

CPI Rosales del Canal – Zaragoza



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA

EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

Departamento de Educación Física

Curso académico: 2021-2022

1. ITINERARIOS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE

BLOQUE CONTENIDOS	1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO
B.1. Acciones motrices individuales	UD4: Atletismo I UD5: Habilidades motrices básicas y cualidades motrices.	UD4: Atletismo II	UD4: Atletismo III UD 5: Animal Flow	UD4: Atletismo IV UD5: Animal Flow
B.2. Acciones motrices de oposición	UD9: Iniciación a los deportes de raqueta	UD8: Palados	UD7: Esgrima	UD9: Tenis y pádel
B.3. Acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición	UD7: Fundamentos de los deportes colectivos a través de los juegos y deportes alternativos UD8: Floorball	UD5: Fútbol americano	UD9: Balonmano UD10: Beisbol	UD7: Deportes colectivos (fútbol-sala, baloncesto y voleibol)
B.4. Acciones motrices en el medio natural	UD10: Actividades en el medio natural: senderismo y juego de pistas	UD9: Actividades en el medio natural: senderismo y orientación	UD11: Actividades en el medio natural: Rafting y arborismo	UD10: Actividades en el medio natural: Multiaventura
B.5. Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas	UD6: Mimo y juego dramático	UD6: Dance Revolution UD7: Los juegos malabares	UD8: Coreografía I	UD8: Coreografía II
B.6. Gestión de la vida activa y valores	UD1: AF y salud I UD 2: El calentamiento I UD3. Capacidades Físicas I	UD1: AF y salud II UD 2: El calentamiento II UD3. Capacidades Físicas II	UD1: AF y salud III UD 2: El calentamiento específico I UD3. Capacidades Físicas III UD6: Yoga	UD1: AF y salud IV UD 2: El calentamiento específico II UD3. Capacidades Físicas IV UD6: Yoga

2. ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La Orden ECD/489/2016, de 26 de mayo, establece unos criterios de evaluación para cada uno de los niveles de ESO. En el artículo 14, apartado 3, de la Orden ECD/489/2016, de 26 de mayo, por la que se aprueba el currículo de ESO nos dice, que la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria será continua, formativa e integradora, y se llevará a cabo atendiendo a los diferentes elementos del currículo. Los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y el logro de los objetivos de la etapa en la evaluación continua de las materias de los bloques de asignaturas troncales, específicas y de libre configuración autonómica, serán los criterios de evaluación, como elementos prescriptivos, y, en su caso, los estándares de aprendizaje evaluables.

Desde el departamento **concretamos los criterios de evaluación de 1º y 2º, y los estándares de aprendizaje evaluables de 3º y 4º, en indicadores de logro.** Se indicará en que unidades didácticas se evalúan cada uno de ellos.

Los indicadores de logro mínimos para superar cada uno de los niveles se encuentran subrayados.

2.1. Criterios de evaluación y su concreción en indicadores de logro para 1º de ESO (indicadores y contenidos mínimos subrayados).

Cri.E.F.1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos partiendo (de la selección y combinación) de las habilidades motrices básicas. Obj.EF.4. CMCT – CAA - CCL	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Participa de forma activa en los ejercicios y juegos propuestos.</u>	4, 5, 6, 7,8
B.- <u>Realiza correctamente los ejercicios de técnica de carrera básicos propuestos.</u>	4
C.- Conoce y ejecuta correctamente la salida de tacos y la técnica del paso de testigo en los relevos.	4
D.- Reconoce la posición según las indicaciones en una salida atlética	4
E.- Reconoce y es capaz de diferenciar las distintas fases de un salto de altura	4
F.- <u>Realiza correctamente diferentes tipos de desplazamientos, equilibrios, saltos, giros, volteos y lanzamientos en las actividades propuestas.</u>	5
G.- Es capaz de realizar un circuito de habilidades motrices básicas con destreza.	4, 5, 7
H.- Resuelve con eficacia problemas motores combinando las habilidades motrices básicas.	3, 5
I.- <u>Conoce y acepta la reglamentación y las normas de seguridad de las diferentes actividades, juegos y deportes.</u>	3, 4
J.- <u>Es capaz de realizar una carrera continua de 12 minutos llevando un ritmo uniforme acorde con sus posibilidades.</u>	3

Cri.E.F.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando diferentes estrategias. **Obj.EF.4.**

CAA – CMCT - CIEE

CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Conoce y acepta la reglamentación de las diferentes actividades, juegos y deportes.</u> B.- <u>Reconoce y es capaz de ejecutar diferentes golpes</u> C.- <u>Participa de forma activa en las actividades propuestas respetando a sus compañeros.</u>	9

Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración oposición, utilizando diferentes estrategias. **Obj.EF.4. CAA – CMCT - CIEE**

CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Conoce y acepta la reglamentación de las diferentes actividades, juegos y deportes.</u> B.- <u>Resuelve situaciones de juego aplicando los fundamentos básicos de ataque y defensa (intenta conservar el balón, avanzar e intenta marcar en ataque e intenta recuperar la pelota, frenar el avance y evitar que marquen en defensa).</u> C.- <u>Conoce y aplica los conceptos de marcaje y desmarcaje.</u> D.- <u>Resuelve situaciones aplicando los fundamentos básicos de ataque y defensa en superioridad numérica.</u> E.- <u>Resuelve situaciones aplicando los fundamentos básicos de ataque y defensa en juego reducido.</u> F.- <u>Coopera y colabora con el equipo para conseguir un objetivo común.</u> G.- <u>Participa de forma activa en las actividades, juegos y deportes propuestos.</u> H.- <u>Tolera el nivel de ejecución de los compañeros.</u>	7,8

Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas. **Obj.EF.5. CAA - CMCT**

CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Experimenta y participa de forma activa en actividades físico deportivas en el medio natural en su entorno próximo, (actividad complementaria).</u> B.- <u>Conoce las diferentes actividades físico-deportivas que se pueden realizar en la naturaleza y los conceptos básicos de alguna de ellas (escalada, piragüismo, BTT, etc.).</u> C.- <u>Realizar de forma correcta un recorrido siguiendo un juego de pistas.</u> D.- <u>Respetar el medio urbano como el natural.</u> E.- <u>Respetar las normas de seguridad relacionadas con las actividades en la naturaleza.</u> F.- <u>Participa de forma activa en las actividades, juegos y deportes propuestos.</u> G.- <u>Es capaz de preparar correctamente el material para una salida</u> H.- <u>Realiza un trabajo de investigación sobre una ruta senderista (alumnos que no pueden realizar la salida)</u>	10

Crit.EF.5.2. Interpretar acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. **Obj.EF.6. CCEC – CCIE – CSC - CCL**

CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
<p>A.- Realiza la práctica de las actividades físico-deportivas propuestas, respetando las reglas y normas establecidas y mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</p> <p>B.- Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>C.- Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea</p> <p>D.- <u>Colabora en el diseño y la realización de performances con finalidades artístico-expresivas adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</u></p> <p>E.- <u>Participa de forma activa y desinhibida en las actividades propuestas.</u></p>	6

Cri.E.F.6.4. Experimentar con los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, con un enfoque saludable.

Obj.EF.1., Obj.EF.2. CAA - CMCT

CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
<p>A.- <u>Sabe tomarse la frecuencia cardiaca y controla la intensidad del ejercicio a través de la toma de pulsaciones.</u></p> <p>B.- Conoce los valores adecuados de trabajo en cuanto a pulsaciones por minuto desde el punto de vista de la salud (Zona de Actividad Física Saludable).</p> <p>C.- <u>Sabe calcular su frecuencia cardiaca máxima.</u></p> <p>D.- Aplica procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>E.- <u>Conoce y sitúa anatómicamente los principales músculos del cuerpo humano</u></p> <p>F.- <u>Conoce y sitúa anatómicamente los principales huesos y articulaciones del cuerpo humano</u></p> <p>G.- Es capaz de reconocer y ejecutar movimientos articulares</p>	1, 3

Crit.EF.6.5. Desarrollar el nivel de gestión de su condición física acorde a sus posibilidades y con una actitud de superación. **Obj.EF.1., Obj.EF.2., Obj.EF.10. CIEE**

CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Conoce el concepto de condición física y acondicionamiento físico.</u>	3
B.- <u>Conoce el concepto de las capacidades físicas básicas y sus tipos.</u>	3
C.- <u>Participa de forma activa en las clases en función de sus posibilidades y mostrando actitud de esfuerzo.</u>	3
D.- Relaciona las diferentes capacidades físicas con actividades físicas y deportivas.	3
E.- Conoce y lleva a la práctica los diferentes métodos y sistemas de entrenamiento de cada una de las capacidades físicas básicas.	3

F.- Realiza los test de condición física planteados con actitud de esfuerzo y en función de sus posibilidades, valorando su nivel de condición física.	3, 5
G.- Reconoce la importancia del calentamiento y sus beneficios	2

Crit.EF.6.6. Realizar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas. Obj.EF.2. CMCT - CAA	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Diseña un calentamiento general marcando diferentes ejercicios para cada fase del calentamiento.</u>	2
B.- <u>Conoce el concepto y las fases del calentamiento y los objetivos del mismo.</u>	2
C.- <u>Diferencia las tres partes de la sesión de Educación Física.</u>	1,2
D.- <u>Participa de forma activa en las sesiones planteadas de acuerdo a su nivel, con implicación y esfuerzo.</u>	2

Crit.EF.6.7. Valorar las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de ocio activo y de inclusión social facilitando la participación de otras personas independientemente de sus características, respetando las normas, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones. Obj.EF.8. CIEE - CSC	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Respeto las normas generales de la asignatura y de cada contenido.</u>	TODAS
B.- <u>Colabora con sus compañeros y respeta sus propias limitaciones y las de los demás.</u>	
C.- <u>Valora los contenidos trabajados en el curso como formas de ocio activo.</u>	
D.- <u>Acepta las aportaciones de los demás.</u>	
E.- <u>Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</u>	

Crit.EF.6.8. Identificar las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. Obj.EF.9. CSC	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Conoce la oferta de actividades físico deportivas en su entorno cercano (clubes, asociaciones, barrio) como alternativa de ocio activo.</u>	1, 3, 7, 10
B.- <u>Reflexiona sobre la utilización responsable del entorno.</u>	

