



Programación Didáctica.

Materia Educación Física.

Curso 2023-24

1º - 4º ESO Y BACHILLERATOS

Índice

Criterios de Calificación y métodos de calificación común a todos grupos	3
1º ESO	4
• Criterios de calificación, porcentaje en la calificación final y de cada evaluación.	4
• Relación de diferentes objetivos didácticos su descripción y los aprendizajes imprescindibles en las diferentes UD.	6
2º ESO	9
• Criterios de calificación, porcentaje en la calificación final y de cada evaluación.	9
• Relación de diferentes objetivos didácticos su descripción y los aprendizajes imprescindibles en las diferentes UD.	11
3º ESO	13
• Criterios de calificación, porcentaje en la calificación final y de cada evaluación.	13
• Relación de diferentes objetivos didácticos su descripción y los aprendizajes imprescindibles en las diferentes UD.	16
4º ESO	19
• Criterios de calificación, porcentaje en la calificación final y de cada evaluación.	19
• Relación de diferentes objetivos didácticos su descripción y los aprendizajes imprescindibles en las diferentes UD.	21
1º Bachillerato	24
• Criterios de calificación, porcentaje en la calificación final y de cada evaluación.	24
• Relación de diferentes objetivos didácticos su descripción y los aprendizajes imprescindibles en las diferentes UD.	27
2º Bachillerato	29
• Criterios de calificación, porcentaje en la calificación final y de cada evaluación.	29
• Relación de diferentes objetivos didácticos su descripción y los aprendizajes imprescindibles en las diferentes UD.	30

1. Criterios de Calificación y métodos de calificación común a todos grupos

La nota final estará calculada a través de los criterios de evaluación distribuidos en diferentes unidades didácticas y saberes básicos como se describen en la siguiente tabla. Así cada uno de ellos tiene un peso diferente en tu nota final y en cada trimestre tal y como refleja la presente tabla.

En caso de lesión o enfermedad médica este criterio se recupera cuando el alumno se haya recuperado realice la actividad o prueba, la media de ese trimestre se calculará sin ser tenido en cuenta esos criterios que no pudieron ser evaluados.

A final de curso los alumnos que obtengan una media superior a 5 habrán superado la materia. Se redondearán las partes decimales superiores a $>0,5$ y se ofrecerán actividades de ampliación y refuerzo para aquellos alumnos que quieran subir la media siempre que el alumno haya mostrado interés y esfuerzo por la materia.

Las calificaciones que se reflejarán en SIGAD serán las siguientes:

ESO

CALIFICACION	Nota Numérica
Insuficiente	0 – 4,69
Suficiente	A partir de 4,70 hasta 5
Bien	A partir de 5,7 hasta
Notable	6,8 hasta 6,69
Sobresaliente	A partir de 8,69

En Bachiller la nota de SIGAD saldrá con su nota numérica y el redondeo se producirá a partir del 0,5.

1º ESO

- Criterios de calificación, porcentaje en la calificación final y de cada evaluación.

1º ESO		SB	CritEv. EF	%Curso	% Eval	Actividad de Calificación
PRIMERA EVALUACIÓN	Eval. Inicial.	Todos bloques	Todos	0	0	Formulario Inicial
						Kahoot Eval inicial
						Sociograma Situaciones motrices
	U.D.1 La sesión de Educación Física.	D2. Bloque B.	2.3	1	2	Registro Sistemático.
		D2. Bloque C.	3.2	0,35	0,7	Prueba escrita.
		D2. Bloque C.	3.3	0,35	0,7	Prueba escrita.
		D3. Bloque E.	5.1	1	2	Realización autónoma cal general.
		D3. Bloque E.	5.2	9	18	Examen Teórico
	U.D.2 Carrera de Resistencia.	D1 Bloque A.	1.5	2,5	5,7	Test de Cooper 12´
		D2. Bloque B.	2.3	1	2	Prueba escrita.
		D2. Bloque C.	3.2	0,35	0,7	Registro Sistemático.
		D2. Bloque C.	3.3	0,35	0,7	Registro Sistemático.
		D3. Bloque E.	5.4	10	20	Registro Sistemático.
		D3. Bloque E.	5.5	3	6	Prueba escrita.
	UD.3. Atletismo: velocidad, relevos y saltos.	D1. Bloque A.	1.1	7,5	15	Prueba práctica Velocidad
		D2. Bloque B.	2.3	1	2	Prueba práctica Relevos
		D2. Bloque C.	3.1	1	2	Prueba práctica Saltos
		D2. Bloque C.	3.2	0,35	0,7	Examen Teórico 1er trimestre
		D2. Bloque C.	3.3	0,35	0,7	Examen Teórico 1er trimestre
	UD.4 Senderismo	D1. Bloque A.	1.5	2,5	5,7	Práctica de Senderismo 30 min
D2. Bloque D.		4.1	5	10	Registro Sistemático.	
D2. Bloque C.		3.2	0,35	0,7	Registro Sistemático.	
D2. Bloque C.		3.3	0,35	0,7	Registro Sistemático.	
UD. 5 Aparato Locomotor	D3. Bloque F.	5.3	2	4	Registro Sistemático.	
2ª EVALUACIÓN	UD. 5 Aparato Locomotor	D3. Bloque F.	5.3	2	8	Prueba escrita.
	UD.6. La gimnasia deportiva.	D1. Bloque A.	1.1	10	10	Fichas de Autoevaluación.

3ª EVALUACIÓN		D2. Bloque B.	2.3	4	4	Fichas de Autoevaluación.
		D2. Bloque C.	3.2	1,7	1,7	Registro Sistemático.
		D2. Bloque C.	3.3	1,7	1,7	Registro Sistemático.
	UD.7. Somos creativos, somos expresivos.	D1. Bloque A.	1.3	5	20	Prueba práctica grupal
		D2. Bloque C.	1.6	5	20	Prueba práctica grupal
		D2. Bloque B.	2.2	0,7	3	Registro Sistemático.
		D2. Bloque B.	2.3	1	4	Registro Sistemático.
		D2. Bloque C.	3.2	0,35	1,7	Registro Sistemático.
		D2. Bloque C.	3.3	0,35	1,7	Registro Sistemático.
		D2. Bloque C.	3.3	0,35	1,7	Registro Sistemático.
	UD. 8. Iniciación a los deportes de equipo: Floorball	D1. Bloque A.	1.4	2,5	10	Rubrica valoración partidos
		D2. Bloque B.	2.2	0,7	3	Registro Sistemático.
		D2. Bloque B.	2.3	1	4	Registro Sistemático.
		D2. Bloque C.	3.1	1	4	Registro Sistemático.
		D2. Bloque C.	3.2	0,35	1,7	Registro Sistemático.
		D2. Bloque C.	3.3	0,35	1,7	Autoevaluación
	UD. 5 Aparato Locomotor	D3. Bloque F.	5.3	2	8	Prueba escrita.
	UD.9 Iniciación a los deportes de equipo.	D1. Bloque A.	1.4	7,5	28	Escala graduada heteroevaluación
		D2. Bloque B.	2.2	0,7	2,8	Rubrica valoración partidos
			2.3	1	4	Grabación de videos de jugadas
D2. Bloque C.		3.1	1	4	Registro Sistemático.	
D2. Bloque C.		3.2	0,35	1,2	Registro Sistemático.	
D2. Bloque C.		3.3	0,35	1,2	Registro Sistemático.	
UD.10 Los juegos de los abuelos	D1. Bloque A.	2.1	3	11	PowerPoint juego	
	D2. Bloque B.	2.3	1	4	Prueba escrita	
		D2. Bloque C.	3.1	1	4	Registro Sistemático.
	D2. Bloque C.	3.2	0,35	1,2	Registro Sistemático.	
	D2. Bloque C.	3.3	0,35	1,2	Registro Sistemático.	
UD. 11 Iniciación a los deportes de raqueta.	D1. Bloque A.	1.2	5	19	Escala graduada de partidos.	
	D2. Bloque B.	2.3	1	4	Grabación Autoevaluación	
		D2. Bloque C.	3.1	1	4	Prueba escrita

	D2. Bloque C.	3.2	0,35	1,2	Registro Sistemático.
	D2. Bloque C.	3.3	0,35	1,2	Registro Sistemático.

