

Evaluación 1º ESO

1.- Criterios de Evaluación 1º de ESO:

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.
2. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo y aplicando conocimientos que le ayuden a mejorar su calidad de vida.
3. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.
4. Resolver situaciones motrices individuales en entornos estables y no estables, aplicando los fundamentos técnicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
5. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, aplicando los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos, así como utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
6. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
7. 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.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
9. 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.
10. 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.

2.- Criterios de calificación:

1. Conoce las capacidades físicas y coordinativas, así como su implicación en la salud. **0.10**
2. Utiliza el control de la frecuencia cardiaca, respiratoria y otros indicadores subjetivos, como instrumentos de valoración de la intensidad del esfuerzo. **0.10**
3. Identifica su nivel de condición física comparando los resultados obtenidos con los valores correspondientes a uno mismo y a los de referencia. **0.05**
4. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, así como otros aspectos necesarios para una adecuada puesta en práctica, aplicándolos. **0.05**
5. Participa activamente en actividades de acondicionamiento general para el desarrollo de las capacidades físicas básicas. **1.00**
6. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades, mostrando una actitud de auto exigencia y esfuerzo. **0.60**
7. Pone en práctica hábitos posturales saludables en las actividades físicas y en la vida cotidiana. **0.05**
8. Relaciona la estructura de la sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. **0.05**
9. Recopila y experimenta un repertorio de ejercicios y juegos con los que elaborar actividades de calentamiento y fase final. **0.50**
10. Aplica los fundamentos técnicos básicos de las actividades físicas o deportivas individuales propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. **0.50**
11. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas individuales respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. **0.20**
12. Diferencia las actividades físico-deportivas que se pueden desarrollar en entornos no estables según distintos criterios. **0.05**
13. Conoce y pone en práctica técnicas de progresión propias de entornos no estables en situaciones reales o adaptadas. **0.05**
14. Conoce y aplica las acciones técnicas y reglamentarias adecuadas en ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación. **0.40**
15. Conoce y aplica las acciones tácticas individuales adecuadas en ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación. **0.40**
16. Conoce y aplica las acciones técnicas y reglamentarias adecuadas en ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación. **1.00**
17. Conoce y aplica las acciones tácticas individuales adecuadas en ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación. **0.30**
18. Describe aspectos básicos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas. **0.10**
19. Utiliza técnicas expresivas para transmitir mensajes a través de la postura, el gesto y el movimiento. **0.30**

20. Pone en práctica, de forma individual, por parejas o en pequeño grupo, una o varias secuencias de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. **0.20**
21. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. **0.50**
22. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. **0.70**
23. 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. **0.70**
24. Respeto a los demás dentro de la labor de equipo con independencia del nivel de destreza. **0.30**
25. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas como formas de ocio activo. **0.10**
26. Respeto y cuida el material y las instalaciones del centro, así como el entorno, como un bien común para el disfrute de todos. **0.20**
27. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con las actividades de ocio y de la vida cotidiana. **0.20**
28. 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. **0.10**
29. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. **0.10**
30. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el curso, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. **0.20**
31. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación tanto para, buscar, registrar, seleccionar y presentar la información, como para su aplicación en beneficio del aprendizaje de contenidos prácticos propios de la Educación Física. **0.40**
32. Elabora trabajos sobre temas relacionados con la actividad física utilizando recursos tecnológicos. **0.50**

3.- Instrumentos de evaluación:

Pruebas Prácticas: Consiste en la realización de una prueba o test sobre la ejecución de un contenido de tipo procedimental y cuya valoración se obtiene comparando esa ejecución con la norma de lo que es la técnica, táctica, realización o no, de una actividad deportiva. Se incluye también en este apartado los **test de condición física**, siendo la batería de los mismos una única nota basada en los estándares de la edad. Nº de tomas: Al menos una por trimestre de cada contenido tratado.

Pruebas teóricas: Para conocer y valorar el grado de adquisición de contenidos conceptuales y pueden ser: prueba escrita u oral, cuaderno del alumno/a, trabajo en grupo o individual. Nº de tomas: Al menos una vez por trimestre.

