

Curso 2019-2020

2º ESO. EDUCACIÓN FÍSICA

Contenidos

Actividades individuales en medio estable.

- Habilidades gimnásticas y acrobáticas. Saltos, giros, equilibrios volteos; ajuste de las habilidades a los modelos técnicos básicos.
- Descripción de los movimientos y capacidades motrices implicadas.
- Formas de evaluar el nivel técnico en las habilidades específicas de las actividades gimnásticas y acrobáticas.
- Aspectos preventivos de las actividades gimnásticas y acrobáticas: calentamiento específico, ayudas, ajuste de las actividades al nivel de habilidad.
- Valoración del esfuerzo personal en los aprendizajes.

Actividades en medio no estable:

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

Salud

- Ventajas para la salud y posibles riesgos de las diferentes actividades físico deportivas seleccionadas
- Medidas preventivas en las actividades físico deportivas en las que hay competición: preparación previa a la situación de competición, equilibrio de niveles, adaptación de materiales y condiciones de práctica.
- Los niveles saludables en los factores de la condición física.
- Higiene postural en la actividad física y en las actividades cotidianas.
- Progresividad de los esfuerzos: actividades de activación y actividades de recuperación en función de la actividad principal.

Actividades artístico expresivas: acrosport

- Calidades de movimiento y expresividad.
- Significados de los gestos en el lenguaje no verbal.

Actividades de adversario: lucha

- Elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de la lucha. Agarres, desequilibrios, caídas, reequilibrios.
- Respeto y aceptación de las normas reglamentarias de las actividades de lucha.
- Autocontrol ante las situaciones de contacto físico.
- La figura del ganador y el significado del adversario en el deporte actual. Modelos de conducta de los ganadores. El

respeto y la consideración como valores propios de estas actividades.

Actividades de colaboración-oposición: fútbol

- Habilidades específicas del fútbol. Modelos técnicos y adaptación a las características propias.
- Dinámica interna, aplicación de las habilidades para cumplir los principios estratégicos del fútbol. Capacidades implicadas
- Estímulos relevantes que en el fútbol condicionan la conducta motriz. Situación de jugadores, balón y portería, espacios de juego.
- La aceptación de las diferencias y la ayuda en el seno de los equipos.

La respiración.

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

Criterios de calificación

En la calificación de cada evaluación se ponderan los siguientes apartados:

- **40%** Pruebas y test de condición física, circuitos de habilidades técnicas deportivas, resolución de situaciones reducidas de juego en diferentes deportes y presentación de montajes artístico-expresivos.
- **25%** Exámenes, orales y/o escritos, y trabajos realizados en el centro y fuera del centro educativo.
- **35%** Actitud del alumno en clase (trabajo en equipo de forma responsable, colaborar en la recogida y distribución de material, interés y participación en clase, esfuerzo en el desarrollo de las sesiones, retrasos y faltas injustificadas, ausencia de vestimenta adecuada para la práctica deportiva, faltas de respeto a compañeros, al profesor, uso indebido del material e instalaciones disponibles, comportamientos poco cívicos e indecorosos, etc.).

La evaluación final se calificará con la nota media ponderada de las tres evaluaciones del curso. Las tres evaluaciones contarán por igual.

Instrumentos de evaluación

La evaluación se realizará durante el curso, con los siguientes instrumentos:

- Pruebas orales y/o escritas.
- Trabajos realizados en casa.
- Test y pruebas de condición física.
- Pruebas de habilidades técnicas deportivas desarrolladas en circuitos específicos.
- Pruebas sobre resolución de situaciones reducidas de juego en diferentes deportes.
- Presentación de montajes artístico-expresivos grupales.
- Fichas de ejercicios y cuaderno de actividades del alumno.
- Observación directa sobre actitud y comportamiento del alumno en el aula, recogido en listas de control y registros anecdóticos.

