

Departamento de Educación Física

Programación anual 2º E.S.O.

OPTATIVA DEPORTE

*Curso
2017-2018*

ÍNDICE

<u>ÍNDICE</u>	2
<u>ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA (E.S.O.)</u>	3
<u>EDUCACIÓN FÍSICA</u>	3
<u>OPTATIVA DEPORTE 2ª ESO</u>	4
1.- CONTENIDOS 2º ESO	4
2.- TEMPORALIZACIÓN.	5
<u>SEGUNDO CURSO. UNIDADES DIDÁCTICAS. SECUENCIACIÓN.</u>	5
3.- METODOLOGÍA DIDÁCTICA.....	7
4.- MATERIALES	9
MATERIALES, TEXTOS Y RECURSOS DIDÁCTICOS (E.S.O. Y BACHILLERATO)	9
5.- COMPETENCIAS CLAVE.....	10
6.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES.	11
7.- PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES.....	21
8.- PRUEBAS EXTRAORDINARIAS DE JUNIO	21
9.- PROCEDIMIENTOS PARA QUE EL ALUMNADO Y SUS FAMILIAS CONOZCAN LOS OBJETIVOS, LOS CONTENIDOS, LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN. LOS MÍNIMOS EXIGIBLES PARA OBTENER UNA VALORACIÓN POSITIVA, LOS CRITERIOS DE CALIFICACIÓN, ASÍ COMO LOS PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE Y CALIFICACIÓN.	22
10.- MEDIDAS ORDINARIAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	22
10.1- FACTORES CONDICIONANTES DEL APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FÍSICA:	23
10.2-MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA.	24
11.- ADAPTACIONES CURRICULARES PARA LOS ALUMNOS CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO.....	27
12.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS.	27
13.- FOMENTO DE LA LECTURA	32
14.- INDICADORES DE LOGRO Y EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE.....	33
15.- NORMAS DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA.....	36
<u>SÍNTESIS DE LA PROGRAMACIÓN</u>	39

ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA (E.S.O.)

EDUCACIÓN FÍSICA

(B.O.C.M. Núm. 118) MIÉRCOLES 20 DE MAYO DE 2015. Pág. 215, 216, 217y 218.

Se partirá de una educación basada en competencias con un planteamiento integrador que potencie la aplicación de los saberes adquiridos por los alumnos, su desarrollo personal satisfactorio, el ejercicio de la ciudadanía activa y la participación en el aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

La materia Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz a través de la práctica y el análisis crítico que afiance actitudes, valores referenciados al cuerpo, al movimiento y a la relación con el entorno. Así el alumnado logrará controlar y dar sentido a las propias acciones motrices, comprender los aspectos perceptivos, emotivos y cognitivos relacionados con dichas acciones y gestionar los sentimientos vinculados a las mismas, además de integrar conocimientos y habilidades transversales como el trabajo en equipo, el juego limpio, el respeto a las normas, y la seguridad entre otras.

Además, la Educación Física está vinculada a la adquisición de competencias relacionadas con la salud, favoreciendo la adquisición y consolidación de hábitos responsables de actividad física regular y la adopción de actitudes críticas ante prácticas individuales, grupales y sociales no saludables, fundamentalmente en lo relacionado con las enfermedades de origen cardiovascular. La competencia motriz permite al alumno (al ciudadano) disponer de respuestas adecuadas a las distintas situaciones que se le puedan presentar a lo largo de su vida.

La materia Educación Física se estructurará en torno a cinco tipos de situaciones motrices diferentes:

- 1) Entornos estables*
- 2) Situaciones de oposición*
- 3) Situaciones de cooperación*
- 4) Situaciones de adaptación al entorno*
- 5) situaciones de índole artística o de expresión.*

Por otra parte, los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje se organizan en torno a varios ejes: dominar las habilidades motoras y los patrones de movimiento necesarios para practicar un conjunto variado de actividades físicas; comprender los conceptos, principios, estrategias y tácticas asociadas a los movimientos y aplicarlos en el aprendizaje y en la práctica de actividades físicas; alcanzar y mantener una adecuada aptitud/condición física relacionada con la salud; mostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno; y valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el placer, la autosuperación, el desafío, la expresión personal y la interacción social.

En la etapa de ESO la Educación Física pretenderá ayudar a los jóvenes de esta edad a adquirir referencias de sí mismos, de los demás, y de su competencia motriz y contribuirá al desarrollo de todas las capacidades implicadas: unas específicas del ámbito motor (factores de la condición física y las capacidades coordinativas), otras de carácter metodológico o transversal (organizar y programar), también tratará de presentar distintas alternativas que sirvan para que el alumnado pueda adoptar criterios de valoración vinculados con las enseñanzas deportivas.

OPTATIVA DEPORTE 2ª ESO

(B.O.C.M. Núm. 118) MIÉRCOLES 20 DE MAYO DE 2015. Pág. 219

1.- CONTENIDOS 2º ESO

1.- Actividades individuales en medio estable.

- *Habilidades gimnásticas y acrobáticas: Saltos, giros, equilibrios volteos,*
 - ✓ *Ajuste de las habilidades a los modelos técnicos básicos.*
 - ✓ *Relación de la técnica de las modalidades con la prevención de lesiones, con la eficacia y con la seguridad.*
 - ✓ *Descripción de los movimientos y capacidades motrices implicadas. coordinación, fuerza rápida, velocidad, resistencia, flexibilidad*
- *Formas de evaluar el nivel técnico en las habilidades específicas de las actividades gimnásticas y acrobáticas.*
- *Aspectos preventivos de las actividades gimnásticas y acrobáticas: calentamiento específico ayudas, ajuste de las actividades al nivel de habilidad.*
- *Valoración del esfuerzo personal en los aprendizajes.*

2.- Actividades de adversario: Lucha, bádminton, tenis, ping-pong, indiana, shuttleball, palas,

- *Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de la lucha. Agarres desequilibrios, caídas, reequilibrios.*
- *Respeto y aceptación de las normas reglamentarias de las actividades de lucha, bádminton, tenis, ping-pong, indiana, shuttleball, palas,*
- *Autocontrol ante las situaciones de contacto físico.*
- *La figura del ganador y el significado del adversario en el deporte actual. Modelos de conducta de los ganadores. El respeto y la consideración como valores propios de estas*

3.- Actividades de colaboración-oposición: Fútbol, baloncesto, Balonmano voleibol, prebéisbol, freesbee ultimate, ...

- *Habilidades específicas del Fútbol, baloncesto, Balonmano voleibol, prebéisbol, freesbee ultimate, ... Modelos técnicos de las habilidades ofensivas y defensivas y adaptación a las características propias.*
- *Dinámica interna, aplicación de las habilidades para cumplir los principios estratégicos del fútbol, baloncesto, Balonmano voleibol, prebéisbol, freesbee ultimate, ..., Capacidades implicadas*
- *Estímulos relevantes que en el fútbol, baloncesto, Balonmano voleibol, prebéisbol, freesbee ultimate, ..., condicionan la conducta motriz. Situación de jugadores, implemento y portería, espacios de juego.*
- *La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos.*

4.- Actividades en medio no estable:

- *Trepa y recorridos horizontales de escalada. Capacidades implicadas.*
- *Medidas de seguridad y control de riesgos.*
- *Nudos; realización y procedimientos de verificación de la seguridad,*
- *Instalaciones urbanas y entornos naturales para las actividades de trepa y escalada;*
- *conductas de cuidado del entorno que se utiliza.*

5.- Actividades artístico expresivas: Acrosport

- *Calidades de movimiento y expresividad.*

- *Significados de los gestos en el lenguaje no verbal.*
- *Pompones, Diábolo, Plato chino, pelotas, aros, mazas, ...*

6.- *Salud:*

Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas. Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.

Los niveles saludables en los factores de la condición física.

Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas.

Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.

7.- *La respiración. Tipos y combinación de la respiración con la actividad física y con la relajación.*

2.- TEMPORALIZACIÓN.

SEGUNDO CURSO. UNIDADES DIDÁCTICAS. SECUENCIACIÓN.

PRIMER TRIMESTRE (26 sesiones)

EVALUCACIÓN INICIAL: (2 SESIONES).

▲ *Sesión: Recepción del alumnado y presentación de la asignatura.*

▲ *Sesión: Cuestionario y pruebas (cualidades físicas básicas).*

SALUD, HIDRATACIÓN Y ALIMENTACIÓN: (2 SESIONES).

▲ *Sesión: Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas. Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica. Los niveles saludables en los factores de la condición física.*

▲ *Sesión: Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas. Progresividad de los esfuerzos: Actividades de activación y actividades de recuperación en función la actividad principal.*

ACTIVIDADES INDIVIDUALES EN EL MEDIO ESTABLE: (20 SESIONES).

▲ *Sesión: El calentamiento. Concepto, partes, ventajas saludables y ejercicios apropiados.*

▲ *Sesión: La condición física. Concepto, capacidades físicas básicas, componentes de la condición física relacionados con la salud.*

▲ *Sesión: La flexibilidad. Concepto, capacidades físicas básicas, componentes de la condición física relacionados con la salud.*

▲ *Sesión: La flexibilidad. Ejercicios de flexibilidad y estiramiento II.*

▲ *Sesión: Test de flexibilidad II.*

▲ *Sesión: La resistencia. Carrera continua II.*

▲ *Sesión: Circuito de resistencia II.*

▲ *Sesión: La resistencia. Entrenamiento tota II, y Juegos de resistencia II.*

▲ *Sesión: La resistencia. Aeróbica II, toma de contacto.*

▲ *Sesión: La resistencia. Test de resistencia II.*

▲ *Sesión: La velocidad. Saltos: longitud y altura II.*

▲ *Sesión: La velocidad. Saltos: longitud y altura II.*

▲ *Sesión: Carreras. Técnicas de carrera II.*

- ▲ Sesión: La velocidad. Juegos de velocidad II.
- ▲ Sesión: La velocidad. Test de velocidad II.
- ▲ Sesión: Test de salto II.
- ▲ Sesión: La fuerza. Multisaltos y multilanzamientos II.
- ▲ Sesión: La fuerza. Lanzamientos: jabalina, disco y peso II.
- ▲ Sesión: La fuerza. Circuito de fuerza II.
- ▲ Sesión: La fuerza. Juegos de fuerza. Test de fuerza II.