- [Relación de diferentes objetivos didácticos su descripción y los aprendizajes imprescindibles en las diferentes UD.](#)

1º ESO	Objetivo Didáctico
Eval. Inicial.	<p>Detectar necesidades aprendizaje en relación cursos anteriores</p> <p>Conocer características alumnado físicas y relación con Act. Física</p>
U.D.1 La sesión de Educación Física.	<p>2.3 Utiliza diferentes recursos informáticos (procesadores de texto, editores de vídeo, grabación en vídeo, grabación de voz, etc....) y aplicaciones móviles relacionadas con el ámbito deportivo y educativo (Google Classroom, aeducar, entre otras...) para analizar y seleccionar la información más importante a la hora de realizar y entregar tareas de evaluación.</p> <p>3.2.A Respeta y aplica las normas de funcionamiento de la materia en cada una de las actividades del aula cooperando y colaborando para conseguir un logro individual o grupal.</p> <p>5.1 A Conoce los procedimientos adecuados que se deben realizar en las rutinas de higiene y las adopta de forma autónoma antes y después de las sesiones de EF.</p> <p>5.2 Conoce las fases y ejercicios que se debe realizar en el calentamiento general llevándolos a la práctica en clase siguiendo unas pautas generales</p>
U.D.2 Carrera de Resistencia.	<p>1.5 A Realiza y propone una ruta senderista teniendo en cuenta el material necesario, el tiempo de la ruta, el conocimiento de los aspectos teóricos de una ruta senderista y adaptando el ritmo a las diferentes posibilidades físicas de cada uno de los participantes.</p> <p>2.3.A Utiliza diferentes recursos informáticos (procesadores de texto, editores de vídeo, grabación en vídeo, grabación de voz, etc....) y aplicaciones móviles relacionadas con el ámbito deportivo y educativo (google classroom, aeducar, entre otras...) para analizar y seleccionar la información más importante a la hora de realizar y entregar tareas de evaluación.</p> <p>3.2.A Respeta y aplica las normas de funcionamiento de la materia en cada una de las actividades del aula cooperando y colaborando para conseguir un logro individual o grupal.</p> <p>3.3.A Valora, respeta y demuestra una actitud crítica hacia la diversidad de cada uno en todos sus aspectos.</p> <p>5.4 Realiza una carrera de 12´ manteniendo el ritmo calculado a partir de una valoración inicial de carrera.</p> <p>5.5 Conoce las diferentes zonas para calcular la frecuencia cardíaca después de cada actividad para luego adaptarla a sus limitaciones encaminando la actividad hacia la mejora de su bienestar.</p>
UD.3. Atletismo: velocidad, relevos y saltos.	<p>1.1 A Carrera de velocidad realizando una salida atlética respetando las voces de salida.</p> <p>1.1 B Realiza un salto de altura siendo capaz de diferencias</p>

	<p>cada una de las partes del salto de altura respetando el reglamento de la prueba.</p> <p>1.1 C Conoce las distintas zonas de intercambio de testigo y realiza un cambio de testigo de forma adecuada al realizar una carrera de relevos respetando las reglas de la prueba.</p> <p>1.1 D Combina diferentes habilidades motrices incluyendo la realización de giros, equilibrios y volteos trabajados en el aula.</p> <p>2.3 Utiliza diferentes recursos informáticos (procesadores de texto, editores de vídeo, grabación en vídeo, grabación de voz, etc....) y aplicaciones móviles relacionadas con el ámbito deportivo y educativo (google classroom, aeducar, entre otras...) para analizar y seleccionar la información más importante a la hora de realizar y entregar tareas de evaluación.</p>
UD.4 Senderismo	<p>1.5 A Realiza y propone una ruta senderista teniendo en cuenta el material necesario, el tiempo de la ruta, el conocimiento de los aspectos teóricos de una ruta senderista y adaptando el ritmo a las diferentes posibilidades físicas de cada uno de los participantes.</p> <p>4.1.A Participa y elabora activamente en la salida senderista respetando el entorno y mostrando interés por su conservación realizando acciones activas a lo largo de todo su recorrido.</p> <p>3.2.A Respeta y aplica las normas de funcionamiento de la materia en cada una de las actividades del aula cooperando y colaborando para conseguir un logro individual o grupal.</p> <p>3.3 Valora, respeta y demuestra una actitud crítica hacia la diversidad de cada uno en todos sus aspectos.</p>
UD. 5 Aparato Locomotor	<p>5.3 A Conoce las partes del esqueleto humano y sus principales articulaciones, siendo es capaz de localizarlos en un esqueleto y conocer y ejecutar sus movimientos articulares.</p>
UD. 5 Aparato Locomotor	<p>5.3 B Reconoce el músculo como actor principal del movimiento y sitúa anatómicamente los músculos principales del cuerpo humano.</p>
UD.6. La gimnasia deportiva.	<p>1.1 D Combina diferentes habilidades motrices incluyendo la realización de giros, equilibrios y volteos trabajados en el aula.</p> <p>2.3 Utiliza diferentes recursos informáticos (procesadores de texto, editores de vídeo, grabación en vídeo, grabación de voz, etc....) y aplicaciones móviles relacionadas con el ámbito deportivo y educativo (Google Classroom, aeducar, entre otras...) para analizar y seleccionar la información más importante a la hora de realizar y entregar tareas de evaluación.</p> <p>3.2.A Respeta y aplica las normas de funcionamiento de la materia en cada una de las actividades del aula cooperando y colaborando para conseguir un logro individual o grupal.</p> <p>3.3 Valora, respeta y demuestra una actitud crítica hacia la diversidad de cada uno en todos sus aspectos.</p>
UD.7. Somos creativos, somos expresivos.	<p>1.3 Realiza una coreografía utilizando el cuerpo como medio de expresión, transmitiendo información a través de acciones expresivas individuales y grupales con soporte musical.</p> <p>1.6 Realiza una coreografía utilizando el cuerpo como medio de expresión, transmitiendo información a través de acciones expresivas individuales y grupales con soporte musical.</p> <p>2.2 Realiza cada uno de los ejercicios y/o actividades respetando y valorando las diferencias entre compañeros.</p> <p>2.3 Utiliza diferentes recursos informáticos (procesadores de texto, editores de vídeo, grabación en vídeo, grabación de</p>

	<p>voz, etc...) y aplicaciones móviles relacionadas con el ámbito deportivo y educativo (google classroom, aeducar, entre otras...) para analizar y seleccionar la información más importante a la hora de realizar y entregar tareas de evaluación.</p> <p>3.2.A Respeta y aplica las normas de funcionamiento de la materia en cada una de las actividades del aula cooperando y colaborando para conseguir un logro individual o grupal.</p> <p>3.3 Valora, respeta y demuestra una actitud crítica hacia la diversidad de cada uno en todos sus aspectos.</p>
UD. 8. Iniciación a los deportes de equipo: Floorball	<p>1.4 C Realiza un partido de floor aplicando el reglamento demostrando el dominio del implemento.</p> <p>2.2 Realiza cada uno de los ejercicios y/o actividades respetando y valorando las diferencias entre compañeros.</p> <p>2.3.A Utiliza diferentes recursos informáticos (procesadores de texto, editores de vídeo, grabación en vídeo, grabación de voz, etc....) y aplicaciones móviles relacionadas con el ámbito deportivo y educativo (Google Classroom, aeducar, entre otras...) para analizar y seleccionar la información más importante a la hora de realizar y entregar tareas de evaluación.</p> <p>3.1.A Reconoce las practicas antideportivas en sus diferentes roles aplicándolo en la práctica deportiva evitando la competitividad desmedida.</p> <p>3.2.A Respeta y aplica las normas de funcionamiento de la materia en cada una de las actividades del aula cooperando y colaborando para conseguir un logro individual o grupal.</p> <p>3.3 Valora, respeta y demuestra una actitud crítica hacia la diversidad de cada uno en todos sus aspectos.</p>
UD. 5 Aparato Locomotor	<p>5.3 C Aplica medidas básicas de primeros auxilios ante situaciones de la práctica de actividad física relacionados con el aparato locomotor.</p>
UD.9 Iniciación a los deportes de equipo.	<p>1.4 A Aplica los conocimientos técnico-tácticos de iniciación diferenciando el ataque y defensa en el balonmano a las normas de juego.</p> <p>1.4 B Realiza una situación de juego en voleibol aplicando el reglamento.</p> <p>2.3.A Utiliza diferentes recursos informáticos (procesadores de texto, editores de vídeo, grabación en vídeo, grabación de voz, etc...) y aplicaciones móviles relacionadas con el ámbito deportivo y educativo (Google classroom, aeducar, entre otras...) para analizar y seleccionar la información más importante a la hora de realizar y entregar tareas de evaluación.</p> <p>3.1.A Reconoce las practicas antideportivas en sus diferentes roles aplicándolo en la práctica deportiva evitando la competitividad desmedida.</p> <p>3.2.A Respeta y aplica las normas de funcionamiento de la materia en cada una de las actividades del aula cooperando y colaborando para conseguir un logro individual o grupal.</p> <p>3.3 Valora, respeta y demuestra una actitud crítica hacia la diversidad de cada uno en todos sus aspectos.</p>
UD.10 Los juegos de los abuelos	<p>2.1.A Reconoce como cultura los juegos populares y participa en los diferentes juegos planteados.</p> <p>2.3.A Utiliza diferentes recursos informáticos (procesadores de texto, editores de vídeo, grabación en vídeo, grabación de voz, etc..) y aplicaciones móviles relacionadas con el ámbito deportivo y educativo (Google Classroom, aeducar, entre otras...) para analizar y seleccionar la información más importante a la hora de realizar y entregar tareas de</p>