Materiales didácticos del alumno

Los materiales necesarios para la asignatura son los siguientes:

- Ropa y calzado deportivo (de uso obligatorio y cuya ausencia implicará la no realización de la clase).
- Material deportivo variado (balones, raquetas, marcas rígidas y flexibles, colchonetas, etc.). Material aportado por el departamento de Educación Física. Al comienzo de las clases se contará y revisará el estado de dicho material y, al finalizar la sesión, todo el alumnado colaborará en la recogida y recuento, siendo el grupo al completo responsable del citado material mientras dure la clase.
- Carpeta de fundas en las que se recogen las distintas fichas de actividades y apuntes relativos a las diferentes unidades didácticas trabajadas (portfolio o cuaderno de la asignatura).

Criterios de evaluación

El alumno aprobará la materia cuando demuestre que supera los siguientes criterios de evaluación:

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
3. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.
4. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la

salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.

5. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

6. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

7. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo

8. 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.

9. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.

10. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

Estándares de aprendizaje evaluables

Los estándares de aprendizaje evaluables son las especificaciones de los criterios de evaluación que concretan lo que el estudiante debe saber, comprender y saber hacer en cada materia. Puede leer estos estándares en las páginas 220 a 222 del **Decreto 48/2015** de la Comunidad de Madrid publicado en el BOCM o pedir una copia en el centro educativo.

Recuperación de la materia pendiente

En el caso de tener la materia suspensa de un curso anterior, se realizará una **prueba final** en mayo conformada como sigue:

- **Apartado conceptual (50%):** consistente en la realización de un examen escrito o elaboración de un trabajo que incluirá los contenidos teóricos especificados en el curso pendiente.

- **Apartado práctico (50%):** donde se llevarán a cabo una o varias pruebas y/o test prácticos relativos a los contenidos prácticos desarrollados en el curso pendiente.

Otros datos de interés

Seguridad

Para evitar lesiones queda prohibido llevar anillos, cadenas, pulseras, relojes, llaves, teléfonos móviles, etc. durante el

desarrollo de las sesiones. Además, se evitará bromear con empujones, zancadillas, etc.

Por otro lado, el departamento de Educación Física no se responsabiliza de la pérdida o hurto de ningún objeto de valor (móviles, aparatos electrónicos, dinero, etc.)

Higiene

Después de la clase de Educación Física el alumno dispondrá de tiempo para asearse y cambiarse de ropa. Sería muy recomendable que el alumnado llevase ropa para cambiarse después de las clases, al menos una camiseta.

Lesiones o enfermedad incapacitante

Los/as alumnos/as que se lesionen a lo largo del curso, así como los que tengan alguna lesión limitante permanente, sólo estarán exentos de la parte práctica de la asignatura que no puedan realizar. No obstante, será obligatorio presentar un informe médico cuando sea por poco tiempo, y un certificado médico oficial cuando sea para todo el curso o un tiempo muy prolongado. En el informe o certificado deberá constar la lesión o enfermedad que se padece, el tiempo aproximado de curación y el tipo de ejercicio que no se puede realizar.

En aquellos casos en que el alumno requiera ser evaluado únicamente a través de pruebas teóricas y trabajos, se valorará con un **80% la parte teórica** (exámenes, trabajos, fichas...) y con un **20% la actitud**.

Por otro lado, el profesorado de Educación Física no se hace responsable de las consecuencias que puedan derivarse del ocultamiento de enfermedades, síndromes o lesiones por parte de los padres y/o alumnos/as.

Alumnos exentos

Los/as alumnos/as exentos de la práctica de Educación Física deberán aportar el mencionado justificante médico y cumplirán las mismas normas de asistencia y puntualidad que el resto de compañeros/as. Llevarán a clase el cuaderno para hacer un diario de las sesiones prácticas y presentarán un trabajo por evaluación del tema que marque el profesor.

Bilingüismo

Los exámenes teóricos serán en inglés, así como todos y cada uno de los trabajos que se deban presentar a lo largo

del curso.

Nombre del alumno/a:

Nombre y firma del padre/madre/tutor(a):

Fecha: