



DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA

JEFE DE DEPARTAMENTO: PEDRO GALACHE MONCAYO

| MATERIA     | EDUCACIÓN FÍSICA  |
|-------------|---|
| CURSO       | 1º ESO  |
| PROFESOR/ES | PEDRO GALACHE / JESÚS DUARTE  |
| OBJETIVOS   | <ol style="list-style-type: none"><li>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.</li><li>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.</li><li>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.</li><li>4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.</li><li>5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</li><li>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.</li><li>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.</li><li>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.</li><li>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.</li><li>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.</li><li>11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en</li></ol> |

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

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.

1. Aplicar los fundamentos técnico-tácticos o habilidades motrices específicas, de las actividades físicodeportivas propuestas, para resolver con éxito situaciones motrices individuales adaptadas.

2. Interpretar y reproducir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.

3. Aplicar con éxito los principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración oposición en situaciones reducidas, en función de los objetivos del juego en ataque y en defensa.

4. Conocer el concepto y clasificación de las capacidades físicas motrices, reconocer la frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria como indicadores de la intensidad de la actividad físico-deportiva, y relacionar la salud con la alimentación, la higiene personal,...

5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices, relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.

6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.

7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico expresivas como forma de inclusión social, participando en la resolución de retos cooperativos, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

8. Conocer y utilizar espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo, en los que practicar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artísticoexpresivas, conociendo y respetando las normas específicas de la clase de Educación Física.

10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar y seleccionar información, elaborando y compartiendo documentos y/o archivos propios.

11. Participar en las actividades físico-deportivas en el medio natural propuestas, aplicando técnicas de progresión en entornos no estables.

12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.

13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.

|                                  |  |                  |
|----------------------------------|--|------------------|
| <b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b> | Prácticas:<br>- Reto saludable<br>- Actividades prácticas evaluables.                    | 50%              |
|                                  | Examen teórico   | 10%              |
|                                  | Cuaderno   | 10%              |
|                                  | Trabajo  | 10%              |
|                                  | Actitud:<br>- Aseo<br>- Material   | 20%              |
|                                  | Comportamiento:<br>- Positivo: - 0,1<br>- Negativo: -0,1<br>- Parte de disciplina: - 0,5 | De la nota final |

| <b>MATERIA</b>     | <b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>   |
|--------------------|---|
| <b>CURSO</b>       | <b>2º ESO</b>   |
| <b>PROFESOR/ES</b> | <b>PEDRO GALACHE / JESÚS DUARTE</b>   |
| <b>OBJETIVOS</b>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>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.</li> <li>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.</li> <li>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.</li> <li>4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.</li> <li>5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</li> <li>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.</li> <li>7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades</li> </ol> |

## CRITERIOS DE EVALUACIÓN

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.

1. Resolver situaciones motrices individuales con éxito, aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, relacionadas con los bailes populares y tradicionales de Andalucía, el mimo y el juego dramático.

3. Resolver situaciones motrices de colaboración-oposición con éxito, utilizando los fundamentos técnico-tácticos y las estrategias más adecuadas en función de los estímulos perceptivos que influyen en la toma de decisiones y las fases del juego.

4. Reconocer los efectos de la práctica de la actividad físico-deportiva, los procedimientos de evaluación de los factores que intervienen en la acción motriz y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación.

5. Relacionar las capacidades físicas y motrices con el aprendizaje y desarrollo motor, la postura, la salud y la prevención de lesiones, esforzándose por incrementar el nivel de condición física y motriz.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad físico-deportiva, reconociendo las características de un calentamiento específico e identificando actividades propias de cada una de sus partes, en función de las características y las habilidades específicas de los deportes seleccionados.

|  |   |   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |
|--|---|---|-----|----------------|-----|----------|-----|---------|-----|----------------------------------|-----|--|------------------|
| <b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>   | 7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad y autocontrol, colaborando con los demás y respetando el nivel individual.   |   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |
|  | 8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural, como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.   |   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |
|  | 9. Reconocer las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artísticoexpresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.  |   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |
|  | 10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante sobre aspectos relacionados con los contenidos del curso.   |   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |
|  | 11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.  |   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |
|  | 12. Participar en actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando técnicas básicas de orientación.  |   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |
|  | <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Prácticas:<br/>- Reto saludable<br/>- Actividades prácticas evaluables.</td> <td style="text-align: center;">50%</td> </tr> <tr> <td>Examen teórico</td> <td style="text-align: center;">10%</td> </tr> <tr> <td>Cuaderno</td> <td style="text-align: center;">10%</td> </tr> <tr> <td>Trabajo</td> <td style="text-align: center;">10%</td> </tr> <tr> <td>Actitud:<br/>- Aseo<br/>- Material</td> <td style="text-align: center;">20%</td> </tr> <tr> <td>Comportamiento:<br/>- Positivo: - 0,1<br/>- Negativo: -0,1<br/>- Parte de disciplina: - 0,5</td> <td style="text-align: center;">De la nota final</td> </tr> </table> | Prácticas:<br>- Reto saludable<br>- Actividades prácticas evaluables. | 50% | Examen teórico | 10% | Cuaderno | 10% | Trabajo | 10% | Actitud:<br>- Aseo<br>- Material | 20% | Comportamiento:<br>- Positivo: - 0,1<br>- Negativo: -0,1<br>- Parte de disciplina: - 0,5 | De la nota final |
|  | Prácticas:<br>- Reto saludable<br>- Actividades prácticas evaluables.   | 50%   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |
| Examen teórico   | 10%   |   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |
| Cuaderno   | 10%   |   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |
| Trabajo  | 10%   |   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |
| Actitud:<br>- Aseo<br>- Material   | 20%   |   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |
| Comportamiento:<br>- Positivo: - 0,1<br>- Negativo: -0,1<br>- Parte de disciplina: - 0,5 | De la nota final  |   |     |                |     |          |     |         |     |                                  |     |  |                  |

| MATERIA            | EDUCACIÓN FÍSICA  |
|--------------------|---|
| <b>CURSO</b>       | <b>3º ESO</b>   |
| <b>PROFESOR/ES</b> | <b>PEDRO GALACHE / JESÚS DUARTE</b>   |
| <b>OBJETIVOS</b>   | <p>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.</p> <p>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</p> |

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

- 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.
1. Resolver con éxito situaciones motrices individuales de oposición aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
  2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.