Crit.EF.6.9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, prestando atención a las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Obj.EF.3. CAA – CMCT - CSC	
---	--

CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Aplica las normas de la asignatura, respetando las instalaciones y el material.</u>	TODAS
B.- <u>Cumple y adopta las medidas preventivas y de seguridad establecidas para cada contenido trabajado en el curso.</u>	TODAS
C.- <u>Cumple con los hábitos de higiene propuestos por el departamento.</u>	TODAS
D.- Reconoce las posturas adecuadas que deben realizarse en función de la actividad física que se realiza y en acciones de la vida cotidiana.	1
E.- <u>Conoce los principales huesos, músculos y articulaciones implicados en los ejercicios que realiza.</u>	1
F.- Reconoce los beneficios de la práctica diaria de actividad física y de una alimentación saludable y una dieta equilibrada.	1
G.- Conoce los planos y ejes del cuerpo.	5
H.- Conoce las diferentes posibilidades de movimiento que tiene nuestro cuerpo.	1, 5

Crit.EF.6.10. Recopilar Información del proceso de aprendizaje para ordenar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios y realizando argumentaciones de los mismos.

Obj.EF.10. CD

CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Realiza correctamente las actividades, trabajos y pruebas propuestos por el profesor.</u>	TODAS
B.- Analiza y es capaz de seleccionar la información relevante.	
C.- Argumenta y saca sus propias conclusiones sobre los contenidos propuestos en clase.	
D.- Recopila, ordena, analiza y selecciona información para los trabajos y actividades que se proponen en clase.	

2.2. Criterios de evaluación y su concreción en indicadores de logro para 2º de ESO (indicadores y contenidos mínimos subrayados).

Cri.E.F.1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas. Obj.EF.4. CAA – CMCT - CCL	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Participa de forma activa en los ejercicios y juegos propuestos.</u>	4,5,6,7,8
B.- <u>Realiza correctamente los ejercicios básicos de técnica de carrera propuestos.</u>	4
C.- Conoce y ejecuta la técnica del paso de vallas, la marcha atlética y salto de altura.	4
D.- <u>Conoce y acepta la reglamentación y las normas de seguridad de las diferentes actividades, juegos y deportes.</u>	4
E.- <u>Es capaz de realizar una carrera continua de 12 minutos llevando un ritmo uniforme acorde con sus posibilidades.</u>	3
F.- <u>Muestra actitud de esfuerzo y superación en los entrenamientos de la carrera de larga duración realizados en clase.</u>	3

Cri.E.F.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando diferentes estrategias. Obj.EF.4. CAA – CMCT - CIEE	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Conoce y acepta la reglamentación de las diferentes actividades, juegos y deportes.</u>	8
B.- Resuelve situaciones motrices de oposición, utilizando diferentes estrategias.	
C.- <u>Participa de forma activa en las actividades propuestas respetando a sus compañeros.</u>	
D.- <u>Es capaz de elaborar su propio material para la actividad.</u>	

Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración oposición, utilizando diferentes estrategias. Obj.EF.4. CAA – CMCT - CIEE	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Conoce y acepta la reglamentación de las diferentes actividades, juegos y deportes.</u>	5
B.- Resuelve situaciones de juego aplicando los fundamentos básicos de ataque y defensa (intenta conservar el balón, avanzar e intenta marcar en ataque e intenta recuperar la pelota, frenar el avance y evitar que marquen en defensa).	
C.- <u>Conoce y aplica los conceptos de marcaje y desmarcaje.</u>	
D.- <u>Resuelve situaciones aplicando los fundamentos básicos de ataque y defensa en superioridad numérica.</u>	
E.- Resuelve situaciones aplicando los fundamentos básicos de ataque y defensa en juego reducido.	
F.- <u>Coopera y colabora con el equipo para conseguir un objetivo común.</u>	
G.- <u>Participa de forma activa en las actividades, juegos y deportes propuestos.</u>	
H.- <u>Tolera el nivel de ejecución de los compañeros.</u>	

Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas. Obj.EF.5. CAA - CMCT	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
<p>A.- <u>Experimenta y participa de forma activa en actividades físico deportivas en el medio natural en su entorno próximo, (actividad complementaria).</u></p> <p>B.- Conoce las diferentes actividades físico-deportivas que se pueden realizar en la naturaleza y los conceptos básicos de alguna de ellas (escalada, piragüismo, BTT, etc.).</p> <p>C.- <u>Realizar de forma correcta un recorrido siguiendo un juego de pistas.</u></p> <p>D.- <u>Respetar el medio urbano como el natural.</u></p> <p>E.- <u>Respetar las normas de seguridad relacionadas con las actividades en la naturaleza.</u></p> <p>F.- <u>Conoce y acepta la reglamentación de las diferentes actividades, juegos y deportes.</u></p> <p>G.- <u>Participa de forma activa en las actividades, juegos y deportes propuestos.</u></p> <p>Aquellos alumnos que no puedan realizar la actividad complementaria:</p> <p>H.- <u>Investiga y realiza un trabajo de refuerzo o ampliación sobre la unidad didáctica 9.</u></p>	9

