



MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO: 4º ESO

DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA

1. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN:

PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		
Procedimiento o Técnica	Principales Actividades de Evaluación (Tipo)	Instrumento de Evaluación
OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	<ul style="list-style-type: none"> · Participación en actividades individuales y de grupo. · Intervención en clase y aportaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> - Lista de control - Rúbricas - Escalas de observación (numérica, de frecuencia, descriptiva...) - Diario de clase / registro para trabajo grupal.
ANÁLISIS DE LAS PRODUCCIONES DE LOS ALUMNOS	<ul style="list-style-type: none"> · Elaboración de monografías: -Trabajos de investigación. -Trabajos de recopilación. -Trabajos de aplicación práctica y síntesis. · Resolución de ejercicios y fichas de trabajo. · Comentarios de texto, artículos de lectura, películas, documentales, libros... · Fichero de clase · Resúmenes · Presentaciones de temas o ejercicios. 	<ul style="list-style-type: none"> - Escalas numéricas, verbales, de valoración, graduadas... - Listas de control - Rúbricas.
INTERCAMBIOS ORALES CON LOS ALUMNOS	<p>Diálogos, debates, cuestionarios orales, asambleas y puestas en común.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Listas de control - Escalas numéricas, verbales... - Rúbricas - Registro de trabajos de grupo

<p>PRUEBAS ESPECÍFICAS</p>	<ul style="list-style-type: none"> · Exámenes escritos y cuestionarios (tipo test, respuestas cortas, largas, de resolución de ejercicios y/o supuestos...) · Ejecuciones prácticas de dominio técnico-táctico. · Pruebas de capacidad y/o habilidad motriz. · Montajes y/o representaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> - Soluciones de los exámenes con graduaciones de valor de las respuestas. - Escalas: numéricas, verbales... - Listas de control - Rúbricas.
<p>GRABACIONES Y ANÁLISIS</p>	<p>Exposiciones, pruebas prácticas (ejecuciones, situaciones de juego, montajes...)</p>	<p>- Rubricas</p>

2. CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

Crit.E.F.1.1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, buscando un cierto grado de eficacia y precisión.

Est.EF.1.1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.

Crit.E.F.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.

Est.EF.2.3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.

Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de colaboración o colaboración – oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando alguna decisión en función de los objetivos.

Est.EF.3.3.2. Aplica de forma eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.

Est.EF.3.3.3. Aplica de forma eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.

Est.EF.3.3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.

Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos en las actividades físico-deportivas propuestas buscando un cierto grado de eficacia y precisión.

Est.EF.4.1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.



Crit.EF.4.3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.

Est.EF.4.3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

Est.EF.4.3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.

Crit.EF.5.2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.

Est.EF.5.2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.

Est.EF.5.2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.

Est.EF.5.2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.

Crit.EF.6.4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.

Est.EF.6.4.1. 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.

Est.EF.6.4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.

Est.EF.6.4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.

Est.EF.6.4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.

Crit.EF.6.5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.

Est.EF.6.5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

Est.EF.6.5.2. Práctica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.



Est.EF.6.5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.

Est.EF.6.5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.

Crit.EF.6.6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.

Est.EF.6.6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.

Est.EF.6.6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.

Est.EF.6.6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

Crit.EF.6.7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.

Est.EF.6.7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.

Est.EF.6.7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.

Est.EF.6.7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.

Crit.EF.6.8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.

Est.EF.6.8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

Est.EF.6.8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.

Est.EF.6.8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.

Crit.EF.6.9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.



Est.EF.6.9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.

Est.EF.6.9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.

Est.EF.6.9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente

Crit.EF.6.10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.

Est.EF.6.10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.

Est.EF.6.10.2. Conoce los primeros auxilios e identifica las lesiones más frecuentes de rivadas de la práctica de actividad física.

Est.EF.6.10.3. Sabe realizar la RCP y describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes y situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.

3. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

Ámbito práctico: 50 % de la nota

Ámbito afectivo: 30% de la nota

Ámbito cognitivo: 20 % de la nota