

IES CERRO DE LOS INFANTES	PROGRAMACIÓN CORTA - RESUMEN INFORMATIVO			
	DEPARTAMENTO:	EDUCACION FISICA	CURSO: 1º	4º ESO
	MATERIA:	EDUCACION FISICA	PROFESOR/A:	LIDIA FERNANDEZ

Este documento es un **extracto de carácter meramente informativo** de la Programación de la materia de **EDUCACION FISICA** para el curso 2021/2022, que está disponible en el departamento para quienes la soliciten.

OBJETIVOS

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía, así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.
12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

CONTENIDOS y TEMPORALIZACIÓN

1ª EVALUACIÓN	2ª EVALUACIÓN	3ª EVALUACIÓN
CONDICION FISICA DEPORTES DE RAQUETA SISTEMAS DE ENTRENAMIENTO JUEGOS ALTERNATIVOS	DEPORTES COLECTIVOS NUTRICION ACROSPORT DEPORTE ADAPTADO	ORIENTACION DEPORTES COLECTIVOS MATCH IMPROVISACION

EVALUACIÓN

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	CRITERIOS DE CALIFICACIÓN		
Cuaderno de observación Tareas de desarrollo Pruebas prácticas	Cada procedimiento con su respectivo instrumento de evaluación que se utilice para evaluar al alumnado, tendrá al menos asociado un criterio de evaluación y sus respectivas competencias. Todos los instrumentos serán evaluados de 0 a 10. Cada criterio de evaluación tendrá una ponderación y le corresponderán varios procedimientos e instrumentos cuya media arrojará la calificación final del alumnado.		
	La ponderación de los criterios de evaluación es la siguientes:		
	4° DE LA ESO		
	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMP. ASOCIADAS	POND.
	1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico- deportivas propuestas, con eficacia y precisión.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	10%
	2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	5%
	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	5,25%
	5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.	CMCT, CAA.	7,5%
	4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.	CMCT, CAA.	10%
	6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.	CMCT, CAA, CSC.	10%
7. 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 salud y la seguridad de las personas participantes.	CCL, CSC.	10%	
8. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.	CMCT, CAA, CSC, SIEP.	10%	
9. 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 personas implicadas.	CAA, CSC, SIEP.	10%	
10. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	CMCT, CAA, CSC, SIEP	2,5%	

	<p>11. 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</p> <p>12. 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.</p> <p>13. 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.</p>	<p>CMCT, CAA, CSC. 2,5%</p> <p>CMCT, CAA, CSC. 5%</p> <p>CCL, CD, CAA 10%</p>
--	---	--

SISTEMA DE RECUPERACIÓN

Aquellos alumnos que no hayan superado algún o algunos criterios de evaluación, se les asignara actividades de refuerzo que les permita adquirir los aprendizajes. Si al finalizar el curso algún alumno o alumna no hubiese conseguido superar algún criterio, tendrán que realizar actividades y pruebas para superarlos