CONTROL MÍNIMOS Y CONOCIMIENTO DE RESULTADOS (2 SESIONES)

SEGUNDO TRIMESTRE (22 sesiones)

ACTIVIDADES DE ADVERSARIO (6 SESIONES):

- ▲ Sesión: Introducción a la lucha, historia, tipos, tipos y reglamentación.
- ▲ Sesión: Judo, Historia, Reglamento.
- ▲ Sesión: Introducción al bádminton II.
- ▲ Sesión: Indíaca II.
- ▲ Sesión: Shuttleball II.
- ▲ Sesión: Palas, Tenis, ping-pong II.

ACTIVIDADES DE COLABORACIÓN-OPOSICIÓN (13 SESIONES):

- ▲ Sesión: introducción al Balonmano II.
- ▲ Sesión: introducción al Balonmano II.
- ▲ Sesión: introducción al Fútbol (Fútbol-sala) II.
- ▲ Sesión: introducción al Fútbol (Fútbol-sala) II.
- ▲ Sesión: introducción al Floorball o Unihockey II.
- ▲ Sesión: introducción al Floorball o Unihockey II.
- ▲ Sesión: introducción al Baloncesto II.
- ▲ Sesión: introducción al Baloncesto II.
- ▲ Sesión: introducción al Voleibol II.
- ▲ Sesión: introducción al Voleibol II.
- ▲ Sesión: introducción al Prebéisbol II.
- ▲ Sesión: introducción al Prebéisbol II.
- ▲ Sesión: Introducción al Freesbee ultimate II.

CONTROL MÍNIMOS Y CONOCIMIENTO DE RESULTADOS (3 SESIONES)

TERCER TRIMESTRE (22 sesiones)

ACTIVIDADES EN EL MEDIO NO ESTABLE (6 SESIONES):

- ▲ Sesión: Introducción a la escalada.
- ▲ Sesión: Introducción a la escalada, (seguridad y control de riesgos)
- ▲ Sesión: Cabuyería II.
- ▲ Sesión: Cabuyería II.
- ▲ Sesión: Juegos de orientación II.
- ▲ Sesión: Gynkana y juegos II.

ACTIVIDADES ARTÍSTICO EXPRESIVAS (13 SESIONES):

- ▲ Sesión: Relajación y respiración II.
- ▲ Sesión: Acrossport II.
- ▲ Sesión: Mimo y dramatización II.

- ▲ Sesión: Composiciones corporales individuales II.
- ▲ Sesión: Coreografía II.
- ▲ Sesión: Coreografía II.
- ▲ Sesión: Diábolo II.
- ▲ Sesión: Diábolo II.
- ▲ Sesión: Pompones, pelotas, aros, mazas II.
- ▲ Sesión: Pompones, pelotas, aros, mazas II.
- ▲ Sesión: Platos chinos II.
- ▲ Sesión: Pédalo II.
- ▲ Sesión: Pédalo II.

CONTROL MÍNIMOS Y CONOCIMIENTO DE RESULTADOS (3 SESIONES).

3.- METODOLOGÍA DIDÁCTICA

La metodología a emplear en nuestro modelo de enseñanza-aprendizaje viene determinada principalmente por los siguientes factores:

- Situación y edad del alumno.
- Estructura de la materia

Los principios metodológicos básicos a seguir son:

1. Referidos al aprendizaje:

- 1.1. *Constructividad: se tratará de que el alumno sea participe de sus aprendizajes, reflexionando sobre los mismos y sobre los procesos que lo llevan a ellos, se logre fundamentalmente mediante la participación del alumno en el diseño y realización de aprendizajes, y propiciando que adquiera aprendizajes significativos. La constructividad implica necesariamente:*
- 1.2. *Funcionalidad (aprendizajes aplicables y transferibles)*
- 1.3. *Significatividad (contenidos significativos y conocimientos previos).*
- 1.4. *Interactividad: se parte, de considerar el aprendizaje como construcción social. Tiene dos niveles: interacción profesor/a-alumno/a e interacción alumno/a-alumno/a. Este principio nos lleva a plantear tres cuestiones importantes en la dinámica del grupo-clase.*
 - 1.4.1. *Consideración positiva del “no silencio”.*
 - 1.4.2. *Planteamiento de actividades de carácter cooperativo.*
 - 1.4.3. *Organización de la interacción del profesor con sus alumnos/as.*

2. Referidos a la enseñanza:

- 2.1. *Enseñando a aprender: objetivo básico de la autonomía personal del alumno, mediante la*

adopción de un posicionamiento favorecedor de:

- 2.1.1. *El aprendizaje de estrategias de aprendizaje.*
- 2.1.2. *Hacer participar reflexivamente al alumnado sobre sus propios procesos de aprendizaje (metacognición).*
- 2.2. *Globalidad o interdisciplinariedad: Los planteamientos didácticos están enlazados con los intereses del alumnado y con el entorno circundante, haciendo girar los contenidos disciplinares alrededor de núcleos temáticos o centros de interés.*
- 2.3. *Mediación: el profesor tratará de ser facilitador de aprendizajes actuando de puente entre la estructura cognitiva del alumno/a y los contenidos de la enseñanza. Se puede concretar en el:*
 - 2.3.1. *Diseño de situaciones de aprendizaje significativo.*
 - 2.3.2. *Planteamiento de los aprendizajes en la “Zona de Desarrollo Próxima”.*

En referencia a las estrategias didácticas para nuestra práctica docente procederemos del siguiente modo:

Al principio de las sesiones se efectuará una pequeña introducción sobre los contenidos que se van a desarrollar y al final de las sesiones se hace una puesta en común con todo el grupo de clase. Esto nos servirá para comprobar la eficacia de nuestro programa; es decir, si realmente el alumnado aprende lo que hemos pretendido y si los medios que hemos puesto han servido para ello o no.

Todos los contenidos implican una parte teórica que sirve de refuerzo a la práctica y viceversa.

Aunque los temas transversales no aparecen como unidades didácticas específicas, figuran inherentes en todos los contenidos programados, así como en el desarrollo de las actividades complementarias y extraescolares.

Según las variables de número de alumnos/as, material, instalaciones y características individuales y del grupo, adaptaremos la organización de la clase, ya sea por enseñanza masiva o individualizada. En cualquier caso, facilitará la adaptación a las diferencias individuales y por otro la socialización, comunicación, solidaridad, tolerancia y todas las actitudes de las que hemos hablado en los contenidos.

La estrategia será global cuando las tareas sean fácilmente asimilables por el grupo y analítica cuando la situación lo requiera.

En la práctica se progresará de lo más fácil a lo más difícil y de lo más simple a lo más complejo, eliminando lo accesorio y permaneciendo lo fundamental. De esta forma, según los contenidos, cada sesión de una misma unidad se apoyará en la sesión anterior y servirá de base para la siguiente.

*En cuanto a la técnica de enseñanza utilizaremos **Reproducción de modelos** así como **Descubrimiento guiado** y **Enseñanza mediante la búsqueda** teniendo en cuenta las siguientes variables: contenidos, material, número de alumnos/as, características socio-afectivas del grupo, nivel de aptitud física del grupo, hora del día, instalación, número de orden de la sesión dentro de la unidad didáctica.*

Dado que en el área de Educación física es conveniente dedicar la práctica totalidad del tiempo docente a impartir clases prácticas, no es aconsejable plantear clases teóricas para explicar los contenidos conceptuales del currículo. La utilización del libro de texto permite al profesorado presentar los conceptos en forma verbal, simultáneamente con la enseñanza de los procedimientos, con la seguridad de que los alumnos y alumnas disponen de un soporte escrito, fiable y adecuado, para su estudio.

La utilización del libro por parte del alumnado puede plantearse de las siguientes formas:

- ❖ **Como libro de texto** propiamente dicho, mientras se explican los conceptos relacionados con las actividades que se desarrollarán en la clase (los primeros diez minutos de cada clase práctica, por ejemplo). En este caso, los alumnos y alumnas deberán llevar el libro a todas las clases, como en el resto de las áreas.
- ❖ **Como libro de consulta** para desarrollar las actividades que encargará el profesorado como trabajo autónomo fuera del horario escolar, pero de cumplimiento obligado. En este caso, los alumnos y alumnas pueden realizar en casa, tanto la lectura y estudio del texto, como las actividades.
- ❖ **Como compendio de información.**

Los libros de texto también proporcionan la posibilidad de evaluación del aprendizaje de los contenidos desarrollados. Las actividades y los cuestionarios pueden usarse como evaluación inicial, antes de leer el texto del libro, o como evaluación final de los conceptos aprendidos.

El libro ofrece la posibilidad de realizar y registrar una gran parte de las actividades en sus propias páginas, como es el caso de la toma de pulsaciones, representaciones gráficas del cuerpo humano o itinerarios representados en un mapa, etc. De estos registros destacan, por su utilidad e interés, los que resultan de aplicar test de condición física, de rendimiento en algunas técnicas deportivas, de las medidas del cuerpo humano, etc. En estos casos, las actividades se pueden repetir a lo largo del curso o en cursos posteriores para comprobar, tanto el profesorado como el propio alumnado, la evolución de los registros, incluso más allá de su etapa escolar.

4.- MATERIALES

MATERIALES, TEXTOS Y RECURSOS DIDÁCTICOS (E.S.O. Y BACHILLERATO)

Se dispone de equipos de música, para todas las sesiones en las que se deba trabajar con soporte musical.

Además, disponemos de aula virtual.

También, hay dos televisiones, dos reproductores de vídeo VHS, dos reproductores de DVD y una videocámara digital para poder dar explicaciones teóricas puntuales por medio de la imagen.

Se utilizarán diapositivas, fotos, películas de vídeo y DVD; transparencias y material informático como recursos didácticos.








El alumnado dispondrá de los libros de consulta de la Biblioteca, así como de los libros del propio departamento.