	evaluación.
	3.1.A Reconoce las practicas antideportivas en sus diferentes roles aplicándolo en la práctica deportiva evitando la competitividad desmedida.
	3.2.A Respeta y aplica las normas de funcionamiento de la materia en cada una de las actividades del aula cooperando y colaborando para conseguir un logro individual o grupal.
	3.3 Valora, respeta y demuestra una actitud crítica hacia la diversidad de cada uno en todos sus aspectos.
UD. 11 Iniciación a los deportes de raqueta.	1.2 A Conoce y utiliza los diferentes golpes para resolver las diferentes situaciones de juego respetando las normas de juego.
	2.3.A Utiliza diferentes recursos informáticos (procesadores de texto, editores de vídeo, grabación en vídeo, grabación de voz, etc..) y aplicaciones móviles relacionadas con el ámbito deportivo y educativo (Google Classroom, aeducar, entre otras...) para analizar y seleccionar la información más importante a la hora de realizar y entregar tareas de evaluación.
	3.1.A Reconoce las practicas antideportivas en sus diferentes roles aplicándolo en la práctica deportiva evitando la competitividad desmedida.
	3.2.A Respeta y aplica las normas de funcionamiento de la materia en cada una de las actividades del aula cooperando y colaborando para conseguir un logro individual o grupal.
	3.3 Valora, respeta y demuestra una actitud crítica hacia la diversidad de cada uno en todos sus aspectos.

2º ESO

- • Criterios de calificación, porcentaje en la calificación final y de cada evaluación.

UNIDADES DIDÁCTICAS	SB	%FINAL	% TRI	CRIT. EVAL.	IND. LOGRO	ACT. EV.
Eval. Inicial.	Todos bloques	Todos	0	0		
UD.1 CALENTAMIENTO GENERAL						Proyecto calentamiento
						Observación sistemática
	D2. BC	0,3	0,9	3.3		Observación sistemática
	D3. BE	1	2,5	5.1	A y B	Observación sistemática
	D3. BE	10	24	5.2		Proyecto calentamiento
UD. 2 RESISTENCIA. CARRERA LARGA DURACIÓN.	D1. BA	1	2,5	1.5		Práctica de senderismo
	D2. BB	1,2	3	2.3		Fichas-sesiones
	D2. BC	0,3	0,9	3.2		Observación sistemática
	D2. BC	0,3	0,9	3.3		Observación sistemática

	D3. BF	10	24	5.4	A	Test de Cooper 12'
	D3. BF	1	2,5	5.5		Fichas-sesiones
UD. 3 ATLETISMO	D1. BA	10	24	1.1	A y B	Prueba práctica atletismo
	D2. BB	0,8	2	2.1		Prueba práctica atletismo
	D2. BB	1,2	3	2.3		Prueba escrita atletismo
	D2. BC	1,7	4	3.1		Prueba escrita atletismo
	D2. BC	0,3	0,9	3.2		Observación sistemática
	D2. BC	0,3	0,9	3.3		Observación sistemática
	D3. BE	3	12	5.3	A	Prueba escrita
UD. 4 AP. LOCOMOTOR: MÚSCULOS	D1. BA	4	15	1.1	C	Prueba práctica malabares
	D2. BB	1,2	4	2.3		Fichas-sesiones
	D2. BC	0,3	1,2	3.2		Observación sistemática
	D2. BC	0,3	1,2	3.3		Observación sistemática
UD. 5 MALABARES	D3. BE	3	12	5.3	B	Observación sistemática
	D3. BF	2	8	5.4	B	Proyecto Fuerza
	D3. BF	1	3,7	5.5		Fichas-sesiones
	D2. BB	1,2	4	2.3		Proyecto Fuerza
	D2. BC	0,3	1,2	3.2		Observación sistemática
	D2. BC	0,3	1,2	3.3		Observación sistemática
UD. 6 FUERZA	D1. BA	8	30	1.6		Prueba práctica
	D2. BB	1,2	4	2.3		Fichas-sesiones
	D2. BC	0,3	1,2	3.2		Observación sistemática
	D2. BC	0,3	1,2	3.3		Observación sistemática
UD. 7 AERODANCE REVOLUTION	D1. BA	8	25	1.2		Prueba práctica Pickleball
	D2. BB	0,8	2,5	2.1		Prueba práctica Pickleball
	D2. BB	0,8	2,5	2.2		Observación sistemática
UD. 8 PICKLEBALL	D2. BB	1,2	3,6	2.3		Prueba escrita pickleball
	D2. BC	1,7	5	3.1		Prueba escrita pickleball
	D2. BC	0,3	0,8	3.2		Observación sistemática

	D2. BC	0,3	0,8	3.3		Observación sistemática
UD. 9 INICIACIÓN A LOS DEPORTES DE EQUIPO	D1. BA	10	31	1.4	A, B y C	Prueba práctica
	D2. BB	0,8	2,5	2.1		Prueba práctica
	D2. BB	0,8	2,5	2.2		Observación sistemática
	D2. BB	1,2	3,6	2.3		Prueba escrita
	D2. BC	1,7	5	3.1		Prueba escrita
	D2. BC	0,3	0,8	3.2		Observación sistemática
	D2. BC	0,3	0,8	3.3		Observación sistemática
UD. 10 SENDERISMO	D1. BA	1	3	1.5		Práctica de senderismo
	D2. BD	3	9	4.1		Prueba práctica senderismo
	D2. BC	0,3	0,8	3.2		Observación sistemática
	D2. BC	0,3	0,8	3.3		Observación sistemática

- [Relación de diferentes objetivos didácticos su descripción y los aprendizajes imprescindibles en las diferentes UD.](#)

CE.EF.1	
ATLETISMO (salto de longitud y carrera de vallas) y MALABARES	1.1 A Realiza una carrera de obstáculos aplicando la técnica del paso de vallas adaptando las zancadas entre vallas dependiendo de la pierna de ataque respetando el reglamento básico de la prueba.
	1.1 B Realiza un salto de longitud completo diferenciando cada una de las partes del salto de longitud respetando el reglamento básico de la prueba.
	1.1 C Realiza combinaciones con una, dos y tres pelotas.
PICKLEBALL	1.2 A Conoce y utiliza los diferentes golpes para resolver las diferentes situaciones de juego respetando las normas de juego.
BALONMANO, BÉISBOL Y VOLEIBOL	1.4 A Aplica los recursos técnicos de balonmano para resolver las diferentes situaciones de ataque y defensa dependiendo del rol que tenga sujeto a las normas de juego.
	1.4 B Realiza una situación de juego en voleibol aplicando el reglamento.

	1.4 C Realiza un partido de béisbol aplicando el reglamento dependiendo del papel que haga.
RESISTENCIA y SENDERISMO	1.5 A Realiza y propone una ruta senderista teniendo en cuenta el material necesario, el tiempo de la ruta, el conocimiento de los aspectos teóricos de una ruta senderista y adaptando el ritmo a las diferentes posibilidades físicas de cada uno de los participantes.
AERODANCE REVOLUTION	1.6 A Propone varias secuencias llegando a completar 8 bloques.
CE.EF.2	
BALONMANO, BÉISBOL, VOLEIBOL, ATLETISMO Y PICKLEBALL	2.1 Participa activamente en cada una de las actividades propuestas en clase de forma individual y colectiva dependiendo de la lógica interna del deporte practicado atendiendo a las características y posibilidades de uno mismo.
TODAS LAS UD	2.2 Realiza cada uno de los ejercicios y/o actividades respetando y valorando las diferencias entre compañeros.
TODAS LAS UD	2.3 Utiliza diferentes recursos informáticos (procesadores de texto, editores de vídeo, grabación en vídeo, grabación de voz, etc...) y aplicaciones móviles relacionadas con el ámbito deportivo y educativo (Google Classroom, aeducar, entre otras...) para analizar y seleccionar la información más importante a la hora de realizar y entregar tareas de evaluación.
CE.EF.3	
BALONMANO, BÉISBOL, VOLEIBOL, ATLETISMO Y PICKLEBALL	3.1 Reconoce las practicas antideportivas en sus diferentes roles aplicándolo en la practica deportiva evitando la competitividad desmedida.
TODAS LAS UD	3.2 Respeta y aplica las normas de funcionamiento de la materia en cada una de las actividades del aula cooperando y colaborando para conseguir un logro individual o grupal.
TODAS LAS UD	3.3 Valora, respeta y demuestra una actitud crítica hacia la diversidad de cada uno en todos sus aspectos.
CE.EF.4	
SENDERISMO: MONCAYO	4.1 Participa y elabora activamente en la salida senderista respetando el entorno y mostrando interés por su conservación realizando acciones activas a lo largo de todo su recorrido.
CE.EF.5	