Respecto al trabajo en clase: Se valorará si: Aprovecha el tiempo de trabajo, se centra en el trabajo que se le propone y no realiza otro distinto, no tarda en ponerse a realizar la tarea, se le llama frecuentemente la atención, está atento a las explicaciones, aprovecha y utiliza sus capacidades, afronta situaciones adversas. **Respecto a la organización y colaboración:** Se valorará si: Se coloca bien en el espacio sin molestar y se organiza sin que se lo tenga que decir el profesor, ayuda a sacar y recoger el material sin que se lo pidan, colabora con los compañeros y con el profesor. **Respecto a las normas:** Se valorará si respeta el material y las instalaciones, es puntual al entrar y salir de clase, lleva la ropa y el calzado adecuado para hacer ejercicio físico, respeta a los compañeros y al profesor, se asea tras una sesión de actividad física intensa.

4.- Recuperación: Existirá la posibilidad de recuperar aquellas partes que no han sido superadas a través de trabajos teóricos, exámenes y pruebas prácticas. De este mismo modo, se recuperará la materia pendiente de años anteriores y se evaluará a los alumnos que pierdan la evaluación continua por superar el 30% de faltas de asistencia en el curso. También será posible la mejora de la calificación en la materia a través de los mecanismos anteriormente explicados para la recuperación.

Firmado Dº/Dª: _____

Con DNI: _____

Evaluación 2º ESO

1.- Criterios de Evaluación 2º de ESO:

11. 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.
12. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo y aplicando conocimientos que le ayuden a mejorar su calidad de vida.
13. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.
14. Resolver situaciones motrices individuales en entornos estables y no estables, aplicando los fundamentos técnicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
15. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, aplicando los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos, así como utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
16. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico- expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
17. 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.
18. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico- deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
19. 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.
20. 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.

2.- Criterios de calificación:

33. Conoce los factores anatómicos funcionales más relevantes de los que dependen las capacidades físicas relacionadas con la salud. **0.05**
34. Calcula su zona de actividad física saludable y la aplica de forma autónoma para regular la intensidad del esfuerzo. **0.20**
35. Identifica su nivel de condición física comparando los resultados obtenidos con los valores correspondientes a uno mismo y a los de referencia. **0.05**
36. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que **0.10**
37. Conoce distintos métodos y actividades para desarrollar las capacidades físicas básicas. **0.20**
38. Participa activamente en actividades de acondicionamiento general para el desarrollo de las capacidades físicas básicas. **1.00**
39. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades, mostrando una actitud de auto exigencia y esfuerzo. **0.50**
40. Pone en práctica ejercicios de trabajo muscular aplicados a una buena higiene postural. **0.20**
41. Prepara y realiza calentamientos y fases finales en las sesiones de actividad física de forma habitual. **0.20**
42. Aplica los fundamentos técnicos básicos de las actividades físico-deportivas individuales propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. **0.50**
43. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico de las situaciones motrices individuales propuestas. **0.05**
44. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas individuales respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. **0.10**
45. Elabora croquis con simbología propia y recorridos sencillos para su uso en actividades de orientación en el centro o entorno próximo. **0.20**
46. Realiza recorridos de orientación aplicando técnicas básicas, preferentemente en el entorno natural. **0.50**
47. Conoce y aplica las acciones técnicas y reglamentarias adecuadas en ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación. **0.40**
48. Conoce y aplica las acciones tácticas individuales adecuadas en ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación. **0.40**

49. Conoce y aplica las acciones técnicas y reglamentarias adecuadas en ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación. **1.00**
50. Conoce y aplica las acciones tácticas individuales adecuadas en ataque y defensa de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación. **0.40**
51. Describe y pone en práctica aspectos básicos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas. **0.05**
52. Utiliza técnicas expresivas combinando espacio, tiempo e intensidad. **0.20**
53. Crea y pone en práctica, de forma individual, por parejas o pequeño grupo, una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. **0.50**
54. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. **0.20**
55. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. **0.30**
56. 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. **1.00**
57. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo con independencia del nivel de destreza. **0.30**
58. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas como formas de ocio activo. **0.05**
59. Respeta y cuida el material y las instalaciones del centro, así como el entorno, como un bien común para el disfrute de todos. **0.20**
60. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con la actividad física y el deporte en el contexto social actual. **0.05**
61. 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. **0.10**
62. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el curso, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. **0.10**
63. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación tanto para, buscar, registrar, seleccionar y presentar la información, como para su aplicación en beneficio del aprendizaje de contenidos prácticos propios de la Educación Física. **0.40**
64. Elabora trabajos sobre temas relacionados con las actividades físico-deportivas utilizando recursos tecnológicos. **0.50**

3.- Instrumentos de evaluación:

Pruebas Prácticas: Consiste en la realización de una prueba o test sobre la ejecución de un contenido de tipo procedimental y cuya valoración se obtiene comparando esa ejecución con la norma de lo que es la técnica, táctica, realización o no, de una actividad deportiva. Se incluye también en este apartado los **test de condición física**, siendo la batería de los mismos una única nota basada en los estándares de la edad. Nº de tomas: Al menos una por trimestre de cada contenido tratado.