*El libro de texto utilizado para la E.S.O. 1º, 2º, 3º y 4º es: **EDUCACIÓN FÍSICA Fundamentos para la ESO y el Bachillerato. Editorial: La Pingoleta S.C.***

5.- COMPETENCIAS CLAVE

(B.O.C.M. Núm. 118) MIÉRCOLES 20 DE MAYO DE 2015. Pág. 13

COMPETENCIAS CLAVE

-  *Competencia lingüística (CCL)*
-  *Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT)*
-  *Competencia digital (CD)*
-  *Aprender a aprender (CAA)*
-  *Competencia sociales y cívicas (CSYC)*
-  *Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP)*
-  *Conciencia y expresiones culturales (CEC)*

El área de Educación Física ayuda esencialmente a desarrollar la competencia conciencia y expresiones culturales.

Hoy día es necesario que nuestro alumnado no sólo practique, sino que valore la actividad física como medio de equilibrio psicofísico y como factor de prevención de riesgos derivados del sedentarismo. Muchos ámbitos de la Educación Física son elementos que derivan de una determinada cultura (juegos, deportes, danzas...).

Por otra parte, las sociedades modernas conocen un auge del tiempo libre. Importante orientar hacia la ocupación activa del ocio.

Vamos a contribuir también en la competencia sociales y cívicas. El espacio de acción en el que desarrollamos nuestro área (grandes y abiertos, de manera habitual) fomenta el trabajo en equipo, la cooperación y la interacción personal. Este ámbito ayudara al crecimiento personal y a la adopción de valores ético-cívicos.

Uno de nuestros mayores retos debe ser la competencia para aprender a aprender. La autonomía y la autoestima son necesarias para un desarrollo íntegro. Nadie puede realmente libre sin ser autónomo; para lograrlo debemos ofrecer cotas de autonomía crecientes en función del grado de maduración del alumnado.

Además de estas competencias, la competencia digital, será atendida como recurso para el desarrollo del área contando con los recursos audiovisuales e informáticos de los que disponemos. El resto de competencias básicas serán tratadas en menor media, si bien todas participarán del área de Educación Física.

6.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES.

(B.O.C.M. Núm. 118) MIÉRCOLES 20 DE MAYO DE 2015. Pág. 220, 221 y 222

CrITERIOS de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</p> <p>1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p>
<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.</p>	<p>2.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>
<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p>	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>3.3. 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.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>
<p>4. 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>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</p> <p>4.4. 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>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p>
<p>5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de</p>	<p>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>2.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p>

<p><i>auto exigencia en su esfuerzo.</i></p>	<p>2.3. <i>Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</i></p> <p>2.4. <i>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.</i></p>
<p>6. <i>Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándola</i></p>	<p>3.1. <i>Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</i></p> <p>3.2. <i>Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</i></p> <p>3.3. <i>Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</i></p>
<p>7. <i>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.</i></p>	<p>7.1. <i>Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</i></p> <p>7.2. <i>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.</i></p> <p>7.3. <i>Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</i></p>
<p>8. <i>Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</i></p>	<p>8.1. <i>Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</i></p> <p>8.2. <i>Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas</i></p> <p>8.3. <i>Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.</i></p>
<p>9. <i>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.</i></p>	<p>6.1. <i>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.</i></p> <p>6.2. <i>Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.</i></p> <p>6.3. <i>Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</i></p>
<p>10. <i>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.</i></p>	<p>7.1. <i>Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</i></p> <p>7.2. <i>Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</i></p>

PRIMER TRIMESTRE			
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables/ Competencias clave	Instrumentos de evaluación/ criterios de calificación
<p>Bloque 1: Salud, hidratación y alimentación.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sistemas orgánicos. ➤ Posturas. ➤ Estiramientos. ➤ Relajación. ➤ Hábitos higiénicos y saludables. ➤ Alimentación y actividad física. ➤ Principios nutritivos. ➤ Alteraciones alimentarias. ➤ Alimentación equilibrada. 	<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. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante,</p>	<p>1.1. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva / CMCT, CAA, CCL.</p> <p>1.2. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. / SIEP.</p> <p>1.3. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud. / CCL, CEC.</p> <p>2.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. / CD.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Asistencia a clase. / 10% Bloque 1. Criterios 1. y 2. Estándares 1.1.-1.3. y 2.1. Bloque 2. Criterios 1. 2. 3. y 4. Estándares 1.1.-1.3., 2.1.-2.4., 3.1.-3.3. y 4.1. ● Identificación de seis (6) posturas y/o ejercicios perjudiciales para la salud. / 10% Bloque 1. Criterio 1. Estándares 1.1., 1.2. y 1.3. Bloque 2. Criterios 1. 2. y 3. Estándares 1.1.-1.3., 2.1.-2.4., 3.1. 3.2. y 3.3. ● Busca en Internet material relativo a los bloques temáticos tratados y Presentación de la información en PowerPoint. / 10% Bloque 1. Criterio 2. Estándar 2.1. Bloque 2. Criterio 4. Estándar 4.1. ● Durante una prueba de resistencia es capaz de aguantar (25') de carrera continua. / 20% Bloque 1. Criterio 1. Estándares 1.1., 1.2. y 1.3. Bloque 2. Criterios 1. y 2. Estándares 1.1.-1.3., 2.1. 2.2. 2.3. y 2.4. ● Es capaz de obtener una puntuación de al menos un cinco (5) en el test Course Navette. / 20% Bloque 1. Criterio 1. Estándares 1.1., 1.2. y 1.3. Bloque 2. Criterios 1. y 2. Estándares 1.1.-1.3., 2.1. 2.2. 2.3. y 2.4. ● Ejecución exitosa de al menos el cincuenta por ciento (50%) en distintas pruebas individuales sobre cualidades físicas básicas. / 20% Bloque 1. Criterio 1. Estándares 1.1., 1.2. y 1.3. Bloque 2. Criterios 1. 2. y 3. Estándares 1.1.-1.3., 2.1.-2.4., 3.1. 3.2. y 3.3. ● En un calentamiento general es capaz de respetar sus fases y utilizar al menos seis (6)
<p>Bloque 2: Actividades físico deportivas individuales en el medio estable:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✚ Calentamiento. ✚ Condición Física. ✚ Flexibilidad. ✚ Resistencia ✚ Fuerza 	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. / CMCT.</p> <p>1.2. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. / CMCT, CCL.</p> <p>1.3. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. / CSYC.</p> <p>2.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. / CMCT</p> <p>2.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Es capaz de obtener una puntuación de al menos un cinco (5) en el test Course Navette. / 20% Bloque 1. Criterio 1. Estándares 1.1., 1.2. y 1.3. Bloque 2. Criterios 1. y 2. Estándares 1.1.-1.3., 2.1. 2.2. 2.3. y 2.4. ● Ejecución exitosa de al menos el cincuenta por ciento (50%) en distintas pruebas individuales sobre cualidades físicas básicas. / 20% Bloque 1. Criterio 1. Estándares 1.1., 1.2. y 1.3. Bloque 2. Criterios 1. 2. y 3. Estándares 1.1.-1.3., 2.1.-2.4., 3.1. 3.2. y 3.3. ● En un calentamiento general es capaz de respetar sus fases y utilizar al menos seis (6)

	salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	de desarrollo motor y a sus posibilidades. / CAA. 2.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. / CAA. 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. / CEC	ejercicios diferentes para cada una de ellas. / 10% Bloque 2. Criterio 3. Estándar 3.1., 3.2. y 3.3 10+10+10+20+20+20+10=100
	3. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándola.	3.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. / CAA 3.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. / CAA 3.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades. / CAA, CEC.	
	4. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante.	4.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. / CD.	

SEGUNDO TRIMESTRE			
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables/ Competencias clave	Instrumentos de evaluación/ criterios de calificación
Bloque 3: Actividades de adversario: ➤ Bádminton. ➤ Indiaca. ➤ Shutteball. ➤ Palas, tenis, ping-pong.	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. / CMCT. 1.2. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. / CMCT, CCL. 1.3. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. / CSYC..	● Asistencia a clase. / 20% Bloque 3. Criterios 1. y 2. Estándares 1.1.-1.3. y 2.1. Bloque 4. Criterios 1. 2. 3. y 4. Estándares 1.1.-1.4., 2.1.-2.4., 3.1.-3.3. y 4.1. ● Busca en Internet material relativo a los bloques temáticos tratados y Presentación de la información en PowerPoint . / 20% Bloque 3. Criterio 2. Estándar 2.1. Bloque 4. Criterio

	<p>2. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante.</p>	<p>2.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. / CD.</p>	<p>4. Estándar 4.1.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● En una situación de juego real aplica los aspectos básicos de la técnica u habilidades específicas de las actividades propuestas, respetando y conociendo seis (6) reglas y seis (6) normas. /20% Bloque 3. Criterios 1. y 2. Estándares 1.1.-1.3. y 2.1. Bloque 4. Criterios 1. 2. y 3. Estándares 1.1.-1.4., 2.1.-2.4., 3.1. 3.2. y 3.3. ● Es capaz de controlar el implemento realizando quince (15) toques, pases, lanzamientos, ... /20% Bloque 3. Criterios 1. y 2. Estándares 1.1.-1.3. y 2.1. Bloque 4. Criterios 1. 2. y 3. Estándares 1.1.-1.4., 2.1.-2.4., 3.1. 3.2. y 3.3. ● En un circuito de conducción del implemento el tiempo máximo de realización no superara los diecinueve segundos (19"). / 20% Bloque 3. Criterios 1. y 2. Estándares 1.1.-1.3. y 2.1. Bloque 4. Criterios 1. 2. y 3. Estándares 1.1.-1.4., 2.1.-2.4., 3.1. 3.2. y 3.3. <p style="text-align: center;">20+20+20+20+20=100</p>
<p>Bloque 4: Actividades de colaboración-oposición:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✚ Balonmano. ✚ Fútbol. ✚ Baloncesto. ✚ Voleibol. ✚ Prebéisbol. ✚ Freesbee ultimate. 	<p>1. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes</p>	<p>1.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas. / CMCT, CAA</p> <p>1.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas. / CMCT, CAA.</p> <p>1.3. 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. / CMCT, CAA.</p> <p>1.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares. / CMCT, CAA.</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.</p>	<p>2.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. / CMCT, CAA.</p> <p>2.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. / CAA.</p> <p>2.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. / CAA.</p> <p>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. / CEC</p>	
	<p>3. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándola</p>	<p>3.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. / CAA</p> <p>3.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. / CAA</p>	

		3.3. <i>Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades. / CAA, CEC.</i>	
	4. <i>Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante.</i>	4.1. <i>Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. / CD.</i>	

TERCER TRIMESTRE			
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables/ Competencias clave	Instrumentos de evaluación/ criterios de calificación
<p>Bloque 5: Actividades en el medio no estable:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Actividades en la naturaleza. ➤ Cabuyería. ➤ Orientación. 	<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.</p> <p>2. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante,</p>	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. / CMCT, CAA.</p> <p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. / SIEP.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico. / CL.</p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. /CAA.</p> <p>1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades. / CL, CAA, CEC.</p> <p>2.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. / CD.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Asistencia a clase. / 6% Bloque 5. Criterios 1. y 2. Estándares 1.1.-1.5. y 2.1. Bloque 6. Criterios 1. 2. 3. 4. 5. y 6. Estándares 1.1.-1.4., 2.1.-2.4., 3.1., 4.1.-4.3., 5.1-5.3. y 6.1. ● Busca en Internet material relativo a los bloques temáticos tratados y Presentación de la información en PowerPoint. / 10% Bloque 5. Criterio 2. Estándar 2.1. Bloque 6. Criterio 6. Estándar 6.1 ● Realización correcta de seis (6) nudos diferentes en un tiempo de un minuto y medio (1'30''). / 14% Bloque 5. Criterio 1. Estándares 1.1.-1.5. ● Dado un plano topográfico puede localizar seis (6) puntos y es capaz de superar un circuito de orientación con seis (6) estaciones. / 14% Bloque 5. Criterio 1. Estándares 1.1.-1.5. ● Durante la audición de un ritmo realiza cinco (5) figuras, gestos o posiciones diferentes durante minutos y quince segundos (2'15'')/

	<p>elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.</p>		
<p>Bloque 6: Actividades artístico expresivas:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Relajación y respiración. + Mimo y dramatización. + Composiciones corporales individuales. + Coreografía. + Diábolo. + Pompones, pelotas, aros, mazas. + Platos chinos. + Pédalo 	<p>1. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.</p>	<p>1.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. / CAA, SIEP. 1.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. / CAA, SIEP.. 1.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. / CAA, SIEP. 1.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. / CAA, SIEP.</p>	<p>14% Bloque 6. Criterios 1. 2. 3. 4. 5. y 6. Estándares 1.1.-1.4., 2.1.-2.4., 3.1., 4.1.-4.3., 5.1. 5.2. y 5.3.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Con el diábolo y el plato chino puede ejecutar seis (6) figuras distintas. / 14% Bloque 6. Criterios 1. 2. 3. 4. 5. y 6. Estándares 1.1.-1.4., 2.1.-2.4., 3.1., 4.1.-4.3., 5.1. 5.2. y 5.3. ● Puede hacer quince (15) lanzamientos y recepciones con pompones, pelotas, malabares.... Con las dos manos, con la mano derecha, con la izquierda. / 14% Bloque 6. Criterios 1. 2. 3. 4. 5. y 6. Estándares 1.1.-1.4., 2.1.-2.4., 3.1., 4.1.-4.3., 5.1. 5.2. y 5.3. ● En un circuito de ida y vuelta utilizando un pédalo empleara como máximo diecinueve segundos (19"). / 14% Bloque 6. Criterios 1. 2. 3. 4. 5. y 6. Estándares 1.1.-1.4., 2.1.-2.4., 3.1., 4.1.-4.3., 5.1. 5.2. y 5.3.
	<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.</p>	<p>2.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. / CAA, CMCT. 2.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. / CAA, CMCT. 2.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. / CAA, CMCT. 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. / CAA, CMCT.</p>	<p style="text-align: center;">6+10+14+14+14+14+14+14=100</p>
	<p>3. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándola</p>	<p>3.1. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades. / CAA, CMCT, SIEP.</p>	
	<p>4. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.</p>	<p>4.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. / CAA, CSYC, SIEP. 4.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas. / CAA, CSYC, SIEP.</p>	

		<p>4.3. <i>Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual. / CAA, CSYC, SIEP.</i></p>	
	<p>5. <i>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.</i></p>	<p>5.1. <i>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. / CAA, CSYC, SIEP.</i></p> <p>5.2. <i>Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. / CAA, CSYC, SIEP.</i></p> <p>5.3. <i>Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. / CAA, CSYC, SIEP.</i></p>	
	<p>6. <i>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.</i></p>	<p>6.1. <i>Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. / CD.</i></p>	
<h2><u>PRUEBA EXTRAORDINARIA JUNIO</u></h2>			<ul style="list-style-type: none"> ● Entrega de trabajos en el plazo establecido. / 40% ● En exámenes prácticos lograr al menos un cinco (5) / 60%

7.- PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES.

- ❑ *Tendrá un carácter automático debido a que la evaluación se contempla como un proceso continuo. En caso de no superar los mínimos establecidos el alumnado podrá optar con carácter extraordinario a la realización de una prueba global, teórico-práctica, siempre y cuando no exista abandono de la materia y la actitud sea adecuada.*
- ❑ *Todos los alumnos tendrán las recuperaciones en junio.*
- ❑ *Los exámenes de recuperación de junio constarán de las mismas pruebas y ejercicios prácticos y teóricos que se exigieron en los exámenes de la evaluación correspondiente.*
- ❑ *Los alumnos/as con la asignatura suspensa en la evaluación ordinaria de junio serán debidamente informados por su profesor sobre los trabajos a realizar y el examen extraordinario de junio personalmente.*
- ❑ *El hecho de contar con muy pocas horas de clase a la semana y teniendo en cuenta que se necesita mucho tiempo para asimilar unos contenidos prácticos que se han realizado durante tres meses, pensamos que no es conveniente realizar las recuperaciones inmediatamente después de la evaluación, ya que ocasionaría perjuicios tanto a los/as aprobados/as como a los/as suspensos/as.*

8.- PRUEBAS EXTRAORDINARIAS DE JUNIO

Teniendo en cuenta la orientación teórico práctica de la materia se proseguirá el enfoque seguido durante el curso en las pruebas ordinarias.

*Cada prueba tendrá un valor dependiendo de la parte pendiente que deba recuperar cada discente. **Carácter personalizado.***

Con carácter general y siempre de modo flexible su planificación general conllevará:

- 1.- **Presentación obligatoria**, para poder ser evaluados positivamente en caso de ser necesario, del **trabajo teórico** encomendado en junio y que versará sobre el bloque temático que deba ser recuperado.*
- 2.- **Prueba de carácter teórico** mediante ejercicios de evaluación de respuesta corta tipo test y/o ítems de elección múltiple, exámenes tradicionales...*
- 3.- **Pruebas prácticas**. Suponen la culminación del planteamiento de entrenamiento individual recibido por el alumnado en las orientaciones de junio y demostración del dominio de las habilidades deportivas (técnica y táctica).*

Estas pruebas serán eliminatorias cronológicamente. El no presentar los trabajos impide el paso a la siguiente y así sucesivamente.

Con el fin de facilitar la adquisición por parte del discente de de los objetivos se recomienda que las pruebas se realicen en dos días. Uno, para recepción de trabajos y examen teórico y al día

siguiente, las pruebas físicas a primera hora de la mañana para evitar problemas graves de salud por las altas temperaturas y el sol.

9.- PROCEDIMIENTOS PARA QUE EL ALUMNADO Y SUS FAMILIAS CONOZCAN LOS OBJETIVOS, LOS CONTENIDOS, LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN. LOS MÍNIMOS EXIGIBLES PARA OBTENER UNA VALORACIÓN POSITIVA, LOS CRITERIOS DE CALIFICACIÓN, ASÍ COMO LOS PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE Y CALIFICACIÓN.

- ➔ Publicando la P.G.A. en Internet. Aula virtual,
- ➔ Entrevistas individuales con los padres.
- ➔ Dando a conocer a todo el alumnado la P.G.A. a comienzo de curso.
- ➔ Utilizando la agenda del alumnado.
- ➔ Uso del I.E.S. Fácil para mantener una comunicación continua rápida y fluida.
- ➔ Atención mediante teléfono del centro.
- ➔ Posibilidad de consultar en el centro en soporte papel.

10.- MEDIDAS ORDINARIAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

(B.O.C.M. Núm. 118) MIÉRCOLES 20 DE MAYO DE 2015. Pág. 21, 22. ...

Es perfectamente constatable en el aula el hecho de que no todo el alumnado aprende igual. Los aprendizajes previos, el nivel de maduración, la situación personal y familiar, los factores genéticos y de desarrollo son algunos de los aspectos que pueden marcar diferencias a la hora de aprender.

La tradicional concepción de la enseñanza, cuyo objeto se centraba en la consecución de unos contenidos marcados, ha incidido poco en la forma de aprender que tiene cada uno/a, de forma que el fracaso se ha identificado con la no consecución de dichos contenidos sin prestar tanta atención a las características que condicionan el aprendizaje de cada uno/a.

A los factores como desarrollo intelectual, pensamiento abstracto, capacidad de síntesis, razonamiento lógico, etc. se suman en nuestra área aquellos que vienen condicionados por el carácter eminentemente práctico de los contenidos impartidos. El caso típico de la persona que, teniendo brillantes éxitos en el resto de las áreas, fracasa en la nuestra por limitaciones de carácter físico o motor es un ejemplo con el que a menudo hemos de enfrentarnos.

La riqueza y variedad del carácter de los contenidos (condición física, cualidades motrices, deportes individuales y colectivos, expresión...) unidas a la gran importancia de los factores actitudinal y de relación dentro del trabajo en clase implican una gran variedad de respuestas en nuestro alumnado que muchas veces no vienen condicionadas simplemente por la no realización de una tarea o la consecución de un objetivo.

Como valoración inicial y punto de partida, la tendencia hacia una individualización del proceso de enseñanza se nos plantea como la clave para superar la gran diversidad en el aprendizaje que podemos observar en el alumnado, acercando los contenidos a sus capacidades y posibilidades.