CALENTAMIENTO GENERAL	5.1 A Conoce los procedimientos adecuados que se deben realizar en las rutinas de higiene y las adopta de forma autónoma antes y después de las sesiones de EF.
	5.1 B Adopta soluciones de educación postural conocidas en las rutinas de la práctica motriz y en la vida cotidiana.
CALENTAMIENTO GENERAL	5.2 Realiza un calentamiento general siguiendo las pautas adecuadas porque conoce la importancia del calentamiento general, los cambios que producen en el organismo y para la prevención de lesiones.
FUERZA (prevención de lesiones y primeros auxilios básicos)	5.3 A Conoce la principal función motora de los músculos y los cambios orgánicos que se producen en la práctica habitual de la actividad física.
	5.3 B Aplica medidas básicas de primeros auxilios ante situaciones de la práctica de actividad física relacionados con el aparato locomotor.
RESISTENCIA Y FUERZA	5.4 A Realiza una carrera de 12' manteniendo el ritmo calculado a partir de una valoración inicial de carrera.
	5.4 B Conoce y realiza ejercicios de fuerza de los distintos grupos musculares con diferentes métodos de trabajo, su estiramiento correspondiente e indica cual es el músculo agonista y antagonista después de realizar una valoración inicial.
RESISTENCIA Y FUERZA	5.5 Calcula y valora el resultado de la frecuencia cardíaca y el ritmo después de cada actividad para luego adaptarla a sus limitaciones encaminando la actividad hacia la mejora de su bienestar.

3º ESO

- • Criterios de calificación, porcentaje en la calificación final y de cada evaluación.

3º ESO	SB	CE. EF	Crit. EF	% fina	% EV	Ob. D	Actividad de Calificación
Eval. Inicial.	A-F	(1 al 5)	Todos	0			Formulario datos personales
				0			Kahoot conocimientos curso pasado.
							Planilla de Evaluación Condición física (Proyecto FITBACK y PARQ)
UD.1. Running	D1. Bloque A.	1	1.1	4%	14,0%	1.1.C	Carrera continua de 20 minutos en zona Aeróbica a un ritmo individualizado.
	D3. Bloque E.	5	5.1	1%	3,0%	5.3 A-C	Registro Sistemático Observación Diaria. Producción Alumnado. Actividades de la UD.

	D3. Bloque F.	5	5.4	10%	32,0%	5.4.A-D	Actividades de la UD. Gráfica de FC y Ritmo de carrera en Excel.
UD.2. Bailes de Salón: El Country	D1. Bloque A.	1	1.6	10%	30,0%	1.6.A-B	Creación de coreografía de country grupal en un flash mob.
	D2. Bloque B.	2	2.1	2%	7,0%	2.1.A	Actividades de creación de coreografías y series de country.
	D2, Bloque B.	2	2.2	4%	14,0%	2.2.A-C	Registro de participación en clase con diferentes grupos de habilidad y géneros
UD 3. Fuerza y postura	D1. Bloque A.	1	1.1	4%	10,0%	1.1.B.	Actividad de autoevaluación de ejercicios de fuerza con autocargas con objetivo de mejorar la postura corporal y la fuerza muscular de la zona de CORE:
	D3. Bloque F.	5	2.3	5%	11,0%	2.3.A-C	Producción alumnado digital. PowerPoint, Prezi, Canva, Genially. Exposición Oral de una rutina de CORE.
	D2. Bloque C.	3	3.1	1%	3,0%	5.3 A-C	Registro Sistemático Observación Diaria.
	D2. Bloque C.	2	5.3	6%	14,0%	5.2 A-B	Producción alumnado digital. PowerPoint, Prezi, Canva, Genially. Exposición Oral de una rutina de CORE. Prueba teórica escrita.
UD 4. Atletismo (lanzamientos)	D1. Bloque A.	1	1.1	4%	8,0%	1.1 A-B	Participación en un concurso de lanzamientos olimpico
							Análisis digital de técnica de lanzamiento a través de planillas de autoevaluación y heteroevaluación.
	D2. Bloque C.	2	2.3	5%	11,0%	2.3.A-C	Creación de un videotutorial de

							lanzamientos mediante una aplicación de edición de vídeo
	D2. Bloque C.	3	3.1	1%	3,0%	5.3 A-C	
	D3. Bloque E.	5	5.2	2%	5,0%	5.1.A-B	Producción alumnado. Elaboración y exposición de un calentamiento específico.
UD 5. Deportes de equipo (baloncesto)	D1. Bloque A.	1	1.4	10%	35%	1.4.A-C	Producción alumnado. Diseño y exposición de jugadas baloncesto 3x3
							Escalas Graduadas de observación de partidos (scouting)
	D2. Bloque B.	2	2.1	2%	5,0%	2.1.B	Preguntas inteligentes
	D2. Bloque C.	3	3.2	2%	5,0%	3.2.A-B	Registro Sistemático Observación Diaria.
							Producción alumnado. Diseño y exposición de jugadas baloncesto 3x3
	D2. Bloque C.	3	3.3	2%	5,0%	3.3.A-B	Registro Sistemático Observación Diaria.
UD. 6. Acrosport	D1. Bloque A.	1	1.3	10%	42,0%	1.3 A-B	Creación de un álbum de desafíos con figuras de acrosport de dificultad creciente.
							Montaje de un minuto y montaje grupal.
	D2. Bloque B.	3	3.2	2%	8,0%	3.2.A-B	Escalas de evaluación grupal y de desarrollo personal.
							Registro Sistemático Observación Diaria.
	D3. Bloque E.	5	3.3	2%	8,0%	3.3.A-B	Escalas de evaluación grupal y de desarrollo personal.
	D3. Bloque E.	5	5.2	2%	8,0%	5.2 A-B	Producción alumnado. Elaboración y exposición de un calentamiento específico.
UD.7.	D1. Bloque	1	1.5	4%	15,0%	1.5.A-B	Mapa y actividades de la

Orientación.	A.						UD:
	D2. Bloque D.	4	4.1	4%	15,0%	4.1A-B	Elaboración de un recorrido de pistas propio incluya balizas, rumbos, escala y leyenda.
	D3. Bloque E.	5	5.1	1%	4,0%	5.3 A-C	Competir en una carrera de orientación en mapas diseñados y organizados por otros compañeros de clase.

- [Relación de diferentes objetivos didácticos su descripción y los aprendizajes imprescindibles en las diferentes UD.](#)

Obj. Did. Descripción y ap. Imprescindibles	
PRIMERA EVALUACIÓN	Eval. Inicial. Evaluar necesidades de aprendizjes de cursos anteriores Evaluar las necesidades específicas de cada alumno y las posibles ACNEES requeridas realizar un diagnóstico de las posibles patologías médicas y de relación con la Act. Física del alumnado.
	UD.1. Running 1.1.C <u>Ser capaz de realizar una carrera continua de 20 minutos llevando un ritmo uniforme de acuerdo a su nivel de partida inicial</u> 5.1.A <u>Atiende a medidas de higiene personal mínimas ante esfuerzos moderados e intensos</u> 5.1.B <u>Dosifica esfuerzos dando el máximo de sus posibilidades</u> 5.4.A <u>reconocer las cinco zonas de entrenamiento cardiovascular asociadas a diferentes progresiones y actividades y tipos de resistencia.</u> 5.4.B <u>Experimenta y reconoce los intervalos e intensidades de esfuerzo cardiovascular saludables (zona de actividad física saludable)</u> 5.4.C <u>Determinar un ritmo de carrera individual en aras de mantenerlo en progresiones de media y larga duración.</u> 5.4.D <u>Asociar su ritmo individual de carrera a intensidades de esfuerzo cardiovascular (frecuencia cardiaca)</u>
	UD.2. Bailes de Salón: El Country 1.6.A <u>Elabora y pone en práctica una coreografía a partir de la inclusión de varios pasos en diferentes corografías de dicho estilo</u> 1.6.B <u>Ajustar sus movimientos con intencionalidad en relación a si mismo y sus compañeros a partir de principios de temporalidad y espacialidad</u> 2.1.A <u>Conocer las características propias culturales e históricas del baile en línea, así como sus patrones específicos</u> 2.2.A <u>interactuar con los alumnos de ambos géneros al realizar las diferentes actividades de clase evitando conductas de discriminación de género</u> 2.2.B <u>Mostrar actitudes de compañerismo y respeto entre iguales</u> 2.2.C <u>Evitar los estereotipos asociados a según que ciertas prácticas</u>