3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando los fundamentos técnico-tácticos y las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad físico-deportiva, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.
5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad físico-deportiva, relacionándolas con las características de las mismas.
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 diferencias y 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 artísticoexpresivas, 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.
11. Participar en actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural, realizando carreras de orientación y aplicando técnicas específicas del deporte de orientación.

**CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**

|  |                  |
|--|------------------|
| Prácticas:<br>- Reto saludable<br>- Actividades prácticas evaluables.                    | 50%              |
| Examen teórico   | 10%              |
| Cuaderno   | 10%              |
| Trabajo  | 10%              |
| Actitud:<br>- Aseo<br>- Material   | 20%              |
| Comportamiento:<br>- Positivo: - 0,1<br>- Negativo: -0,1<br>- Parte de disciplina: - 0,5 | De la nota final |

| MATERIA            | EDUCACIÓN FÍSICA  |
|--------------------|---|
| <b>CURSO</b>       | <b>4º ESO</b>   |
| <b>PROFESOR/ES</b> | <b>PEDRO GALACHE / JESÚS DUARTE</b>   |
| <b>OBJETIVOS</b>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>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.</li> <li>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.</li> <li>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.</li> <li>4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.</li> <li>5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.</li> <li>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.</li> <li>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.</li> <li>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.</li> <li>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.</li> <li>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.</li> <li>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,</li> </ol> |



## CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 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.
1. Resolver con éxito situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.
  2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.
  3. Resolver con éxito 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.
  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.
  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.
  6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad físico-deportiva considerando la intensidad de los esfuerzos.
  7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.
  8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.
  9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.
  10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad físico-deportiva, 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 los participantes.
  11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones menos conocidas.
  12. 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.

|                                  |   |                  |
|----------------------------------|---|------------------|
| <b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b> | 13. Participar en las actividades físico-deportivas en el medio natural propuestas, comprendiendo y aplicando las medidas de seguridad que les son propias. |                  |
|                                  | Prácticas:<br>- Reto saludable<br>- Actividades prácticas evaluables.   | 50%              |
|                                  | Examen teórico  | 10%              |
|                                  | Cuaderno  | 10%              |
|                                  | Trabajo   | 10%              |
|                                  | Actitud:<br>- Aseo<br>- Material  | 20%              |
|                                  | Comportamiento:<br>- Positivo: - 0,1<br>- Negativo: -0,1<br>- Parte de disciplina: - 0,5  | De la nota final |

| MATERIA            | EDUCACIÓN FÍSICA   |
|--------------------|--|
| <b>CURSO</b>       | <b>1º BACH</b>   |
| <b>PROFESOR/ES</b> | <b>PEDRO GALACHE / JESÚS DUARTE</b>  |
| <b>OBJETIVOS</b>   | <p>1. Valorar la actividad física como medio fundamental para la mejora de la salud y de la calidad de vida y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo un medio para la autosuperación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas.</p> <p>2. Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma y sistemática un programa personal de actividad física para la mejora de la condición física y motora, y las habilidades motrices desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo, considerando el propio nivel y orientado hacia las motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.</p> <p>3. Aplicar, resolver y perfeccionar situaciones motrices en diferentes contextos de práctica física aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, dando prioridad a la toma de decisiones.</p> <p>4. Planificar, interpretar y valorar composiciones corporales individuales y colectivas potenciando la originalidad, expresividad y la creatividad aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición, reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal, integrándolas como prácticas de ocio activo.</p> |

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

5. Buscar y utilizar soluciones creativas a situaciones de oposición y colaboración con y sin oponentes en contextos deportivos o recreativos, adaptándose a las condiciones cambiantes que se producen durante la práctica.
  6. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.
  7. Utilizar de forma autónoma y regular, hábitos saludables 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.
  8. Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.
  9. respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva.
  10. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente la autoría de las informaciones y archivos compartidos.
- 
1. Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior.
  2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.
  3. Solucionar de forma creativa y exitosa 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.
  4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones.
  5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad físico-deportiva que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras

**CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**

- obtenidas.
6. Valorar la actividad físico-deportiva 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, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad físico-deportiva.
  7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y 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.
  8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad físico-deportiva.
  9. 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.
  10. Planificar, organizar y participar en actividades físico-deportivas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias.

|  |                  |
|--|------------------|
| Prácticas:<br>- Reto saludable<br>- Actividades prácticas evaluables.                    | 50%              |
| Examen teórico   | 10%              |
| Cuaderno   | 10%              |
| Trabajo  | 10%              |
| Actitud:<br>- Aseo<br>- Material   | 20%              |
| Comportamiento:<br>- Positivo: - 0,1<br>- Negativo: -0,1<br>- Parte de disciplina: - 0,5 | De la nota final |