Crit.EF.5.2. Interpretar acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. Obj.EF.6. CCEC – CCIE – CSC - CCL	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
<p>A.- <u>Participa activamente en el aprendizaje y realización de secuencias de baile.</u></p> <p>B.- <u>Participa de forma activa y desinhibida en los juegos y actividades propuestas.</u></p> <p>C.- Realiza correctamente una coreografía dirigida, aprendida previamente.</p> <p>D.- <u>Realiza movimientos básicos con dos pelotas malabares.</u></p> <p>E.- <u>Realiza un recorrido completo con tres pelotas malabares.</u></p> <p>F.- Adquiere habilidades motrices específicas de al menos un tipo de malabar distinto a las pelotas.</p> <p>G.- <u>Trabaja y colabora con el grupo en la creación, desarrollo y ejecución de coreografías y en la realización de actividades expresivas en grupo.</u></p> <p>I.- Practica en clase las técnicas de expresión corporal propuestas.</p>	<p>6</p> <p>6,7</p> <p>6</p> <p>7</p> <p>7</p> <p>7</p> <p>6</p> <p>6,7</p>

Cri.E.F.6.4. Experimentar con los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, con un enfoque saludable. Obj.EF.1., Obj.EF.2. CAA - CMCT	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Sabe tomarse la frecuencia cardiaca y controla la intensidad del ejercicio a través de la toma de pulsaciones.</u>	1,3

B.- Conoce los valores adecuados de trabajo en cuanto a pulsaciones por minuto desde el punto de vista de la salud (Zona de Actividad Física Saludable).	
C.- Sabe calcular su frecuencia cardiaca máxima.	

Crit.EF.6.5. Desarrollar el nivel de gestión de su condición física acorde a sus posibilidades y con una actitud de superación. Obj.EF.1., Obj.EF.2., Obj.EF.10. CIEE	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Conoce el concepto de condición física y acondicionamiento físico.</u>	1,3
B.- <u>Conoce el concepto de las capacidades físicas básicas y sus tipos.</u>	3
C.- <u>Participa de forma activa en las clases en función de sus posibilidades y mostrando actitud de esfuerzo.</u>	3
D.- Relaciona las diferentes capacidades físicas con actividades físicas y deportivas.	3
E.- Conoce y <u>lleva a la práctica los diferentes métodos y sistemas de entrenamiento de cada una de las capacidades físicas básicas.</u>	3, 4
F.- Realiza los test de condición física planteados con actitud de esfuerzo y en función de sus posibilidades, valorando su nivel de condición física.	3, 4

Crit.EF.6.6. Realizar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas. Obj.EF.2. CMCT - CAA	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Diseña un calentamiento general y marcando diferentes ejercicios para cada fase del calentamiento.</u>	2
B.- <u>Conoce el concepto y las fases del calentamiento y los objetivos del mismo.</u>	2
C.- <u>Diferencia las tres partes de la sesión de Educación Física.</u>	2

Crit.EF.6.7. Valorar las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de ocio activo y de inclusión social facilitando la participación de otras personas independientemente de sus características, respetando las normas, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones. Obj.EF.8. CIEE - CSC	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Respeto las normas generales de la asignatura y de cada contenido.</u>	TODAS
B.- <u>Colabora con sus compañeros y respeta sus propias limitaciones y las de los demás.</u>	TODAS
C.- Valora los contenidos trabajados en el curso como formas de ocio activo.	TODAS
D.- <u>Acepta las aportaciones de los demás.</u>	TODAS

Crit.EF.6.8. Identificar las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. Obj.EF.9. CSC	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- Conoce la oferta de actividades físico deportivas en su entorno cercano (clubes, asociaciones, barrio) como alternativa de ocio activo.	1
B.- <u>Reflexiona sobre la utilización responsable del entorno.</u>	3,9

Crit.EF.6.9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, prestando atención a las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Obj.EF.3. CAA – CMCT - CSC	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Aplica las normas de la asignatura, respetando las instalaciones y el material.</u>	TODAS
B.- <u>Cumple y adopta las medidas preventivas y de seguridad establecidas para cada contenido trabajado en el curso.</u>	TODAS
C.- <u>Cumple con los hábitos de higiene propuestos por el departamento</u>	TODAS
D.- Reconoce las posturas adecuadas que deben realizarse en función de la actividad física que se realiza y en acciones de la vida cotidiana.	1,2
E.- <u>Conoce los principales huesos, músculos y articulaciones implicados en los ejercicios que realiza.</u>	1
F.- Reconoce los beneficios de la práctica diaria de actividad física y de una alimentación saludable y una dieta equilibrada.	1
G.- Conoce los planos y ejes del cuerpo.	2,3
H.- Conoce las diferentes posibilidades de movimiento que tiene nuestro cuerpo.	2,3,4

Crit.EF.6.10. Recopilar Información del proceso de aprendizaje para ordenar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios y realizando argumentaciones de los mismos. Obj.EF.10. CD	
CONCRECIONES EN INDICADORES DE LOGRO	UD
A.- <u>Realiza correctamente las actividades y trabajos propuestos por el profesor.</u>	TODAS
B.- Analiza y es capaz de seleccionar la información relevante.	
C.- Argumenta y saca sus propias conclusiones sobre los contenidos propuestos en clase.	
D.- Recopila, ordena, analiza y selecciona información para los trabajos y actividades que se proponen en clase.	