SEGUNDA EVALUACIÓN		deportivas respecto a la condición física.
	UD 3. Fuerza y postura	<p>1.1.B <u>Describir y autoevaluar la forma de realizar los movimientos implicados en el movimiento técnico</u></p> <p>2.3.A. Utilizar y seleccionar de forma adecuada los medios informáticos y digitales como medio para la elaboración de producciones y trabajos que permitan profundizar en la expresión y comprensión oral sobre las temáticas y contenidos tratados.</p> <p>2.3.B. <u>Utilizar medios digitales para el tratamiento y monitorización de la actividad física de forma adecuada</u></p> <p>2.3.C. Exponer y defender los trabajos elaborados sobre temas del curso y vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física y la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos</p> <p>3.1.A <u>Participar de forma activa en las actividades propuestas, mostrando interés, dedicación y esfuerzo en las mismas</u></p> <p>3.1.B Colaborar en el diseño de producciones y actividades, respetando las características personales propias, de los compañeros, así como de la propia actividad, en base a criterios de seguridad y comportamiento</p> <p>5.1.A <u>Elaborar una producción efectuando y programando una rutina de core - espalda sana</u></p> <p>5.1.B Reconocer patologías y enfermedades propias del sedentarismo y hábitos nocivos</p>
	UD 4. Atletismo (lanzamientos)	<p>1.1.A. Efectúa lanzamientos de modalidad lineal de peso de acuerdo a patrones motrices teóricos con seguridad y de acuerdo al reglamento de dicha modalidad técnica</p> <p>1.1.B <u>Describir y autoevaluar la forma de realizar los movimientos implicados en el movimiento técnico</u></p> <p>2.3.A. Utilizar y seleccionar de forma adecuada los medios informáticos y digitales como medio para la elaboración de producciones y trabajos que permitan profundizar en la expresión y comprensión oral sobre las temáticas y contenidos tratados.</p> <p>2.3.B. Utilizar medios digitales para el tratamiento y monitorización de la actividad física de forma adecuada</p> <p>2.3.C. <u>Exponer y defender los trabajos elaborados sobre temas del curso y vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física y la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos</u></p> <p>3.1.A <u>Participar de forma activa en las actividades propuestas, mostrando interés, dedicación y esfuerzo en las mismas</u></p> <p>3.1.B Colaborar en el diseño de producciones y actividades, respetando las características personales propias, de los compañeros, así como de la propia actividad, en base a criterios de seguridad y comportamiento</p> <p>5.2.A. Conocer la estructura de un calentamiento específico y los ejercicios del que se compone, acorde a la actividad posterior a realizar</p> <p>5.2.B. <u>Diseñar calentamientos (tanto generales como específicos) para diferentes actividades desarrolladas durante el curso.</u></p>
	UD 5. Deportes de equipo (baloncesto)	<p>1.4.A. <u>Exponer y poner en práctica con eficacia diseños y planteamientos tácticos previamente diseñados (jugadas)</u></p> <p>1.4.B. <u>Elaborar jugadas y planteamientos tácticos con eficacia, atendiendo a los roles y principios de ataque y defensa de acuerdo</u></p>

TERCERA EVALUACIÓN		<u>a su simbología</u>
		1.4.C Reconocer situaciones tácticas de los compañeros y adversarios y sabe plasmarlas en escrito (scouting)
		<u>2.1.B Conocer la historia del baloncesto en la sociedad actual</u>
		<u>3.2.A Colaborar en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</u>
		3.2.B Participar en procesos de autoevaluación y coevaluación en la determinación de las aportaciones individuales al grupo
		<u>3.3.A Respetar a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</u>
		3.3.B Escuchar y respetar las aportaciones de los compañeros
	UD. 6. Acrosport	<u>1.3.A Elabora un montaje grupal de acrosport en consonancia con sus compañeros y toda la clase, aportando ideas y propuestas así como alternativas</u>
		<u>1.3.B Elaborar y poner en práctica un montaje de un minuto a partir de los elementos de acrosport vistos en clase alternando posiciones de ágil y portor</u>
		<u>3.2.A Colaborar en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</u>
		3.2.B Participar en procesos de autoevaluación y coevaluación en la determinación de las aportaciones individuales al grupo
		<u>3.3.A Respetar a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</u>
		3.3.B Escuchar y respetar las aportaciones de los compañeros
		5.2.A. Conocer la estructura de un calentamiento específico y los ejercicios del que se compone, acorde a la actividad posterior a realizar
	<u>5.2.B. Diseñar calentamientos (tanto generales como específicos) para diferentes actividades desarrolladas durante el curso.</u>	
UD.7. Orientación.	<u>1.5.A Interpretar un plano y un mapa, lo orienta eficazmente para localizar balizas en un entorno adaptado.</u>	
	1.5.B Explicar y poner en práctica técnicas de progresión e entornos no estables y técnicas básicas de orientación regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades	
	<u>4.1.A Determinar las posibilidades que ofrece el barrio para la realización de actividades de orientación</u>	
	4.1.B Efectuar recorridos urbanos atendiendo al contexto de barrio de eco-ciudad en el que se ubica el centro	
	<u>5.1.A Atiende a medidas de higiene personal mínimas ante esfuerzos moderados e intensos</u>	
	5.1.B Dosifica esfuerzos dando el máximo de sus posibilidades	

4º ESO.

- Criterios de calificación, porcentaje en la calificación final y de cada evaluación.

4º ESO	SB	CEEF	Crit.	% fin	% Cal. EV	Obj.	Actividad de Calificación	
PRIMERA EVALUACIÓN	Eval. Inicial.	A-F	(1 al 5)	Todos	0		Formulario datos personales	
					0		Kahoot conocimientos curso pasado.	
							Planilla de Evaluación Condición física (EUROFIT)	
	UD.1. Carrera larga duración	D1. Bloque A.	1	1.1	4%	10,5%	1.1 A	Carrera 25 minutos
		D3. Bloque F.	5	2.3	3%	8,0%	2.3.A-B	Determinación de ritmos de carrera a partir de elaboración de test. Diario de videncias de entrenamiento
		D2. Bloque C.	3	3.1	1%	5,0%	3.1 A-B	Registro Sistemático Observación Diaria.
		D3. Bloque E.	5	5.1	1%	5,0%	5.1.A-B	
		D3. Bloque F.	5	5.4	8%	18,0%	5.4.A-D	Examen teórico
								Elaboración de programa de activación a la carrera de larga duración
	UD.2. badminton	D1. Bloque A.	1	1.2	8%	18,0%	1.2 A-C	Elaboración de video tutorial de elementos técnico – tácticos de bádminton y situación jugada. Examen teórico reglas
D3. Bloque F.		5	2.3	5%	12,0%	2.3.A-B		
	D2. Bloque C.	3	3.1	1%	5,0%	3.1 A-B	Registro Sistemático Observación Diaria.	
UD 3. Comba -	D1. Bloque	1	1.1	4%	10,5%	1.1.B	Elaboración de video	

	resistencia	A.						tutorial progresión elementos individuales – Excel autoevaluación comba	
		D3. Bloque F.	5	2.3	3%	8,0%	2.3.A-B		
		D2. Bloque C.	3	3.1	1%	5,0%	3.1 A-B	Registro Sistemático Observación Diaria.	
SEGUNDA EVALUACIÓN	UD 4. Flash mob comba doble	D1. Bloque A.	1	1.3	8%	26,0%	1.3 A-B	Montaje grupal combas Flash mob combas	
		D2. Bloque B.	2	2.1	4%	12,0%	2.2 A-B	Preguntas inteligentes	
		D2, Bloque B.	2	2.2	2%	6,0%	2.2 A-C	Registro Sistemático Observación Diaria.	
		D2. Bloque C.	3	3.3	2%	6,0%	3.3 A-B		
	UD 5. Deportes de equipo (fútbol sala)	D1. Bloque A.	1	1.4	11%	36,0%	1.4 A-C	Producción alumnado. Diseño y exposición de jugadas fut sal Escalas Graduadas de observación de partidos (scouting)	
		D2. Bloque C.	3	3.2	1%	3,0%	3.2.A-B	Registro Sistemático Observación Diaria.	
		D3. Bloque E.	5	5.2	3%	10,0%	5.2 A-B	Producción alumnado. Elaboración y de un calentamiento específico.	
	TERCERA EVALUACIÓN	UD. 6. Primeros auxilios - prevención de lesiones	D1. Bloque A.	1	1.1	4%	13,0%	1.1 C	Batería ejercicios entrenamiento funcional – fuerza básica
			D3. Bloque E.	5	5.1	1%	5,0%	5.1.A-B	Registro Sistemático Observación Diaria.
			D3. Bloque F.	5	5.3	6%	20,0%	5.3 A-C	Elaboración programa entrenamiento fuerza preventivo – lesional. Examen teórico 1 ^{os} auxilios básicos.