Pruebas teóricas: Para conocer y valorar el grado de adquisición de contenidos conceptuales y pueden ser: prueba escrita u oral, cuaderno del alumno/a, trabajo en grupo o individual. Nº de tomas: Al menos una vez por trimestre.

Respecto al trabajo en clase: Se valorará si: Aprovecha el tiempo de trabajo, se centra en el trabajo que se le propone y no realiza otro distinto, no tarda en ponerse a realizar la tarea, se le llama frecuentemente la atención, está atento a las explicaciones, aprovecha y utiliza sus capacidades, afronta situaciones adversas. **Respecto a la organización y colaboración:** Se valorará si: Se coloca bien en el espacio sin molestar y se organiza sin que se lo tenga que decir el profesor, ayuda a sacar y recoger el material sin que se lo pidan, colabora con los compañeros y con el profesor. **Respecto a las normas:** Se valorará si respeta el material y las instalaciones, es puntual al entrar y salir de clase, lleva la ropa y el calzado adecuado para hacer ejercicio físico, respeta a los compañeros y al profesor, se asea tras una sesión de actividad física intensa.

4.- Recuperación: Existirá la posibilidad de recuperar aquellas partes que no han sido superadas a través de trabajos teóricos, exámenes y pruebas prácticas. De este mismo modo, se recuperará la materia pendiente de años anteriores y se evaluará a los alumnos que pierdan la evaluación continua por superar el 30% de faltas de asistencia en el curso. También será posible la mejora de la calificación en la materia a través de los mecanismos anteriormente explicados para la recuperación.

Firmado Dº/Dª: _____

Con DNI: _____

Evaluación 3º ESO

1.- Criterios de Evaluación:

21. 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.
22. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo y aplicando conocimientos que le ayuden a mejorar su calidad de vida.
23. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.
24. Resolver situaciones motrices individuales en entornos estables y no estables, aplicando los fundamentos técnicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
25. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, aplicando los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos, así como utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
26. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
27. 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.
28. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
29. 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.
30. 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.

2.- Criterios de calificación:

65. Analiza la implicación de las capacidades físicas y coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el curso. **0.10**
66. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud. **0.10**
67. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva. **0.10**
68. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. **0.30**
69. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. **0.50**
70. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. **0.30**
71. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades, mostrando una actitud de auto exigencia y esfuerzo. **0.30**
72. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. **0.10**
73. 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. **0.10**
74. Prepara y realiza calentamientos y fases finales en las sesiones de actividad física de forma autónoma y habitual. **0.50**
75. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades. **0.10**
76. Aplica los aspectos técnicos básicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas individuales propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. **0.30**
77. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. **0.10**
78. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas individuales respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. **0.30**
79. Interpreta recorridos marcados en un mapa de orientación estableciendo la ruta más adecuada valiéndose de la información que proporcionan las curvas de nivel, la escala y la simbología. **0.10**
80. Pone en práctica técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades. **0.50**
81. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos individuales para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación. **0.70**
82. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos individuales para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas, mostrando actitudes de auto exigencia y superación. **1.00**

83. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición seleccionadas. **0.30**
84. 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. **0.10**
85. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares. **0.10**
86. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. **0.20**
87. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. **1.60**
88. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. **0.20**
89. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. **1.00**
90. 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. **0.50**
91. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo con independencia del nivel de destreza. **0.50**
92. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas como formas de ocio activo. **0.10**
93. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas. **0.20**
94. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo en el contexto social actual. **0.20**
95. 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. **0.10**
96. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el curso, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. **0.10**
97. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para usos prácticos propios de la Educación Física y para elaborar documentos digitales (texto, presentación, imagen, video, sonido, etc.), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante. **0.20**
98. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos. **0.10**

3.- Instrumentos de evaluación:

Pruebas Prácticas: Consiste en la realización de una prueba o test sobre la ejecución de un contenido de tipo procedimental y cuya valoración se obtiene comparando esa ejecución con la norma de lo que es la técnica, táctica, realización o no, de una actividad deportiva. Se incluye también en este apartado los **test de condición física**, siendo la batería de los mismos una única nota basada en los estándares de la edad. Nº de tomas: Al menos una por trimestre de cada contenido tratado.