10.1- Factores condicionantes del aprendizaje en Educación Física:

● **Grado de desarrollo motor.**

- * *Este período, caracterizado por el inicio de la adolescencia, está marcado por la aparición de notables diferencias de desarrollo evolutivo. Si en los años anteriores existía un nivel de desarrollo más o menos homogéneo, es en estas edades cuando empiezan a aparecer diferencias individuales. Ahora las chicas experimentan un mayor desarrollo, especialmente de las capacidades coordinativas, siendo más tardío el de los chicos.*
- * *Además de los rasgos propios del sexo, el desarrollo se manifiesta de forma distinta, dando origen a notables diferencias individuales. Aunque todos/as tengan la misma edad biológica, podemos encontrar casos en los que ya se haya dado el estirón y se produzca un rendimiento motor de gran eficacia, junto a otros en los que apenas se noten diferencias respecto al año anterior, por darse un desarrollo más lento.*
- * *No podemos, por tanto, establecer un mismo nivel de exigencia para todos los casos, ya que irá en perjuicio de aquellos/as con un nivel de desarrollo más lento.*

● **Características individuales.**

- * *Hay alumnos/as mejor dotados de forma innata para la actividad física que otros. Debemos tener en cuenta que no es culpa suya no poder llegar a donde otros/as llegan no por decisión personal, sino por imperativos de su constitución o eficacia motriz innata.*
- * *Cada día son más frecuentes los casos de asma y alergias entre el alumnado; esto condiciona su rendimiento especialmente en cuanto a la eficacia cardio-respiratoria por causas ajenas a su voluntad. La adaptación de la tarea a sus posibilidades evita aumentar la sensación de fracaso que encuentran al estar limitados/as.*

● **Experiencias previas.**

- * *La eficacia en las tareas puede venir también motivada por el bagaje motriz que cada persona tenga tras de sí. Algunos/as han recibido una Educación Física correctamente adaptada a sus posibilidades evolutivas en etapas anteriores, o vienen practicando aprendizajes de habilidades específicas (especialmente a través de la práctica deportiva en clubes) mientras que hay otros/as que están condicionados/as porque su aprendizaje no ha sido tan notable al no haber realizado actividades aparte de la Educación Física escolar o haber sido ésta limitada o no adecuada a su nivel de desarrollo. Hemos de resaltar en este último caso la incidencia que pueden tener las experiencias negativas anteriores, generando un temor o recelo ante la actividad que puede ser superado con una adecuada orientación de la enseñanza. El entorno que rodea al alumno/a tanto social como familiar, también condiciona su disposición y motivación hacia la práctica de actividades físicas.*
- * *Los factores indicados determinan las características y posibilidades de cada uno/a frente al área. **El planteamiento del proceso de enseñanza debe atender a las posibilidades de aprendizaje personales.***
- * *Hemos de destacar que en la atención a la diversidad no debemos centrarnos solamente en aquellos casos que supongan un retraso en el aprendizaje respecto a la media, sino también en todos aquellos que, por sus características genéticas y de desarrollo o por sus*

experiencias previas, presenten una mayor facilidad para la asimilación y ejecución de tareas.

10.2-Medidas de atención a la diversidad en educación física.

Dentro de las posibilidades que tenemos de atención a la diversidad podemos distinguir:

- ⊙ **Optatividad.** *Pretende favorecer que el alumnado desarrolle las mismas capacidades de los objetivos generales de la etapa siguiendo caminos diferentes*
- ⊙ **PMAR.**
- ⊙ **Atención a alumnos con dificultades de aprendizaje tanto en modalidad ordinaria como acnees: dislexia, TDAH, TEA...**, *en este último caso se trabajara en intima colaboración con los técnicos superior en integración social.*
- ⊙ **Adaptación curricular.** *Realizar adaptaciones que, a través de modificaciones en el currículo flexibilicen las condiciones del proceso de enseñanza para posibilitar el aprendizaje de cada alumno/a.*
- *La adaptación curricular dentro de la programación debe tender a posibilitar a todos/as la consecución de un aprendizaje constructivo y significativo a través de modificaciones que flexibilicen las condiciones de desarrollo y permitan, a personas con distintos niveles de aprendizaje, motivaciones e intereses, posibilidades para desarrollar con éxito su actividad. Por supuesto que con estas medidas no se va a conseguir una adecuada progresión en todos los casos, pero sí se van a disminuir las diferencias.*
- ⊙ **Valoración inicial.**
 - ⊙ *Cada profesor/a realizará un estudio inicial del alumnado que nos acercará a su realidad en los siguientes factores:*
 - ▣ **Características constitucionales y de desarrollo motriz.**
 - ▣ **Experiencias previas.** *A través de encuestas podemos llegar a hacer una aproximación de las distintas actividades realizadas (tanto en la Educación Física escolar como en la práctica de actividades físicas y deportes fuera de la escuela) y del nivel de progresión alcanzado en ellas. Sería conveniente considerar aquellos casos en los que experiencias previas puedan haber supuesto un fracaso y hayan provocado un miedo o un rechazo a la actividad fruto de la falta de éxito.*
 - ▣ **La valoración inicial a principio de curso y la valoración a principio de cada unidad didáctica, nos posibilitarán adecuar el nivel de los contenidos y el grado de exigencia.**
- ⊙ **Adaptación de los objetivos.**
 - ⊙ *El establecimiento de una serie de objetivos cerrados de obligado cumplimiento puede llevarnos a una selección inicial que imposibilite de partida el éxito a determinados/as alumnos/as. Por el contrario, la flexibilización de los mismos dentro de unos márgenes favorece que el alumnado encuentre mayores posibilidades para su consecución.*

⊙ **Selección y priorización de contenidos.**

⊙ *Es este uno de los aspectos de mayor importancia dentro de la adaptación curricular. Para la consecución de un mismo objetivo deben existir distintos caminos, distintos contenidos. Para posibilitar la consecución de los objetivos por parte de personas con distintos niveles debemos priorizar contenidos, de forma que haya unos mínimos y, a partir de ellos, otros de mayor grado de complejidad.*

⊙ *Así pues, seleccionaremos los contenidos atendiendo a los siguientes factores:*

▣ *Programar contenidos y actividades adaptados a distintos niveles, dentro de unos márgenes.*

▣ *Evitar, en la medida de lo posible las pruebas de ejecución con carácter normativo. Utilizarlas como elemento orientador.*

▣ *Establecer pruebas con un carácter criterial que valoren el nivel de progresión en función de la práctica y del esfuerzo realizado.*

▣ *Valorar el grado de autonomía en el trabajo.*

▣ ***En los aprendizajes de habilidades con cierto nivel de riesgo** (habilidades gimnásticas), se deben establecer ayudas a la progresión.*

▣ *En la **enseñanza de la técnica deportiva** hay que plantear problemas motrices con múltiples soluciones, intentando evitar situaciones con una sola respuesta, de forma que él/ella pueda adaptar las respuestas a sus características.*

▣ *En los **deportes colectivos** debemos valorar el nivel de participación en las tareas e iniciar la enseñanza de la táctica colectiva con el planteamiento de problemas que tengan distintos niveles de resolución, procurando que el mecanismo de ejecución no sea un factor determinante.*

▣ *Hay que intentar evitar los agrupamientos naturales por niveles en el desarrollo de los juegos y deportes colectivos, variando las normas para favorecer la inclusión de todos/as en el juego.*

▣ *Es importante delimitar el número de estímulos perceptivos a través de la simplificación de las normas.*

▣ *Hay que valorar la cooperación y el trabajo colectivo como un elemento importante, así como el respeto a los/as demás.*

⊙ **Organización de los recursos personales y materiales dirigidos a las personas con necesidades educativas especiales. (a.c.n.e.e.)** *En nuestra área (debido al carácter específico que la distingue del resto) pueden realizarse determinadas adaptaciones que favorezcan el proceso de integración.*

○ *Tan importante es que éstos se integren en la marcha del centro como que sus compañeros/as vivencien las circunstancias y limitaciones de su actividad y aprendan a valorar el esfuerzo que supone la adaptación.*

○ *El planteamiento de este tipo de contenidos tiene una doble finalidad:*

- ⊙ *Conocer y vivenciar las posibilidades que tienen las personas discapacitadas.*
- ⊙ *Aumentar el bagaje motriz de las personas con experiencias prácticas en las que la actividad se realiza en condiciones limitadas (los deportes con los ojos vendados desarrollan otras posibilidades perceptivas al no contar con la vista, los que se realizan con la silla de ruedas obligan a coordinar los desplazamientos y habilidades específicas en el tren superior).*
- ⊙ ***Alumnos/as con discapacidad física transitoria o permanente.***
 - *Distinguiremos aquellos/as alumnos/as que están limitados/as para realizar unas determinadas actividades de aquellos/as que no pueden practicar actividad física.*
 - *Creemos que con un poco de imaginación podemos integrar en mayor o menor medida a todos/as dentro de la marcha general del curso, haciéndoles sentirse más útiles y consiguiendo una mayor motivación y nivel de aprendizaje.*
- ⊙ ***Alumnos/as con discapacidad física grave y permanente.***
 - *Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física.*
 - *Proponemos a continuación algunas posibilidades para llevarlos a cabo:*
 - ⊙ *Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están trabajando para exponer a sus compañeros/as.*
 - ⊙ *Elaboración de apuntes para sus compañeros/as.*
 - ⊙ *Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros/as.*
 - ⊙ *Dirección de actividades a sus compañeros/as: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación.*
 - ⊙ *En los trabajos de expresión corporal participar como observadores en la evaluación formativa y sumativa.*
- ⊙ ***Alumnos/as con discapacidades contraindicadas para un determinado tipo de contenidos.***
 - *Dentro de este grupo incluimos a aquellos/as alumnos/as que sufren una afectación que les impide realizar determinadas actividades.*
 - *Esta afectación puede ser crónica o de larga recuperación y aguda o de corta recuperación.*
 - ⊙ *Para el primer caso proponemos, además de los puntos citados en el apartado anterior, contenidos alternativos que tengan relación, en la medida de lo posible, con los planteados en la programación para el resto del alumnado.*
 - ⊙ *Para los/as que padezcan una discapacidad transitoria, proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que realicen las actividades que sean*

compatibles durante el tiempo de lesión y un programa de refuerzo que deben llevar a cabo una vez recuperados.

FASE DE PERCEPCIÓN	FASE DE DECISIÓN	FASE DE EJECUCIÓN Y CONTROL MOTOR
Deficientes Sensoriales	Deficientes Psíquicos	Deficientes Motóricos

11.- ADAPTACIONES CURRICULARES PARA LOS ALUMNOS CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO.