	UD.7. Deportes de equipo (voleibol)	D1. Bloque A.	1	1.4	6%	20,0%	1.4.E-F	Situación jugada voleibol 3x3
		D2. Bloque C.	3	3.2	1%	3,0%	3.2.A-B	Registro Sistemático Observación Diaria.
		D3. Bloque E.	5	5.2	3%	10,0%	5.2 A-B	Producción alumnado. Elaboración de un calentamiento específico.
	UD. 8. BTT	D1. Bloque A.	1	1.5	4%	12,5%	1.5.A-B	Elaboración, apertura y puesta en práctica de rutas de BTT en el entorno y/o contexto de barrio
		D2. Bloque D.	4	4.1	4%	12,5%	4.1A-B	
		D3. Bloque E.	5	5.1	1%	6,0%	5.1.A-B	Registro Sistemático Observación Diaria.

- [Relación de diferentes objetivos didácticos su descripción y los aprendizajes imprescindibles en las diferentes UD.](#)

4º ESO		OBJETIVO(S) DIDÁCTICO(S)
PRIMERA EVALUACIÓN	Eval. Inicial.	Evaluar necesidades de aprendizajes de cursos anteriores
		Evaluar las necesidades específicas de cada alumno y las posibles ACNEES requeridas
		Realizar un diagnóstico de las posibles patologías médicas y de relación con la Act. Física del alumnado.
	UD.1. Carrera larga duración	1.1.A Realizar una carrera continua de 25 minutos llevando un ritmo variable de acuerdo a su nivel de partida inicial
		2.3.A. Utilizar y seleccionar de forma adecuada los medios informáticos y digitales como medio para la elaboración de producciones y trabajos que permitan profundizar en la expresión y comprensión oral sobre las temáticas y contenidos tratados.
		2.3.B. Utilizar medios digitales para el tratamiento y monitorización de la actividad física de forma adecuada
		3.1.A Participar de forma activa en las actividades propuestas, mostrando interés, dedicación y esfuerzo en las mismas
		3.1.B Colaborar en el diseño de producciones y actividades, respetando las características personales propias, de los compañeros, así como de la propia actividad, en base a criterios de seguridad y comportamiento
		5.1.A Atender a medidas de higiene personal mínimas ante esfuerzos moderados e intensos
		5.1.B Dosificar esfuerzos dando el máximo de sus

SEGUNDA EVALUACIÓN		posibilidades
		5.4.A Conocer y pone en práctica diferentes sistemas de entrenamiento de resistencia de acuerdo a parámetros de volumen e intensidad
		5.4.B Programar y realizar diferentes progresiones de carrera de acuerdo a su nivel de partida inicial
		5.4.C Determinar los beneficios de un adecuado entrenamiento de resistencia en función de las 5 zonas de entrenamiento cardiovascular
		5.4.D Programar y realiza una adecuada activación muscular previa a la carrera de larga duración
	UD.2. Badminton	1.2.A Conocer y utiliza los diferentes golpes de bádminton atendiendo a una correcta ejecución técnica
		1.2.B Aplicar de forma oportuna y eficaz situaciones tácticas contrarrestando o anticipando las acciones del adversario
		1.2.C Aplicar, conocer y respetar las normas básicas del bádminton
		2.3.A. Utilizar y seleccionar de forma adecuada los medios informáticos y digitales como medio para la elaboración de producciones y trabajos que permitan profundizar en la expresión y comprensión oral sobre las temáticas y contenidos tratados.
		2.3.B. Utilizar medios digitales para el tratamiento y monitorización de la actividad física de forma adecuada
		3.1.A Participar de forma activa en las actividades propuestas, mostrando interés, dedicación y esfuerzo en las mismas
		3.1.B Colaborar en el diseño de producciones y actividades, respetando las características personales propias, de los compañeros, así como de la propia actividad, en base a criterios de seguridad y comportamiento
	UD 3. Comba - resistencia	1.1.B Realizar una progresión de comba simple de un minuto de duración enlazando diferentes elementos de comba con fluidez y variedad
		2.3.A. Utilizar y seleccionar de forma adecuada los medios informáticos y digitales como medio para la elaboración de producciones y trabajos que permitan profundizar en la expresión y comprensión oral sobre las temáticas y contenidos tratados.
		2.3.B. Utilizar medios digitales para el tratamiento y monitorización de la actividad física de forma adecuada
		3.1.A Participar de forma activa en las actividades propuestas, mostrando interés, dedicación y esfuerzo en las mismas
		3.1.B Colaborar en el diseño de producciones y actividades, respetando las características personales propias, de los compañeros, así como de la propia actividad, en base a criterios de seguridad y comportamiento
	UD 4. Flash mob comba doble	1.3.A Elaborar un montaje grupal de comba en consonancia con sus compañeros y toda la clase, aportando ideas y propuestas así como alternativas dentro de un enfoque técnico y rítmico - expresivo

TERCERA EVALUACIÓN		1.3.B Realizar un flash mob de grupo clase en el que se incluyen todos los elementos grupales de comba grupal, doble, cruzada y triangular con fluidez, variedad y continuidad.
		2.1.A Asociar las diferentes modalidades de comba como deporte, como actividad física y ejercicio físico.
		2.1.B Considerar la comba como una práctica motriz cooperativa y de componente rítmico - expresivo
		2.2.A interactuar con los alumnos de ambos géneros al realizar las diferentes actividades de clase evitando conductas de discriminación de género
		2.2.B Mostrar actitudes de compañerismo y respeto entre iguales
		2.2.C Evitar los estereotipos asociados a según que ciertas prácticas deportivas respecto a la condición física.
		3.3.A Respetar a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.
		3.3.B Escuchar y respetar las aportaciones de los compañeros
	UD 5. Deportes de equipo (fútbol sala)	1.4.A. Exponer y poner en práctica con eficacia diseños y planteamientos tácticos previamente diseñados (jugadas)
		1.4.B. Elaborar jugadas y planteamientos tácticos con eficacia, atendiendo a los roles y principios de ataque y defensa de acuerdo a su simbología
		1.4.C Reconocer situaciones tácticas de los compañeros y adversarios y sabe plasmarlas en escrito (scouting)
		3.2.A Colaborar en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
		3.2.B Participar en procesos de autoevaluación y coevaluación en la determinación de las aportaciones individuales al grupo
		5.2.A. Conocer la estructura de un calentamiento específico y los ejercicios del que se compone, acorde a la actividad posterior a realizar
		5.2.B. Diseñar calentamientos (tanto generales como específicos) para diferentes actividades desarrolladas durante el curso.
UD. 6. Primeros auxilios - prevención de lesiones	1.1.C Describir y autoevaluar la forma de realizar los movimientos implicados en el movimiento técnico de entrenamiento de fuerza funcional con un enfoque preventivo lesional	
	5.1.A Atender a medidas de higiene personal mínimas ante esfuerzos moderados e intensos	
	5.1.B Dosificar esfuerzos dando el máximo de sus posibilidades	
	5.3.A Determinar patrones articulares de movilidad y estabilidad. Eslabones débiles a partir de test articulares (OHS, thomas test, SLSq., etc.)	
	5.3.B Determinar una batería de ejercicios de fuerza aplicados a orientar balances articulares y prevenir lesiones deportivas y/o artromusculares	

	5.3.C Conocer los diferentes tipos de patologías articulares y musculares derivadas del sedentarismo y la falta de actividad física, así como las actuaciones generales básicas propias de primeros auxilios.
UD.7. Deportes de equipo (voleibol)	1.4.C Aplicar y efectuar los diferentes golpes de voleibol en función de situaciones tácticas en voleibol 3x3 con fluidez y eficacia
	1.4.D Aplicar, conocer y respetar las normas básicas del voleibol
	3.2.A Colaborar en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumir sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
	3.2.B Participar en procesos de autievaluación y coevaluación en la determinación de las aportaciones individuales al grupo
	5.2.A. Conocer la estructura de un calentamiento específico y los ejercicios del que se compone, acorde a la actividad posterior a realizar
	5.2.B. Diseñar calentamientos (tanto generales como específicos) para diferentes actividades desarrolladas durante el curso.
UD. 8. BTT	1.5.A Organizar, crear y poner en práctica rutas senderistas a partir del uso de apps digitales (wikiloc) en el entorno inmediato de 1,5 horas a 2 horas de duración
	1.5 B Contribuir en la creación de rutas, participando de forma activa en las mismas y registrándolas como evidencia de su participación
	4.1.A Determinar las posibilidades que ofrece el barrio para la realización de actividades de senderismo
	4.1.B Efectuar recorridos urbanos atendiendo al contexto de barrio de eco-ciudad en el que se ubica el centro
	5.1.A Atender a medidas de higiene personal mínimas ante esfuerzos moderados e intensos
	5.1.B Dosificar esfuerzos dando el máximo de sus posibilidades