2.3. Criterios de evaluación, estándares de aprendizaje evaluables y su concreción indicadores de logro para 3º de ESO (indicadores de logro mínimos - contenidos mínimos subrayados).

Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. Obj.EF.4. CMCT – CAA - CCL	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.1.1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	
A.- <u>Participa de forma activa en los ejercicios, actividades y juegos propuestos.</u>	4
B.- <u>Realiza correctamente los ejercicios de técnica de carrera propuestos.</u>	4
C.- <u>Ejecuta correctamente los ejercicios de aprendizaje de los saltos y/o lanzamientos atléticos trabajados.</u>	4
D.- Aplica las recomendaciones básicas para la práctica de la carrera de larga duración (hidratación, ritmo constante y adecuado a su nivel, ropa de abrigo, calentamiento, vuelta a la calma, calzado, etc.).	4
E.- <u>Realiza correctamente los movimientos, desplazamientos y estiramientos del Animal Flow.</u>	5
F.- <u>Ejecuta y alcanza, en función de sus posibilidades, las posturas de Yoga.</u>	6
G.- <u>Conoce y acepta la reglamentación y las normas de seguridad de las diferentes actividades, juegos y deportes.</u>	4
Est.EF.1.1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	
A.- Autoevalúa su ejecución en la realización de los movimientos de Animal Flow	5
B.- Autoevalúa su ejecución en ejercicios de técnica de las disciplinas de atletismo dadas.	4
C.- Autoevalúa su propia práctica en la carrera de larga duración.	3
D.- Autoevalúa su ejecución en las posturas básicas de Yoga.	6
Est.EF.1.1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	
Usaremos el estándar como indicador.	4
Est.EF.1.1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	
A.- <u>En la representación final de la coreografía de Animal Flow, mejora en la realización de los movimientos elegidos y en la fluidez de los enlaces.</u>	5
B.- <u>Muestra actitud de esfuerzo, autoexigencia y superación colaborando con sus compañeros en la creación de una coreografía grupal.</u>	5
	5

C.- <u>Mejora su nivel de ejecución en los ejercicios de técnica practicados en clase, respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</u>	4,5
D.- <u>Es capaz de realizar una carrera continua de 20 minutos llevando un ritmo uniforme acorde con sus posibilidades.</u>	3
E.- <u>Muestra actitud de esfuerzo, auto exigencia y superación en el trabajo de la carrera de larga duración.</u>	3

Crit.EF.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. Obj.EF.4. CAA – CMCT - CIEE - CCL	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.2.3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas.	
A.- <u>Conoce y aplica la reglamentación de la esgrima y de las diferentes actividades propuestas</u> B.- <u>Participa de forma activa en las actividades propuestas respetando a sus compañeros y el material.</u> C. – <u>Es capaz de supeditar sus acciones motrices a las características del adversario, aplicando siempre un criterio de proporcionalidad.</u>	7
Est.EF.2.3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición seleccionadas.	
A.-. Es capaz de seleccionar acciones motrices eficientes en diferentes situaciones en la práctica de la esgrima.	7
Est.EF.2.3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	
A.- Diferencia entre acción adecuada e inadecuada en base al resultado obtenido.	7
Est.EF.2.3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	
A.- Reflexiona sobre si las acciones motrices empleadas han sido útiles.	7

Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración - oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. Obj.EF.4. CAA – CMCT – CCL - CIEE	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.3.3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de cooperación o colaboración - oposición propuestas.	

A.- <u>Conoce, aplica y adapta los principios básicos de las actividades cooperativas y de colaboración oposición.</u>	9,10
B.- <u>Coopera y colabora aportando ideas dentro de un grupo para obtener un objetivo común.</u>	9, 10
C.- <u>Reflexiona sobre las pautas a seguir en resolución de problemas cooperativos.</u>	9,10
D.- <u>Conoce, ejecuta y aplica correctamente la técnica y táctica básica de balonmano y beisbol</u>	9,10
E.- Adapta la ejecución técnica a la situación concreta de juego.	9,10
F.- Enumera los principios del ataque y de la defensa en los deportes colectivos y conoce ejercicios para trabajarlos de forma específica.	9
G.- <u>Participa de forma activa en las actividades y ejercicios propuestos en clase.</u>	9, 10
Est.EF.3.3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de cooperación o colaboración-oposición seleccionadas.	
A.- Reflexiona, describe y aplica las soluciones técnico – tácticas más adecuadas a las situaciones de ataque y defensa más características del balonmano y el beisbol. B.- <u>Conoce y aplica el reglamento de juego básico del balonmano y el beisbol.</u> C.- Pone en práctica de forma autónoma aspectos organizativos para la solución de un problema cooperativo.	9, 10
Est.EF.3.3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de cooperación o colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	
A.- <u>Es capaz de diferenciar entre acciones adecuadas e inadecuadas</u>	9, 10
Est.EF.3.3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	
Usaremos el estándar como indicador.	9, 10

Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. Obj.EF.5. CAA	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.4.1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.	
A.- Conoce las diferentes posibilidades de deportes acuáticos en Aragón B.- Conoce, aplica y adapta las técnicas básicas del arborismo C.- Participa de forma activa en las actividades propuestas en el medio natural. Aquellos alumnos que no puedan realizar la actividad complementaria: D.- <u>Investiga y realiza un trabajo de refuerzo o ampliación sobre la unidad didáctica 11.</u>	11

Crit.EF.5.2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. Obj.EF.6. CCEC – CSC - CCIE	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.5.2.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.	
A.- Es capaz de usar el cuerpo en movimiento de forma creativa ya sea de forma individual o grupal.	5, 8
Est.EF.5.2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.	
A.- Propone y ejecuta diferentes opciones de baile, saltos o acrobacias para la coreografía. B.- Es capaz de seguir el ritmo de la coreografía	8
Est.EF.5.2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.	
A.- <u>Colabora activamente con sus compañeros en el diseño de la coreografía.</u> B.- Coordina sus movimientos con la música y sus compañeros. C.- <u>Es capaz de ceñirse a lo indicado para la creación de la coreografía, a nivel de creación y colaboración.</u>	5,8
Est.EF.5.2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.	
A.- Actúa de forma expresiva y desinhibida B.- Es capaz de proponer sobre la marcha cambios para mejorar la coreografía	5,8

Crit.EF.6.4. 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. Obj.EF.1., Obj.EF.2., Obj.EF.10. CAA - CMCT	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.	
A.- <u>Reconoce y justifica qué Capacidades Físicas Básicas y coordinativa están implicadas en las actividades físicas planteadas y qué tipo.</u>	3
B.- <u>Conoce el concepto de cada una de las Capacidades Físicas Básicas y sus tipos, y las diferencia.</u>	3
C.- Conoce los beneficios del entrenamiento de resistencia, de fuerza y de flexibilidad y su evolución con la edad y el sexo.	1,3
D.- <u>Conoce y aplica los sistemas de entrenamiento de resistencia, fuerza y flexibilidad.</u>	3
E.- Conoce y aplica los factores que constituyen y condicionan la resistencia, la fuerza y flexibilidad y las consideraciones a tener en cuenta para su entrenamiento.	1,3

F.- <u>Participa de forma activa en el desarrollo de la resistencia, la fuerza y la flexibilidad</u>	
Est.EF.6.4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.	
A.- <u>Conoce los diferentes tipos de resistencia y los sistemas de obtención de la energía.</u> B.- Reconoce los aspectos metabólicos que limitan el trabajo físico.	3
Est.EF.6.4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	
A.- <u>Experimenta los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física (frecuencia cardiaca), con un enfoque saludable: Zona de Actividad Física Saludable.</u> B.- Identifica las adaptaciones orgánicas provocadas por trabajo sistemático de la resistencia y la flexibilidad, y su vinculación con la salud. C.- Reconoce las posturas y ejercicios contraindicados en el entrenamiento de la fuerza y la flexibilidad y aplica las recomendaciones para su entrenamiento.	1,3 1,3 1,3
Est.EF.6.4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	
A.- <u>Controla los diferentes ritmos de trabajo mediante la toma de pulsaciones.</u> B.- Reconoce su estado físico a través de la evolución de la FC ante trabajos parecidos espaciados en el tiempo	3
Est.EF.6.4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.	
Usaremos el estándar como indicador.	3
Est.EF.6.4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	
A.- Es crítico ante la lluvia de métodos de trabajo que les llegan a través de los dispositivos digitales, diferenciando entre inadecuados y saludables.	1,3

Crit.EF.6.5. 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. Obj.EF.2. CIEE, CAA, CMCT	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.5.1. Participa activamente en la gestión de la mejora de las Capacidades Físicas Básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	
A.- <u>Participa activamente en la gestión de la mejora de las Capacidades Físicas Básicas desde un enfoque saludable, practicando en clase los métodos básicos para su desarrollo.</u>	1,2,3 1,2,3,5 y 6

B.- <u>Conoce y diferencia los diferentes métodos y sistemas de entrenamiento de la resistencia, la fuerza y la flexibilidad.</u>	1,3,5 y 6
C.- <u>Se muestra activo, interesado y motivado en mejorar su condición física</u>	3 y 6
D.- Está capacitado para relacionar estiramiento con músculo	3 y 5
E.- Es capaz de diferenciar los diferentes tipos de fuerza y contracciones musculares	
Est.EF.6.5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.	
A.- Analiza sus niveles de condición física en función de los resultados obtenidos en diversos test estandarizados.	3
Est.EF.6.5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	
A.- Conoce y adapta posiciones saludables a cada acción motriz.	2, 3
Est.EF.6.5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	
A.- Conoce los beneficios orgánicos y psicológicos del ejercicio físico continuado	1,3
B.- Es capaz de diferenciar entre actividad física saludable y perjudicial	

Crit.EF.6.6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas. Obj.EF.2. CMCT, CAA, CCL	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.	
A.- <u>Identifica las partes de la sesión de actividad física: calentamiento, parte principal y vuelta a la calma.</u> B.- <u>Relaciona y ordena correctamente los ejercicios requeridos en cada parte del calentamiento.</u> C.- <u>Reconoce los efectos que debe provocar un correcto calentamiento y los errores más habituales en su ejecución.</u> D.- <u>Justifica los beneficios del calentamiento</u> E.- <u>Diferencia entre calentamiento general y específico</u>	2
Est.EF.6.6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma.	
Usaremos el estándar como indicador.	2
Est.EF.6.6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	
Usaremos el estándar como indicador.	1

Crit.EF.6.7. 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, aceptando sus aportaciones y respetando las normas establecidas. Obj.EF.7. CIEE, CSC	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	
A.- <u>Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</u> B.- Identifica y reflexiona sobre actitudes inadecuadas en el papel de practicante, espectador, juez/árbitro y ayudante.	TODAS
Est.EF.6.7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	
A.- <u>Colabora de forma activa en las actividades grupales realizadas durante el curso.</u> B.- <u>Respeto las aportaciones de los demás.</u> C.- <u>Respeto las normas del departamento de EF establecidas de forma general para toda la materia.</u> D.- Asume responsabilidades para la consecución de un objetivo.	TODAS
Est.EF.6.7.3. Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	
<u>Usaremos el estándar como indicador.</u>	TODAS

Crit.EF.6.8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. Obj.EF.9. CSC	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	
<u>Usaremos el estándar como indicador.</u>	TODAS
Est.EF.6.8.2. Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.	
<u>Usaremos el estándar como indicador.</u>	TODAS
Est.EF.6.8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	
A.- <u>Conoce y analiza hábitos saludables relacionados con el cuidado el cuerpo (nutrición y actividad física).</u>	1,2
B.- <u>Conoce los conceptos básicos sobre nutrición.</u>	1
C.- <u>Reflexiona críticamente sobre el fenómeno de la obesidad en la sociedad actual y su repercusión en la salud.</u>	1

D.- Reflexiona sobre la composición de algunos alimentos y los peligros de las dietas milagro.	1
E.- Analiza y avalúa los alimentos atendiendo a su etiquetado.	1
F.- Evalúa su menú diario e introduce mejoras siguiendo criterios saludables.	

Crit.EF.6.9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Obj.EF.3., Obj.EF.7. CAA, CMCT, CCL, CSC	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo y/o para los demás y actúa en consecuencia.	
A.- <u>Adopta las medidas necesarias para minimizar el riesgo en la práctica de actividades</u>	TODAS
Est.EF.6.9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	
A.- <u>Conoce y respeta las medidas preventivas y de seguridad en las clases de Educación Física.</u>	TODAS
B.- <u>Conoce y respeta las medidas preventivas y de seguridad en las actividades complementarias y extraescolares propuestas por el departamento.</u>	11

Crit.EF.6.10. 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 de los contenidos / temas / proyectos impartidos durante el curso. Obj.EF.10. CD, CCL	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante de los contenidos /temas/ proyectos impartidos durante el curso.	
A.- <u>Hace uso de la tecnología para conseguir datos e información para las actividades planteadas en clase</u>	TODAS
B.- Busca a través de medios TIC propuestas para la realización de ejercicios, actividades, coreografías...	

2.4. Criterios de evaluación, estándares de aprendizaje evaluables, y su concreción en indicadores de logro para 4º de ESO (indicadores y contenidos mínimos subrayados).

Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, buscando un cierto grado de eficacia y precisión. Obj.EF.4. CAA - CMCT	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.1.1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.	
A.- Aplica las recomendaciones básicas para la práctica de la carrera de larga duración (hidratación, ritmo constante y adecuado a su nivel, ropa de abrigo, calentamiento, vuelta a la calma, calzado, etc.).	3
B.- <u>Es capaz de realizar una carrera continua de 20 minutos llevando un ritmo uniforme acorde con sus posibilidades.</u>	3
C.- Autoevalúa su propia práctica en la carrera de larga duración (tiempo sin detenerse y vueltas) y en las pruebas físicas realizadas en clase.	3
D.- <u>Conoce y acepta la reglamentación y las normas de seguridad de las diferentes actividades, juegos y deportes y pruebas físicas.</u>	4
E.- <u>Reconoce los diferentes tipos de fuerza y sus sistemas de trabajo.</u>	3
F.- <u>Es capaz de realizar ejercicios de fuerza aplicándolos a grupos musculares concretos.</u>	3
G.- Ejecuta correctamente los ejercicios de aprendizaje de las pruebas atléticas realizadas.	4
H.- <u>Ejecuta y alcanza, en función de sus posibilidades, las posturas de Yoga.</u>	6

Crit.EF.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos. Obj.EF.4. CAA – CSC - CMCT	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.2.3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.	
A.- <u>Conoce y acepta la reglamentación de las diferentes actividades, juegos y deportes.</u>	9
B.- <u>Conoce, ejecuta y sabe aplicar los golpes básicos del tenis y pádel.</u>	
C.- Adapta los fundamentos técnico - tácticos básicos del tenis y pádel para obtener ventaja respecto al adversario, contrarrestando y anticipándose a sus acciones.	

D.- Discrimina, aplica y describe diversas estrategias de ataque para forzar errores del rival (dejadas, globos, envíos a su revés, etc.).	
E.- Tras el golpeo, vuelve rápidamente a una posición adecuada en el espacio de juego con una actitud corporal activa con intención de responder al golpeo rival en las mejores condiciones de éxito.	