(B.O.C.M. Núm. 118) MIÉRCOLES 20 DE MAYO DE 2015. Pág. 22.

Teniendo en cuenta cada una de las necesidades específicas individuales los discentes se elaborará una propuesta de trabajo (A.C.I.) adaptada a su nivel de competencia curricular, discapacidad, ..., en colaboración con el/la P.T.

El objetivo primordial será conseguir que el alumno/a logre los mínimos que le permitan seguir con aprovechamiento los contenidos curriculares del curso académico siguiente.

En estos casos, la calificación final se consensuará con el/la profesional anteriormente indicado. Se valorarán para ello, contenidos de tipo conceptual, procedimental y actitudinal. Siendo estos últimos de gran importancia junto con la consideración de la situación afectivo-emocional y nivel madurativo (se tendrán en cuenta las aportaciones del D. Orientación) de cada alumno/a.

12.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS.

Por el gran número de objetivos que debemos alcanzar en nuestra área y la complejidad de los contenidos a desarrollar en un número de horas semanales absolutamente insuficientes tanto en Educación Secundaria como en Bachillerato, este Departamento considera desde siempre que las Actividades Complementarias y Extraescolares son el único instrumento a nuestro alcance para poder desarrollar los contenidos de una forma equilibrada y poder aspirar a una consecución de los objetivos de área de manera realista, para enlazar así con la consecución de los objetivos de cada etapa educativa.

Por todos estos motivos, este Departamento lleva programando, gestionando, desarrollando y evaluando actividades complementarias y extraescolares desde hace muchos años, con la misma dedicación y empeño que en las clases normales; demostrando cada vez la gran riqueza de objetivos que se consiguen con la realización de las mismas.

Creemos que este hecho nos ha aportado una gran experiencia en cuanto a su diseño y organización se refiere. También en cuanto a las vías de financiación ya que siempre hemos procurado que las actividades no les resultaran inaccesibles económicamente al alumnado a pesar de que algunas puedan alcanzar un coste elevado.

En nuestra área en la mayoría de los casos dependemos de la oferta de instalaciones externas o necesitamos contratar monitores/as o pagar entrada además de los desplazamientos, condiciones atmosféricas desfavorables, temporalidad de algunas actividades, etc.

Esto implica que ahora no podamos asegurar la fecha exacta de realización ni concretar los gastos que se van a originar para el centro. Desconocemos también si el centro va a destinar alguna cantidad para la realización de estas actividades o si nos concederán las subvenciones que solicitemos; por lo que los costes que apuntamos serán en todo caso orientativos. Lo que si aseguramos es que todos estos detalles los daremos a conocer en cuanto los sepamos y con la suficiente antelación.

Posibles actividades que pueden realizarse dentro o fuera del recinto escolar:

Actividades de carácter general:

Competiciones de baloncesto, fútbol, balonmano, voleibol, unihock, bádminton, ping-pong, ajedrez, petanca, damas, etc., organizadas por los alumnos/a y celebradas en los recreos.

Actividades subvencionadas por la comunidad de Madrid o el ayuntamiento de Fuenlabrada

Actividades con soporte musical organizadas por los Alumnos/a celebradas en los recreos

Danza; cursos impartidos por el ayuntamiento de iniciación a la danza y expresión corporal.

Actividades de multiaventura.

Actividades en el medio acuático.

Deportes blancos.

Actividades en el medio natural terrestre.

CURSO	PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE
E.S.O. 1º	<i>Actividad deportiva en instalación cubierta y/o descubierta</i> <i>o</i> <i>Actividad en el medio natural terrestre y/o acuático</i>	<i>Actividad deportiva en instalación cubierta y/o descubierta</i> <i>o</i> <i>Actividad en el medio natural terrestre y/o acuático</i>	<i>Actividad deportiva en instalación cubierta y/o descubierta</i> <i>o</i> <i>Actividad en el medio natural terrestre y/o acuático</i>
E.S.O. 2º			
E.S.O. 3º			
E.S.O. 4º			
BACHILLERATO			

Ejemplo del desarrollo de algunas actividades:

Patinaje sobre hielo.

Descripción: Patinar sobre hielo en una instalación adecuada.

Duración: Una mañana.

*Coste: Para el centro, el desplazamiento de los/as profesores/as acompañantes.
Para el alumnado, el desplazamiento y la actividad.*

Visita a una bolera.

Descripción: Jugar a los bolos en una instalación adecuada.

Duración: Una mañana.

Coste: Para el centro, el desplazamiento de los/as profesores/as acompañantes.
Para el alumnado, el desplazamiento y la actividad.

Visita al Museo del I.N.E.F. Escalada en pared artificial.

Descripción: Escalar en el rocódromo del I.N.E.F. Visitar las instalaciones del I.N.E.F. y su museo que es un gimnasio antiguo con los primeros artilugios que se utilizaron desde la época de la Grecia Clásica hasta nuestros días.

Duración: Una mañana.

Coste: Para el centro, ninguno.
Para el alumnado, el desplazamiento y la actividad.

Marcha en Bicicleta.

Descripción: Aprender a utilizar la bicicleta de montaña por caminos y senderos.

Duración: Una mañana o una mañana y una tarde.

Coste: Para el centro, la comida de los/as profesores/as en caso de un día entero.
Para el alumnado, su comida y el desplazamiento hasta el lugar elegido si es en la sierra.

Cross de Orientación.

Descripción: Es una carrera en el campo en la que interpretando un mapa y una brújula, deben encontrar controles que les indicaran donde está el siguiente y de esta forma llegarán a la meta.

Duración: Un día. Puede formar parte de la actividad multiaventura que describiremos después.

Coste: Para el centro, el desplazamiento y la comida de los/as profesores/as acompañantes.
Para el alumnado, el desplazamiento, la actividad y la comida.

Esquí de 1 día.

Descripción: Esquiar en una instalación de la Comunidad de Madrid. Aprenden a ponerse las tablas, a coger un remonte y a deslizarse.

Duración: Un día.

Coste: Para el centro, el desplazamiento y la manutención de los/as profesores/as y acompañantes.

Visita a Xanadú.

Descripción: Esquiar en una instalación cubierta de la Comunidad de Madrid (Arroyomolinos).”
Aprenden a ponerse las tablas, a coger un remonte y a deslizarse.

Duración: Un día.

Coste: Para el centro, el desplazamiento y la manutención de los/as profesores/as y acompañantes.
Para el alumnado, el desplazamiento, la actividad y la comida.

Multiaventura.

Descripción: Se hacen 4 o 5 actividades en la misma jornada. Montar a caballo, en piragua, en bicicleta, senderismo, tiro con arco, paso de ríos, escalada y rappel, rafting, etc. dependiendo de nuestra demanda.

Duración: Un día.

Coste: Para el centro, el desplazamiento y la comida de los/as profesores/as acompañantes.
Para el alumnado, el desplazamiento, la actividad y la comida.

Día de deportes.

Descripción: Alquilar unas instalaciones de uso multideportivo donde los alumnos van rotando por los diferentes deportes.

Duración: Un día.

Coste: Para el centro, el desplazamiento y la comida de los/as profesores/as acompañantes.
Para el alumnado, el desplazamiento, la actividad y la comida.

Danza.

Descripción: Cursos impartidos por el ayuntamiento de iniciación a la danza y expresión corporal.

Duración: De 3 a 6 sesiones de 50 minutos dentro del horario escolar en la asignatura de educación física.

Coste: Ninguno.

Acuópolis.

Descripción: Disfrutar en el medio acuático de las posibilidades que ofrece el parque.

Duración: Un día.

Coste: Para el centro, desplazamiento y comida, para los/as profesores
Para el alumnado, el desplazamiento, la actividad y la comida.

Visita al parque temático de la WARNER.

Descripción: Disfrutar posibilidades que ofrece el parque.

Duración: Un día.

Coste: Para el centro, desplazamiento y comida, para los/as profesores
Para el alumnado, el desplazamiento, la actividad y la comida.

Paintball.

Descripción: Disfrutar de un campo temático y de todas las posibilidades que ofrecen los diferentes escenarios.

Duración: Una mañana o una mañana y una tarde.

Coste: Para el centro, desplazamiento y comida, para los/as profesores
Para el alumnado, el desplazamiento, la actividad y la comida.

PROPUESTAS DEL ALUMNADO.

En este apartado intentaremos dar cabida a las propuestas que de forma mayoritaria recibamos del alumnado. Creemos que así aprenden a participar en la vida del centro. Nuestro departamento facilitará esta labor, por la relación tan cercana que mantenemos con el alumnado.

Debemos hacer referencia a que, en la mayoría de los casos, las empresas externas con las que trabajamos, subvencionan totalmente el coste de la actividad a los/as profesores/as acompañantes. Por esa razón, no lo hemos reflejado como gasto. Pero puede darse el caso de que ofrezcan gratuidades con determinado número de alumnos/as que no coincida con el establecido por la C.C.P. y el importe de la actividad de algún/a profesor/a, deba asumirlo el centro.

También queremos hacer referencia a que todo esto es una previsión. La realización de todas estas actividades depende de muchos factores.

Estas actividades se harán de acuerdo con las directrices establecidas por la C.C.P. a mediados de septiembre, revisadas y consensuadas por los distintos departamentos y divisiones.

Estamos a disposición del consejo escolar del centro, así como de los diferentes estamentos de la comunidad educativa para cualquier aclaración sobre este proyecto.

El departamento propone que se estudie la posibilidad de que el centro disponga de un fondo de compensación económica para los días que el profesorado permanece fuera del centro durante las actividades complementarias.

Actividades especiales del departamento de Educación Física

El Departamento de Educación Física considera necesario para favorecer la consecución de los objetivos de etapa y de área en un mayor grado, organizar actividades de carácter deportivo-recreativo en las que pueda participar todo el alumnado del centro; no solo los que tienen clase de Educación Física, así como el profesorado o demás componentes de la Comunidad Educativa.

Pensamos que este tipo de actividades son altamente integradoras porque desarrollan también objetivos relacionados con los temas transversales de una forma real, al fomentar la implicación directa por parte de los/as participantes en la organización y desarrollo de las actividades.