1º Bachillerato

- [Criterios de calificación, porcentaje en la calificación final y de cada evaluación.](#)

	SB	CE. EF	Crit EF	Obj.	% Cal. Tot	% Cal. EV	Actividad de Calificación
Eval. Inicial.	Bloques A - F	1 a 5	Todos		0,0%	0,0%	Ninguna solo evaluativo.
						0,0%	Sociograma y retos cooperativos

1ª Evaluación							0,0%	Formulario Inicial
	UD.1. Ocio y Deportes Alternativos.	D1. Bloque A.	1	1.3 (2)	1.3.A y B	3,5%	14,0%	Presentación y realización de la progresión de un deporte alternativo con el grupo clase. Escala Graduada de Autoevaluación.
		D2. Bloque C.	3	3.1 (2)	3.1.A	3,5%	14,0%	Registro Sistemático Escala Conductual.
		D2. Bloque B.	4	4.2	4.2.A	7,0%	14,0%	Escala Graduada de Exposición de sesiones. Formulario Heteroevaluación.
					4.2.B			Escala Graduada de Exposición de sesiones. Formulario Heteroevaluación.
	D3. Bloque E.	5	5.1 (2)	5.1.B	3,5%	14,0%	Escala Graduada de Exposición de sesiones. Formulario Heteroevaluación.	
	UD.2. Senderismo y Vías Verdes.	D1. Bloque A.	1	1.1 (2)	1.1.D	3,5%	14,0%	Diario de Evidencias mediante WIKILOK (2 sesiones)
		D2. Bloque D.	2	2.2 (2)	2.2 B	3,5%	14,0%	Actividades Classroom Unidad Didáctica. Preguntas Video Subida a Ordesa.
		D3. Bloque E.	4	4.1 (2)	4.1.A y B	3,5%	14,0%	Diario de Evidencias mediante WIKILOK (2 sesiones)
	Diario de Evidencias mediante WIKILOK (2 sesiones)							
	UD.3. Programa Entrenamiento para la Salud.	D1. Bloque A.	1	1.1 (2)	1.1.A	3,5%	14,0%	Competir y completar una carrera de 5K organizada por 2º Bach. EF y VA
					1.1.B			Producción Alumnado. Mi Plan de Vida Activa y

3ª Evaluación							Saludable	
					1.1.C			Hojas de cálculo de FC, Vel y Ritmos.
		D2. Bloque B.	2	2.2 (2)	2.2.A y B	7,0%	14,0%	Proyecto FITBACK
								Producción Alumnado. Mi Plan de Vida Activa y Saludable
		D3. Bloque E.	5	5.1 (2)	5.1.A	3,5%	14,0%	Sesiones Autónomas de mi plan. Escala de Trabajo CF. Autoevaluación
		D3. Bloque F.		5.3	5.3.A	3,5%	14,0%	Producción Alumnado. Mi Plan de Vida Activa y Saludable
					5.3.B			Producción Alumnado. Mi Plan de Vida Activa y Saludable
	UD.4. Socorrismo y Salvamento Acuático.	D1. Bloque A.	1	1.2	1.2.B	7,0%	14,0%	Asistencia y elaboración de un videotutorial de RCP. ALTERNATIVA Prueba ESCRITA
		D2. Bloque C.	3	3.1 (2)	3.1.B	3,5%	14,0%	Registro Sistemático Escala Conductual.
		D3. Bloque E.	5	5.2	5.2.A	7,0%	14,0%	Videotutorial RCP/ Heinrich/PLS
					5.2.B			Puzzle De Aronsson. Comité de Expertos. Lectura Pubmed
	UD.5. Coreografías.	D1. Bloque A.	1	1.4	1.4.A	7,0%	16,2%	Rúbrica de valoración de montajes. Concurso Got Talent
					1.4.B			Actividad escrita. Creación de frases, series y estrofas según el tipo de música.
					1.4.C			
		D2. Bloque B.	2	2.1 (2)	A	3,5%	8,0%	Escala de desempeño grupal

								autoevaluación y heteroevaluación	
	D2. Bloque C.	3	3.2	3.2.A 3.2.B	7,0%	16,2%	16,2%	Escala de valoración de montajes escénicos.	
	UD.6. Rugby, Aquí ??	D1. Bloque A.	1	1.3 (2)	1.3.C	3,5%	16,2%	16,2%	Producciones Alumnado. Diario Equipo.
					1.3.D			16,2%	Escala graduada de partidos (autoevaluación y heteroevaluación)
	D2. Bloque D.	4	4.1 (2)	4.1.C	3,5%	8,0%	8,0%	Flipped Classroom. Muro Colaborativo. Reglas	
				4.1.D			8,0%	Participación Torneo Exhibición Patios Activos 2º BACH	
	D2. Bloque B.	2	2.1 (2)	2.1.B	3,5%	16,2%	16,2%	Flipped Classroom. Muro Colaborativo. Reglas	
				2.1.C			16,2%	Flipped Classroom. Muro Colaborativo. Reglas	
	D2. Bloque C.	3	3.3	3.3.A	7,0%	16,2%	16,2%	Registro Sistemático Escala Conductual. Autoevaluación	
				3.3.B			16,2%	Registro Sistemático Escala Conductual. Autoevaluación	

- [Relación de diferentes objetivos didácticos su descripción y los aprendizajes imprescindibles en las diferentes UD.](#)

Eval. Inicial.		Evaluar la condición física y vida activa	
PRIMERA EVALUACIÓN		Conocer el nivel de conexión grupal y los aprendizajes previos	
		Recopilar datos relevantes de posibles contraindicaciones medicas de practica fisica	
	UD.1. Ocio y Deportes Alternativos.	<u>1.3.A Conocer y explicar los diferentes elementos técnico-tácticos, de acuerdo a la normativa de los deportes de oposición y colaboración-oposición a aplicar.</u>	
		1.3.B Exponer y pone en práctica con eficacia diseños y planteamientos tácticos colectivos e individuales previamente diseñados.	
		3.1.A Participar en las diferentes actividades propuestas en las sesiones por los compañeros, participando y ayudando en todo momento, así como evaluar du acción de manera constructiva mediate los formularios de coevaluación	
		<u>4.2.A Adoptar medidas de seguridad en las actividades planteadas durante las</u>	

TERCERA EVALUACIÓN		clases de EF.
		4.2.B Respetar el medio, materiales y entorno en el cual se efectúan las prácticas físico-deportivas.
		<u>5.1.B Diseñar y dirigir calentamientos específicos en función de la actividad posterior.</u>
	UD.2. Senderismo y Vías Verdes.	1.1.D Realiza caminatas en senderos adecuando su dificultad, distancia y desnivel a sus capacidades físicas controlando los tiempos de recorrido.
		<u>2.2.B Comunicar y comparte la información de forma adecuada, para su discusión o difusión.</u>
		<u>4.1.A Contribuir en la creación de rutas, participando de forma activa en las mismas y registrándolas como evidencia de su participación</u>
		4.1.B Organizar, crea y pone en práctica una ruta senderista a partir del uso de apps (Wikiloc, Google maps, etc.) en su entorno inmediato.
	UD.3. Programa Entrenamiento para la Salud.	1.1.A Ser capaz de mantener un ritmo de carrera durante 5 kilómetros de acuerdo a su nivel de condición física evaluado mediante el test de course navete.
		1.1.B Atiende a progresar a partir del control de diferentes ritmos de carrera acordes a las 5 zonas de entrenamiento de resistencia y métodos de entrenamiento.
		1.1.C Evalúa el desarrollo de la mejora de su condición física a través del control de la f.c, la velocidad y ritmos de carrera, así como escalas de Björg y recuperaciones.
		2.2.A Aplicar criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.
		2.2.B Comunicar y comparte la información de forma adecuada, para su discusión o difusión.
		5.1.A Aplicar ejercicios de fuerza, flexibilidad y movilidad articular, de acuerdo a una técnica postural adecuada.
		5.3.A Conocer los principios básicos del entrenamiento y su planificación, así como los diferentes métodos de entrenamiento básicos aplicados a las capacidades físicas
		5.3.B Planificar y lleva a la práctica un plan de entrenamiento orientado a las carreras de larga duración (5k – 30 minutos).
UD.4. Socorrismo y Salvamento Acuático.	1.2.A Cooperar mediante el uso de técnicas de natación y protocolos de socorrismo en la recuperación en el medio acuático y terrestre de accidentados.	
	3.1.B Respetar las normas e instrucciones del departamento/profesor/monitor durante las sesiones de socorrismo.	
	5.2.A Conocer los conceptos básicos de los primeros auxilios y sabe como actuar ante una emergencia vital (RCP, PAS, PLS, Heimlich)	
	5.2.B Conocer las lesiones y accidentes más comunes propios de la actividad física, así como los protocolos más habituales (RICE, inmovilizaciones)	
UD.5. Coreografías.	1.4.A Representar las composiciones o montajes ejecutando con destreza las habilidades propias de cada modalidad (montaje acromalabar)	
	1.4.B Actuar con intencionalidad estética y/o expresiva.	
	1.4.C Crear coreografías innovadoras aplicando estrofas y series de acuerdo a la intención comunicativa y estética de la música seleccionada.	
	2.1.A Valorar los orígenes de las diferentes actividades motrices de expresión corporal y la importancia del ritmo y el movimiento como recurso expresivo y cultural	