Pruebas teóricas: Para conocer y valorar el grado de adquisición de contenidos conceptuales y pueden ser: prueba escrita u oral, cuaderno del alumno/a, trabajo en grupo o individual. Nº de tomas: Al menos una vez por trimestre.

Respecto al trabajo en clase: Se valorará si: Aprovecha el tiempo de trabajo, se centra en el trabajo que se le propone y no realiza otro distinto, no tarda en ponerse a realizar la tarea, se le llama frecuentemente la atención, está atento a las explicaciones, aprovecha y utiliza sus capacidades, afronta situaciones adversas. **Respecto a la organización y colaboración:** Se valorará si: Se coloca bien en el espacio sin molestar y se organiza sin que se lo tenga que decir el profesor, ayuda a sacar y recoger el material sin que se lo pidan, colabora con los compañeros y con el profesor. **Respecto a las normas:** Se valorará si respeta el material y las instalaciones, es puntual al entrar y salir de clase, lleva la ropa y el calzado adecuado para hacer ejercicio físico, respeta a los compañeros y al profesor, se asea tras una sesión de actividad física intensa.

4.- Recuperación: Existirá la posibilidad de recuperar aquellas partes que no han sido superadas a través de trabajos teóricos, exámenes y pruebas prácticas. De este mismo modo, se recuperará la materia pendiente de años anteriores y se evaluará a los alumnos que pierdan la evaluación continua por superar el 30% de faltas de asistencia en el curso. También será posible la mejora de la calificación en la materia a través de los mecanismos anteriormente explicados para la recuperación.

Firmado Dº/Dª: _____

Con DNI: _____

Evaluación 4º ESO

1.- Criterios de Evaluación:

31. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.
32. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.
33. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.
34. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.
35. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.
36. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.
37. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.
38. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.
39. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.
40. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.
41. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.
42. Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.

2.- Criterios de calificación:

99. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva. **0.10**
100. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. **0.10**
101. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud. **0.10**
102. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física. **0.10**
103. Valora el grado de implicación de las capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. **0.10**
104. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. **1.20**
105. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades. **0.60**
106. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, relacionándolas con la salud. **0.20**
107. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma. **0.10**
108. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal. **0.10**
109. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz. **0.30**
110. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características. **0.20**
111. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. **0.20**
112. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva. **0.10**
113. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario. **1.10**
114. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes. **0.30**
115. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario. **1.10**

116. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones. **0.10**
117. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas. **0.10**
118. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno. **0.10**
119. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales. **0.30**
120. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas. **0.10**
121. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma. **0.10**
122. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. **0.60**
123. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás. **0.20**
124. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico-expresivos, aportando y aceptando propuestas. **0.20**
125. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. **0.30**
126. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás. **0.10**
127. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador. **0.10**
128. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos. **0.10**
129. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida. **0.10**
130. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente. **0.10**
131. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. **0.10**
132. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. **0.20**
133. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas. **0.20**
134. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos. **0.10**
135. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo. **0.10**
136. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. **0.40**
137. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones. **0.10**
138. Comunica y comparte información e ideas en los deportes y en entornos apropiados. **0.30**

3.- Instrumentos de evaluación:

Pruebas Prácticas: Consiste en la realización de una prueba o test sobre la ejecución de un contenido de tipo procedimental y cuya valoración se obtiene comparando esa ejecución con la norma de lo que es la técnica, táctica, realización o no, de una actividad deportiva. Se incluye también en este apartado los **test de condición física**, siendo la batería de los mismos una única nota basada en los estándares de la edad. Nº de tomas: Al menos una por trimestre de cada contenido tratado.

Pruebas teóricas: Para conocer y valorar el grado de adquisición de contenidos conceptuales y pueden ser: prueba escrita u oral, cuaderno del alumno/a, trabajo en grupo o individual. Nº de tomas: Al menos una vez por trimestre.

Respecto al trabajo en clase: Se valorará si: Aprovecha el tiempo de trabajo, se centra en el trabajo que se le propone y no realiza otro distinto, no tarda en ponerse a realizar la tarea, se le llama frecuentemente la atención, está atento a las explicaciones, aprovecha y utiliza sus capacidades, afronta situaciones adversas. **Respecto a la organización y colaboración:** Se valorará si: Se coloca bien en el espacio sin molestar y se organiza sin que se lo tenga que decir el profesor, ayuda a sacar y recoger el material sin que se lo pidan, colabora con los compañeros y con el profesor. **Respecto a las normas:** Se valorará si respeta el material y las instalaciones, es puntual al entrar y salir de clase, lleva la ropa y el calzado adecuado para hacer ejercicio físico, respeta a los compañeros y al profesor, se asea tras una sesión de actividad física intensa.

4.- Recuperación:

Existirá la posibilidad de recuperar aquellas partes que no han sido superadas a través de trabajos teóricos, exámenes y pruebas prácticas. De este mismo modo, se recuperará la materia pendiente de años anteriores y se evaluará a los alumnos que pierdan la evaluación continua por superar el 30% de faltas de asistencia en el curso. También será posible la mejora de la calificación en la materia a través de los mecanismos anteriormente explicados para la recuperación.

Firmado Dº/Dª: _____

Con DNI: _____

Evaluación 1º Bachillerato

1.- Criterios de Evaluación:

43. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.
44. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.
45. "Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación
46. y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior."
47. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.
48. La composición coreográfica: perfeccionamiento sobre los contenidos expresivos más apropiados a la intencionalidad de la composición.
49. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.
50. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.
51. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.
52. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.

2.- Criterios de calificación:

139. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud. **0.10**
140. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. **0.10**
141. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. **0.30**
142. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades. **0.40**
143. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales. **0.40**
144. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas. **0.40**
145. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. **0.20**
146. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad. **1.00**
147. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. **0.20**
148. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas. **0.20**
149. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación. **1.00**
150. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. **0.20**
151. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo o recreativo. **0.50**
152. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios. **0.20**
153. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición. **0.50**
154. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración oposición y explica la aportación de cada uno. **1.00**
155. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. **0.20**
156. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físicodeportivas desarrolladas. **0.20**

157. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes. **0.20**
158. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artístico-expresivos. **0.50**
159. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva. **0.40**
160. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico-expresivo. **0.10**
161. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios. **0.10**
162. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. **0.10**
163. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. **0.10**
164. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. **0.30**
165. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo. **0.10**
166. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físicodeportivas. **0.50**
167. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. **0.50**
168. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. **0.10**
169. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. **0.20**

3.- Instrumentos de evaluación:

Pruebas Prácticas: Consiste en la realización de una prueba o test sobre la ejecución de un contenido de tipo procedimental y cuya valoración se obtiene comparando esa ejecución con la norma de lo que es la técnica, táctica, realización o no, de una actividad deportiva. Se incluye también en este apartado los **test de condición física**, siendo la batería de los mismos una única nota basada en los estándares de la edad. Nº de tomas: Al menos una por trimestre de cada contenido tratado.

Pruebas teóricas: Para conocer y valorar el grado de adquisición de contenidos conceptuales y pueden ser: prueba escrita u oral, cuaderno del alumno/a, trabajo en grupo o individual. Nº de tomas: Al menos una vez por trimestre.

Respecto al trabajo en clase: Se valorará si: Aprovecha el tiempo de trabajo, se centra en el trabajo que se le propone y no realiza otro distinto, no tarda en ponerse a realizar la tarea, se le llama frecuentemente la atención, está atento a las explicaciones, aprovecha y utiliza sus capacidades, afronta situaciones adversas. **Respecto a la organización y colaboración:** Se valorará si: Se coloca bien en el espacio sin molestar y se organiza sin que se lo tenga que decir el profesor, ayuda a sacar y recoger el material sin que se lo pidan, colabora con los compañeros y con el profesor. **Respecto a las normas:** Se valorará si respeta el material y las instalaciones, es puntual al entrar y salir de clase, lleva la ropa y el calzado adecuado para hacer ejercicio físico, respeta a los compañeros y al profesor, se asea tras una sesión de actividad física intensa.

4.- Recuperación: Existirá la posibilidad de recuperar aquellas partes que no han sido superadas a través de trabajos teóricos, exámenes y pruebas prácticas. De este mismo modo, se recuperará la materia pendiente de años anteriores y se evaluará a los alumnos que pierdan la evaluación continua por superar el 30% de faltas de asistencia en el curso. También será posible la mejora de la calificación en la materia a través de los mecanismos anteriormente explicados para la recuperación.

Firmado Dº/Dª: _____

Con DNI: _____