Tienen un carácter especial por su duración, su desarrollo y su organización. En contra de lo que pueda parecer, no afectan tanto al funcionamiento del centro, ya que se realizan en horario extraescolar, o en horario lectivo, pero con pocas personas de cada curso, según el caso.

Este departamento creará diferentes vías de autofinanciación para que a través de un trabajo constante en una serie de " empresas " el alumnado obtenga un fruto y una experiencia que de otra forma no sabría valorar.

Creemos que con este tipo de actividades conseguimos un reforzamiento en el grado de madurez personal, en la en la responsabilidad, en la tolerancia, el compañerismo, la integración, el respeto, etc., ya que la convivencia en un entorno distinto o en condiciones diferentes del habitual o natural, posibilita todo este enriquecimiento personal y colectivo que solo con las actividades complementarias y académicas no se conseguirían.

Actividades en la nieve.

La realización de esta actividad también nos sirve para dar calidad a la " escuela pública " si tenemos en cuenta que en la " privada " este tipo de cursos se realizan de forma habitual. Según la Constitución española, todos/as tenemos derecho a una enseñanza de calidad. Hay que procurar que nuestro alumnado tenga las mismas oportunidades que el alumnado de la enseñanza privada.

El curso dura 5 días y se realiza en una estación de Esquí. Para el centro origina el gasto del desayuno y comida de los/as profesores/as acompañantes en el viaje tanto a la ida como a la vuelta que es lo que no suele estar incluido en el precio del viaje. Las agencias otorgan el viaje de un/a profesor/a gratis por cada 25 alumnos/as.

Actividades Acuáticas.

La realización de esta actividad también nos sirve para dar calidad a la " escuela pública " si tenemos en cuenta que en la " privada " este tipo de cursos se realizan de forma habitual. Según la Constitución española, todos/as tenemos derecho a una enseñanza de calidad. Hay que procurar que nuestro alumnado tenga las mismas oportunidades que el alumnado de la enseñanza privada.

Sabemos que en otros centros de enseñanza pública, esta actividad se realiza de forma tan tradicional como el curso de esquí.

Pensamos que para realizarla, debemos hacerlo atendiendo a todos los factores que la configuran en cuanto al clima, el lugar, las actividades en sí y por lo tanto las fechas idóneas para su desarrollo.

El curso dura 5 días y se realiza en una Escuela Náutica y/o Buceo. Para el centro origina el gasto del desayuno y comida de los/as profesores/as acompañantes en el viaje tanto a la ida como a la vuelta que es lo que no suele estar incluido en el precio del viaje. Las agencias otorgan el viaje de un/a profesor/a gratis por cada 25 alumnos/as.

Actividades Multiaventura.

La realización de esta actividad también nos sirve para dar calidad a la " escuela pública " si tenemos en cuenta que en la " privada " este tipo de cursos se realizan de forma habitual. Según la Constitución española, todos/as tenemos derecho a una enseñanza de calidad. Hay que procurar que nuestro alumnado tenga las mismas oportunidades que el alumnado de la enseñanza privada.

La actividad viene a durar de 3 a 5 días y se realiza en la costa, montaña o en el campo, se suelen mezclar actividades acuáticas, terrestres y aéreas. Para el centro origina el gasto del desayuno y comida de los/as profesores/as acompañantes en el viaje tanto a la ida como a la vuelta que es lo que no suele estar incluido en el precio del viaje. Las agencias otorgan el viaje de un/a profesor/a gratis por cada 25 alumnos/as.

13.- FOMENTO DE LA LECTURA

Desde la materia de Educación Física se potenciará la expresión oral y la lectura comprensiva mediante la realización de pruebas que requieran tales destrezas y habilidades.

Será necesario que el alumnado comprenda las explicaciones teórico-prácticas que reciben del profesorado, así como los requerimientos que se les efectúen mediante la comprensión de las normas, técnica, táctica y reglamentaria de las distintas modalidades deportivas.

Además, se comentarán videos sobre distintas actividades deportivas relacionadas con la actividad física tanto oralmente como por escrito.

Respecto a la expresión escrita cabe resaltar la realización de trabajos escritos, pruebas escritas, dosieres, murales, monografías etc., sobre distintas actividades relativas a la Educación Física.

Por otra parte, se incentivará el hábito lector mediante el uso del libro de texto, artículos de prensa, manejo de información de soporte digital etc. vinculados a nuestra asignatura.

14.- INDICADORES DE LOGRO Y EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE.

14.1- Indicadores de logro:

Leyenda

No realiza la actividad	0
Realiza la actividad de manera muy deficiente, sin razonar y sin saber lo que hace.	1-2
Realiza la actividad de manera insuficiente, cometiendo múltiples e importantes fallos.	3-4
Realiza lo básico de la actividad, cometiendo múltiples fallos poco significativos	5
Realiza la actividad bien, pero comete algunos fallos poco significativos	6-7
Realiza la actividad muy bien, pero comete algún fallo poco significativo.	8-9
Realiza la actividad de manera excelente, sin cometer ningún fallo.	10

INDICADORES DE LOGRO	VALORES						
	0	1-2	3-4	5	6-7	8-9	10
✚ Reconoce la importancia de la actividad física y se propone su práctica para la mejora de la salud y calidad de vida.							
✚ Valora la importancia y aplica los principios básicos de atención, respeto y esfuerzo para el correcto desarrollo de las clases de Educación Física.							
✚ Desarrolla habilidades y destrezas para aplicar fundamentos tácticos básicos en los diferentes campos deportivos.							
✚ Usa positivamente el tiempo libre a través de actividades físicas, deportivas y recreativas.							
✚ Realiza los fundamentos técnicos de los deportes individuales y de conjunto, mostrando habilidad y destreza en su ejecución.							
✚ Muestra actitudes de colaboración, trabajo en equipo, respeto e integración en la práctica deportiva.							
✚ Conoce los principios nutritivos de una alimentación equilibrada y de la higiene personal.							
✚ Se preocupa por llevar el atuendo adecuado para la práctica deportiva.							
✚ Realiza test para mejorar su condición física.							
✚ Realiza desplazamientos con velocidad.							
✚ Realiza saltos con cuerda coordinadamente.							
✚ Realiza esfuerzos de larga duración (Test de Couse Navette, Cooper, ...).							
✚ Realiza coreografías aeróbicas con coordinación y ritmo.							
✚ Realiza carreras de obstáculos.							
✚ Identifica los objetivos del juego, número de jugadores, posiciones, modos de anotar tantos en fútbol, baloncestos, balonmano, voleibol., ...							
✚ Identifica en el campo de juego las distintas zonas, dimensiones, líneas, áreas, ...							
✚ Reconoce y ejecuta la conducción del implemento.							
✚ Muestra interés por la puntualidad.							
✚ Participa en los espacios recreativos de la clase.							

14.2- Evaluación de la práctica docente

PRÁCTICA DOCENTE: es toda labor que lleva a cabo el docente para producir aprendizaje y que incluye los procesos de enseñanza.

Para su análisis se distinguirán cinco (5) ámbitos contemplados en un cuestionario con varios indicadores y propuestas de mejora que se analizarán entre todos los componentes del departamento para optimizar los resultados:

- ✚ MOTIVACIÓN DEL PROFESOR HACIA LOS APRENDIZAJES DE LOS ALUMNOS.
- ✚ PLANIFICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.
- ✚ ESTRUCTURA Y COHESIÓN EN EL PROCESO DE E/A.
- ✚ SEGUIMIENTO DEL PROCESO DE E/A.
- ✚ EVALUACIÓN DEL PROCESO.

ÁMBITOS	INDICADORES	VALORACIÓN	PROPUESTAS DE MEJORA
MOTIVACIÓN DEL PROFESOR HACIA LOS APRENDIZAJES DE LOS ALUMNOS.	<u>MOTIVACIÓN INICIAL DE LOS ALUMNOS</u> ❖ Se presenta plan de trabajo y finalidad al inicio de la sesión. ❖ Se comenta la importancia del tema para las competencias. ❖ Se diseñan situaciones introductorias (lecturas, diálogos, ...) ❖ Se relacionan los temas con la actualidad.		
	<u>MOTIVACIÓN DURANTE EL PROCESO</u> ❖ Se mantiene el interés del alumnado. ❖ Se informa de los progresos conseguidos. ❖ Se fomenta la participación del alumnado.		
	<u>PRESENTACIÓN DE LOS CONTENIDOS</u> ❖ Se estructuran los contenidos (guiones, mapas conceptuales, ...) ❖ Se reflexiona sobre si los contenidos se adecuan al alumnado.		
PLANIFICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.	<u>COMPONENTES DE LA PROGRAMACIÓN</u> ✓ Se adapta al nivel de Concreción Curricular del Centro. ✓ Las unidades se refieren a las competencias clave. ✓ Se formulan claramente los objetivos. ✓ Se secuencian los contenidos. ✓ Se establecen explícitamente los criterios, instrumentos de evaluación...		

	<p><u>COORDINACIÓN DOCENTE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se adoptan estrategias y técnicas en función del alumnado. ✓ Se planifica la actividad en coordinación con el resto de profesorado del Dto. equipo educativo, Pt. ... ✓ Se fomenta la participación del alumnado. 		
<p>ESTRUCTURA Y COHESIÓN EN EL PROCESO DE E/A.</p>	<p><u>ACTIVIDADES EN EL PROCESO, ESTRUCTURA DEL AULA Y COHESIÓN.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se diseñan y proponen actos variados (de motivación, desarrollo, síntesis, consolidación, ampliación, evaluación, ...) ✓ Se adoptan distintos agrupamientos. ✓ Se facilitan estrategias de aproximación (solicitar ayuda, buscar información, elevar autoestima, ...). 		
<p>SEGUIMIENTO DEL PROCESO DE E/A.</p>	<p><u>SEGUIMIENTO Y PROCESO E-A.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> □ Se revisan y corrigen contenidos, actos, agrupamientos, materiales. □ Se informa al alumnado sobre ejecución de las tareas (autoevaluación y co-evaluación). □ Se proponen actividades para los objetivos no logrados. 		
	<p><u>CONTEXTUALIZACIÓN DEL PROCESO.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> □ Existe coordinación con P.T. Orientación, D. Didácticos. □ Se planifica adaptar el material didáctico-metodológico al alumnado. □ Se fomenta la interacción profesor / alumno. □ Se fomenta la interacción alumno / alumno. 		
<p>EVALUACIÓN DEL PROCESO.</p>	<p><u>CRITERIOS DE EVALUACIÓN E INSTRUMENTOS.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * Se establecen claramente los criterios y estándares de evaluación * Se usan instrumentos variados de recogida de información (registro de observaciones, cuaderno profesor, ...) * Se incluyen propuestas de mejora. * Se utilizan distintas técnicas de de evaluación según la diversidad del alumnado. * Se informa a los padres sobre los resultados. * Se emplean diferentes instrumentos de evaluación (rúbricas, portafolios, ...) para conocer el rendimientos académico. * Se usan los resultados para mejorar la intervención docente. 		
	<p><u>TIPOS DE EVALUACIÓN</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * Se incluye evaluación inicial. * Se tiene en cuenta el informe del tutor del curso anterior, del Dpt. De Orientación, ... * Se contemplan otros momentos de evaluación de los progresos. 		