	3.2.A Representan coreografías delante de sus compañeros teniendo en cuenta los factores para una correcta realización perdiendo el miedo escénico.
	3.2.B Cooperar en la realización de producciones grupales en base a criterios de organización y planificación.
UD.6. ¿¿Rugby, Aquí ??	1.3.C Organizar y realizar sesiones de manera autónoma del Rugby Tag en función de los diferentes roles del modelo de educación deportiva
	1.3.D Resolver situaciones planteadas por los propios compañeros aumentando el nivel de práctica de nuestro equipo.
	4.1.C Adaptar el rugby a un entorno escolar fomentando su práctica y exhibición respetando el entorno y los materiales
	4.1.D Implementar campañas de difusión de estos nuevos deportes para su inclusión en planes de centro como los patios activos
	2.1.B Considerar las diferencias de reglamento e intenciones de los deportes oficiales, así como su adaptación al entorno educativo.
	2.1.C Diferenciar las características específicas de cada deporte oficial y adaptarlas a nuestro centro para lograr la máxima participación y transmisión de valores educativos
	3.3.A Mostrar actitudes de respeto y colaboración entre iguales independientemente de las características personales del alumno.
	3.3.B Mostrar actitudes de inclusión en aras de favorecer climas de entendimiento, cooperación y participación.

2º Bachillerato

- [Criterios de calificación, porcentaje en la calificación final y de cada evaluación.](#)

	4º ESO	SB	CEEF	Crit.	% fin	% Cal. EV	Obj.	Actividad de Calificación
PRIMERA EVALUACIÓN	Eval. Inicial.	A-F	(1 al 5)	Todos	0			
					0			
	UD.1 Recreos activos	D1. Bloque A.	1	1.1	5%	10%	1.1 A-B	Elaboración de carteles y trípticos. Videotutorial campaña promocional recreos activos
				1.2	5%	10%	1.2 A-B	
		D2. Bloque B.	2	2.1	7,5%	15%	2.1 A-B	
				2.2	7,5%	15%	2.2 A-B	
	UD.2. Proyecto	D1. Bloque	1	1.1	5%	10%	1.1 A-B	Diseño y puesta en práctica de situaciones

	organización y planificación deportiva. Jornada exaltación deportes colegios de barrio.	A.		1.2	5%	10%	1.2 A-B	jugadas y organización de partidos deportes alternativos.
		D3. Bloque B.	2	2.1	7,5%	15%	2.1.A-C	Estructura, planifica y organiza planes de organización de juegos y deportes en colegio
				2.2	7,5%	15%	2.2 A-B	
SEGUNDA EVALUACIÓN	UD.3. APS Valdespartera activa	D1. Bloque A.	1	1.1	5%	20%	1.1 A-B	Diseño puesta a punto carrera larga duración
				1.2	5%	20%	1.2 A-B	
		D3, Bloque B.	2	2.1	7,5%	30%	2.1.A-C	Organización, planificación estructuras entrenamiento. Promoción carrera
				2.2	7,5%	30%	2.2 A-B	
TERCERA EVALUACIÓN	UD. 4. APS Flash mob/bailamos con nuestros mayores	D1. Bloque A.	1	1.1	5%	20%	1.1 A-B	Organización, planificación estructuras de baile. Organización y puesta a punto.
				1.2	5%	20%	1.2 A-B	
		D3. Bloque F.	2	2.1	7,5%	30%	2.1 A-C	Campaña de promoción y exaltación baile.
				2.2	7,5	30%	2.2 A-B	

- [Relación de diferentes objetivos didácticos su descripción y los aprendizajes imprescindibles en las diferentes UD.](#)

Eval. Inicial.	
UD 1. Recreos activos	1.1 A Elaborar y planificar proyectos de carácter deportivo y/o rítmico expresivo ofreciéndolos con claridad, atendiendo a reglamento, organización y presentación de los mismos
	1.1.B Defender y promocionar los proyectos con claridad
	1.2.A Cumplir las reglas, normas y rutinas establecidas en clase para contribuir al buen desarrollo de las sesiones
	1.2.B Participar activamente en la actividad propuesta, procurando autoexigencia y esfuerzo atendiendo a un clima de respeto con los compañeros

		2.1.A Elaborar, planificar, organizar y difundir proyectos basados en aprendizaje servicio acordes al contexto de barrio donde se ubica el centro de forma coherente y adecuada
		2.1.B Promueve la actividad física para si mismo y para los demás a partir e generar estructuras entrenamiento y sinergias motrices adecuadas
		2.1.C Utiliza diferentes programas digitales para la elaboración, organización y difusión de proyectos asi como de entrenamiento
		2.2 A Colabora en la realización del proyecto, estructurando planes de organización en equipo
		2.2.B Organizar y planificar las actividades encomendadas del proyecto acorde a las estructuras de trabajo encomendadas
	UD 2. APS proyecto organización y planificación deportiva. Jornada exaltación deportes colegios de barrio	1.1 A Elaborar y planificar proyectos de carácter deportivo y/o rítmico expresivo ofreciéndolos con claridad, atendiendo a reglamento, organización y presentación de los mismos
		1.1.B Defender y promocionar los proyectos con claridad
		1.2.A Cumplir las reglas, normas y rutinas establecidas en clase para contribuir al buen desarrollo de las sesiones
		1.2.B Participar activamente en la actividad propuesta, procurando autoexigencia y esfuerzo atendiendo a un clima de respeto con los compañeros
		2.1.A Elaborar, planificar, organizar y difundir proyectos basados en aprendizaje servicio acordes al contexto de barrio donde se ubica el centro de forma coherente y adecuada
		2.1.B Promueve la actividad física para si mismo y para los demás a partir e generar estructuras entrenamiento y sinergias motrices adecuadas
		2.1.C Utiliza diferentes programas digitales para la elaboración, organización y difusión de proyectos asi como de entrenamiento
		2.2 A Colabora en la realización del proyecto, estructurando planes de organización en equipo
		2.2.B Organizar y planificar las actividades encomendadas del proyecto acorde a las estructuras de trabajo encomendadas
		UD 3. APS Valdespartera activa
	1.1 B Defender y promocionar los proyectos con claridad	
	1.2 A Cumplir las reglas, normas y rutinas establecidas en clase para contribuir al buen desarrollo de las sesiones	
	1.2.B Paricipar activamente en la actividad propuesta, procurando autoexigencia y esfuerzo atendiendo a un clima de respeto con los compañeros	
	2.1.A Elaborar, planificar, organizar y difundir proyectos basados en aprendizaje servicio acordes al contexto de barrio donde se ubica el centro de forma coherente y adecuada	
	2.1.B Promueve la actividad física para si mismo y para los demás a partir e generar estructuras entrenamiento y sinergias motrices adecuadas	
	2.1.C Utiliza diferentes programas digitales para la elaboración, organización y difusión de proyectos asi como de entrenamiento	
	2.2 A Colabora en la realización del proyecto, estructurando planes de organización en equipo	
	2.2.B Organizar y planificar las actividades encomendadas del proyecto acorde a las estructuras de trabajo encomendadas	
	UD 4. APS Flash mob/bailamos	

con nuestros mayores	1.1 B Defender y promocionar los proyectos con claridad
	1.2 A Cumplir las reglas, normas y rutinas establecidas en clase para contribuir al buen desarrollo de las sesiones
	1.2.B Paricipar activamente en la atividad propuesta, procurando autoexigencia y esfuerzo atendiendo a un clima de respeto con los compañeros
	2.1.A Elaborar, planificar, organizar y difundir proyectos basados en aprendizaje servicio acordes al contexto de barrio donde se ubica el centro de forma coherente y adecuada
	2.1.B Promueve la actividad física para si mismo y para los demás a partir e generar estructuras entrenamiento y sinergias motrices adecuadas
	2.1.C Utiliza diferentes programas digitales para la elaboración, organización y difusión de proyectos asi como de entrenamiento
	2.2 A Colabora en la realización del proyecto, estructurando planes de organización en equipo
	2.2.B Organizar y planificar las actividades encomendadas del proyecto acorde a las estructuras de trabajo encomendadas