo individual y grupal.

ANÁLISIS DE LAS PRODUCCIONES DE LOS ALUMNOS: escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.

PRUEBAS ESPECÍFICAS: soluciones con las respuestas, escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.

### UNIDAD DIDÁCTICA 8: DEPORTES COLECTIVOS

#### Criterios de evaluación

- 1.3. Resolver situaciones motrices de oposición o colaboración-oposición, aplicando principios operacionales complejos propios de estas situaciones, basados en la descodificación de las conductas motrices del oponente y/o del compañero o compañera para ajustar la propia acción motriz.
- 3.1. Practicar diversas actividades motrices analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas, valorando su potencial como posible salida profesional.
- 3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.
- 4.2. Practicar, organizar y evaluar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, asumiendo responsabilidades, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

#### Procedimientos e instrumentos de evaluación

OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA: listas de control, rúbricas, escalas de observación y diario para el registro de trabajo individual y grupal.

ANÁLISIS DE LAS PRODUCCIONES DE LOS ALUMNOS: escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.

PRUEBAS ESPECÍFICAS: soluciones con las respuestas, escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.

### UNIDAD DIDÁCTICA 9: ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL

#### Criterios de evaluación

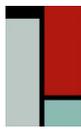
- 1.1. Desarrollar proyectos motores mediante la resolución de situaciones motrices de carácter individual, en un medio con o sin incertidumbre, aplicando principios operacionales propios del tipo de práctica, siendo capaces de gestionar autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma reflexiva, cognitiva, eficiente y ajustada a los objetivos que se pretenden alcanzar.
- 3.1. Practicar diversas actividades motrices analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas, valorando su potencial como posible salida profesional.
- 3.2. Cooperar y colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.
- 3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.
- 4.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.
- 4.2. Practicar, organizar y evaluar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, asumiendo responsabilidades, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

#### Procedimientos e instrumentos de evaluación

OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA: listas de control, rúbricas, escalas de observación y diario para el registro de trabajo individual y grupal.

ANÁLISIS DE LAS PRODUCCIONES DE LOS ALUMNOS: escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.

PRUEBAS ESPECÍFICAS: soluciones con las respuestas, escalas de valoración graduadas, listas de control y rúbricas.



## **2. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:**

Los criterios de evaluación directamente relacionados con conocimientos enmarcados dentro de los saberes básicos, tendrán un peso del 30% en la nota.

Los criterios de evaluación directamente relacionados con procedimientos enmarcados dentro de los saberes básicos, tendrán un peso del 50% en la nota.

Los criterios de evaluación directamente relacionados con actitudes enmarcadas dentro de los saberes básicos, tendrán un peso del 20% en la nota.