15.- NORMAS DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

15.1- ROPA

Obligatoriedad de usar ropa deportiva durante el transcurso de las clases: Chándal, pantalón largo o corto (dependiendo de la época del año), camiseta, POLO, sudadera de deporte.

Consejos con respecto a la indumentaria deportiva: Preferiblemente de material que transpire. Se debe evitar que lleven botones, cremalleras, corchetes, etc.

No está permitido el uso de prendas de vestir ordinarias: camisas, cazadoras vaqueras, etc.

15.2- CALZADO

Zapatillas de deporte sin relleno, bien atadas o ajustadas al pie y sin alza y/o plataforma. No está permitido el uso de botas de montaña zapatillas tipo bamba, y zapatillas de suela lisa u otro calzado que no sean zapatillas deportivas.

Las zapatillas deben de ser del número de cada uno evitando en lo posible el uso por moda de varios números por encima del nuestro. A ser posible siempre usar las mismas zapatillas, nunca debemos estrenar unas zapatillas en una clase de Educación física.

15.3- HIGIENE

Ducha después del ejercicio físico, al finalizar la clase de Educación física lo más recomendado y saludable es darse una ducha. Preferiblemente debe de ser de agua caliente o templada pues abre más los poros y facilita la eliminación de toxinas, luego la podemos acabar con agua fría.

Recomendamos usar un jabón neutro.

Cada cual que use su propio jabón si es de pastilla (para evitar contagios).

Si el jabón es líquido no importa compartirlo.

Evitar tomar la ducha descalzo y andar descalzo, siempre llevar chanclas para el baño.

La ropa de la clase debe de ser distinta a la de después de la ducha

El calzado debe ser distinto al empleado para realizar el ejercicio ya que éste estará mojado y debemos ponernos calzado seco y limpio para evitar el “pie de atleta”.

En el caso de no querer tomar una ducha se aconseja que lleven ropa de repuesto (muda) y enseres de aseo (peine, colonia, jabón, toalla, etc.) para poder cambiar la ropa de trabajo por ropa limpia.

***Alumnado de 2º ciclo de E.S.O. y BACHILLERATO,** tienen la obligatoriedad de llevar muda o ropa para poder cambiarse al final de cada clase con enseres de aseo. Se les aconseja que se duchen al final de cada clase por normas de higiene.*

15.4- ASPECTO PERSONAL

Todo aquel alumnado que tenga el pelo largo debe llevarlo a clase de Educación Física recogido.

En Clase de Educación Física: No está permitido llevar aros en las distintas partes del cuerpo así como pendientes de grandes dimensiones, anillos, relojes metálicos, pulseras, cadenas, colgantes, piercings, alfileres, etc.

Las uñas deben estar recortadas.

Los alumnos deben de asistir a clase con su correspondiente libro de texto y un cuaderno para tomar apuntes, realizar ejercicios, etc.

15.5.- ENFERMEDAD, LESIÓN, PROBLEMA MÉDICO, ...

Todo aquel que tenga algún problema médico rogamus lo comunique a su profesor durante el mes de septiembre para evitar problemas.

Si el problema es grave o impide la realización de la parte práctica de la asignatura es imprescindible que el alumnado en cuestión entregue a su profesor un certificado médico en el cual el médico especifique la lesión y que no puede realizar ejercicio físico, o el movimiento o tipo de ejercicio que no puede realizar y la tabla de ejercicios de rehabilitación recomendados. Antes del día 15 de octubre del presente curso.

También es importante que todo aquel alumno / a que padezca asma lo comunique a su profesor al principio de curso con el fin de evitar posibles problemas a la hora de la realización de las clases.

15.6- INSTALACIONES Y MATERIAL DEPORTIVO

Todo aquel alumno/a que intencionadamente maltrate, pierda o sustraiga material lo repondrá. En el caso de que no salga la persona o personas implicadas la clase será la responsable y por tanto todos sus componentes deberán reponer el material.

Los alumnos/as deberán recoger el material utilizado al final de la clase.

Prohibido colgarse en la canasta, en las porterías, subirse a las vallas, canastas, etc.

Para los préstamos de material solo se admitirán carnet del centro.

Los servicios del gimnasio solo se pueden utilizar por los alumnos que están en esta asignatura y en el aula de educación física.

Todo aquel alumnado que no cumpla esta normativa no será admitido en clase de Educación Física se le pondrá su correspondiente parte disciplinario y se le enviara al aula de atención personalizada.

Todo grupo de alumnos que no dispongan del profesor de educación física no podrá permanecer en las instalaciones deportivas, tanto cubiertas como descubiertas.

Esta terminantemente prohibido que los alumnos fumen tanto en las instalaciones cubiertas como en las descubiertas durante el horario lectivo del centro se considera falta muy grave.

Ningún grupo de alumnos/as fuera de su horario de Educación Física puede permanecer en las instalaciones deportivas tanto cubiertas como descubiertas en horario lectivo.

15.7.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Todo el alumnado de Educación Física para poder aprobar la asignatura deberá por lo menos realizar una actividad complementaria a lo largo de todo el curso.

A la hora de apuntarse a las actividades que son de carácter voluntario tienen que tener en cuenta la obligatoriedad de que si una vez apuntado y dado su conformidad no asistiese a esta actividad la plaza del autobús la deberá de abonar ya que la contratación de los autobuses es grupal y no individual haciéndose el reparto según el número de alumnos que van (ejemplo entrada a la pista de patinaje con alquiler de patines son 4 € por persona. Alquiler del autobús son: 225,66 € para un grupo el tope es de 54 plazas tocarían a 4,18€. Si van 45 seria 5,14) si una persona dice que si y luego no va quien le paga su plaza en el autobús.....

15.8- FALTA DEL PROFESORADO

Cuando falte algún profesor/a de educación física la guardia será en el aula correspondiente del grupo, salvo que el profesor/a en cuestión deje trabajo para el profesorado de guardia.

SÍNTESIS DE LA PROGRAMACIÓN

SEGUNDO CURSO DE E.S.O.		
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN/ CRITERIOS DE CALIFICACIÓN		
PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE
<ul style="list-style-type: none"> ● <u>Asistencia</u> a clase. / 10% ● Identificación de seis (6) <u>posturas y/o ejercicios</u> perjudiciales para la salud. / 10% ● Busca en <u>Internet</u> material relativo a los bloques temáticos tratados y Presentación de la información en <u>PowerPoint</u>. / 10% ● Durante una <u>prueba de resistencia</u> es capaz de aguantar (25') de carrera continua. / 20% ● Es capaz de obtener una puntuación de al menos un cinco (5) en el test <u>Course Navette</u>. / 20% ● Ejecución exitosa de al menos el cincuenta por ciento (50%) en distintas <u>pruebas individuales sobre cualidades físicas básicas</u>. / 20% ● En un <u>calentamiento</u> general es capaz de respetar sus fases y utilizar al menos seis (6) ejercicios diferentes para cada una de ellas. / 10% <p style="text-align: center; background-color: yellow;">10+10+10+20+20+20+10=100</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● <u>Asistencia</u> a clase. / 20% ● Busca en <u>Internet</u> material relativo a los bloques temáticos tratados y Presentación de la información en <u>PowerPoint</u>. / 20% ● En una <u>situación de juego real</u> aplica los aspectos básicos de la técnica u habilidades específicas de las actividades propuestas, respetando y conociendo seis (6) reglas y seis (6) normas. / 20% ● Es capaz de <u>controlar el implemento</u> realizando quince (15) toques, pases, lanzamientos, ... / 20% ● En un circuito de <u>conducción del implemento</u> el tiempo máximo de realización no superara los diecinueve segundos (19"). / 20% <p style="text-align: center; background-color: yellow;">20+20+20+20+20=100</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● <u>Asistencia</u> a clase. / 6% ● Busca en <u>Internet</u> material relativo a los bloques temáticos tratados y Presentación de la información en <u>PowerPoint</u>. / 10% ● Realización correcta de seis (6) <u>nudos</u> diferentes en un tiempo de un minuto y medio (1'30"). / 14% ● Dado un <u>plano topográfico</u> puede localizar seis (6) puntos y es capaz de superar un <u>circuito de orientación</u> con seis (6) estaciones. / 14% ● Durante la audición de un ritmo <u>realiza cinco (5) figuras, gestos o posiciones</u> diferentes durante minutos y quince segundos (2'15"). / 14% ● Con el <u>diábolo y el plato chino</u> puede ejecutar seis (6) figuras distintas. / 14% ● Puede hacer quince (15) <u>lanzamientos y recepciones con pompones, pelotas, malabares....</u> Con las dos manos, con la mano derecha, con la izquierda. / 14% ● En un <u>circuito</u> de ida y vuelta utilizando un <u>pédalo</u> empleara como máximo diecinueve segundos (19"). / 14% <p style="text-align: center; background-color: yellow;">6+10+14+14+14+14+14+14=100</p>
<h2 style="margin: 0;"><u>PRUEBA</u></h2> <h1 style="margin: 0;"><u>EXTRAORDINARIA JUNIO</u></h1>		<ul style="list-style-type: none"> ● Entrega de <u>trabajos</u> en el plazo establecido. / 40% ● En <u>exámenes prácticos</u> lograr al menos un cinco (5) / 60%