Crit.EF.3.1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión. Obj.EF.4. CAA - CMCT	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.3.1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	
A.- <u>Conoce los diferentes elementos técnicos, aplicados de acuerdo a la normativa del fútbol sala, voleibol y baloncesto.</u>	7
B.- <u>Adapta la ejecución técnica a la situación concreta de juego.</u>	

Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando alguna decisión eficaz en función de los objetivos. Obj.EF.4. CAA – CSC - CMCT	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.3.3.2. Aplica de forma eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.	
A.- <u>Coopera con el equipo, ajustando su acción motriz en función del juego y de la intervención de sus compañeros.</u>	7
B.- <u>Coopera y aporta ideas dentro del equipo para obtener un objetivo común.</u>	
C.- <u>Coopera e interactúa con eficacia con el equipo, de forma acorde a los principios de ataque y defensa.</u>	
Est.EF.3.3.3. Aplica de forma eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.	
A.- <u>Resuelve situaciones de juego reducido.</u>	7
B.- <u>Resuelve situaciones de superioridad numérica.</u>	
C.- <u>Enumera los principios del ataque y de la defensa en los deportes colectivos y conoce ejercicios para trabajarlos de forma específica.</u>	
Est.EF.3.3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.	

A.- <u>Conoce y aplica la reglamentación de las diferentes actividades, juegos y deportes trabajados.</u>	7
B.- Reflexiona, describe y aplica las soluciones técnico tácticas más adecuadas a las situaciones de ataque y defensa más características de los deportes trabajados.	

Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas buscando un cierto grado de eficacia y precisión. **Obj.EF.5. CAA - CMCT**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
---	-----------

Est.EF.4.1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.

A.- Conoce las diferentes posibilidades de deportes acuáticos en Aragón: canoa y paddle surf.	10
B.- Conoce, aplica y adapta las técnicas de descenso de barrancos y tirolina.	
C.- Conoce y desarrolla rutas senderistas.	
C.- Participa de forma activa en las actividades propuestas en el medio natural	
D.- <u>Respetar las medidas de seguridad en todas las actividades propuestas. Usa el casco.</u>	
Aquellos alumnos que no puedan realizar la actividad complementaria: F.- <u>Investiga y realiza un trabajo de refuerzo o ampliación sobre la unidad didáctica 10.</u>	

Crit.EF.4.3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos. **Obj.EF.5. CAA, CSC, CMCT**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
---	-----------

Est.EF.4.3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

Usaremos el estándar como indicador.	10
--------------------------------------	----

Est.EF.4.3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.

Usaremos el estándar como indicador.	10
--------------------------------------	----

Crit.EF.5.2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. **Obj.EF.6. CCEC – CCL – CSC**

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.5.2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.	
A.- <u>Elabora y pone en práctica una coreografía en la que combina elementos propios del Animal Flow.</u> B.- <u>Participa de forma activa e interesada en la creación de coreografías.</u>	8
Est.EF.5.2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.	
A.- <u>Ajusta sus movimientos a la intencionalidad de la coreografía diseñada, combinando los componentes espaciales y temporales.</u> B.- <u>Se adapta y ajusta a los movimientos del grupo de forma coordinada.</u> C.- <u>Da intencionalidad al montaje artístico expresivo, aportando atrezzo y vestuario.</u>	8
Est.EF.5.2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.	
A.- <u>Colabora en el diseño y la realización de la coreografía, aportando y aceptando propuestas y nuevos movimientos.</u>	8

Crit.EF.6.4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. Obj.EF.1. CAA – CCEC	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.	
A.- <u>Conoce el concepto de condición física, acondicionamiento físico, y de las CFB, incluida su clasificación.</u>	1,3
B.- <u>Reconoce y justifica el tipo de fuerza o de velocidad más implicada en una actividad o ejercicio deportivo concreto.</u>	3,6
C.- <u>Conoce y lleva a la práctica los sistemas de entrenamiento de resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad.</u>	3,5,6
D.- <u>Conoce y describe los principales beneficios y recomendaciones del entrenamiento de la resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad.</u>	3,5,6
E.- <u>Conoce las estructuras corporales que hacen posible la fuerza y la velocidad.</u>	3.5
F.- <u>Identifica el tipo de contracción muscular (Isométrica, isotónica concéntrica y excéntrica), de músculo (agonista, antagonista, fijador) y de fuerza (máxima, velocidad, resistencia) implicado en una acción deportiva.</u>	3
G.- <u>Conoce la evolución de la fuerza y la velocidad con la edad y con el sexo.</u>	3
H.- <u>Conoce y describe los principales beneficios y recomendaciones del entrenamiento de la carrera de larga duración.</u>	3

Est.EF.6.4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.	
A.- <u>Presta atención y realiza con corrección los ejercicios de fuerza y de flexibilidad propuestos en clase.</u>	3,5
B.- Relaciona el entrenamiento correcto de fuerza con la salud postural.	1,3,5
C.- Reconoce las posturas y ejercicios contraindicados en el entrenamiento de la fuerza y aplica las recomendaciones para su entrenamiento.	2, 3
Est.EF.6.4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.	
Utilizaremos el estándar como indicador	2
Est.EF.6.4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.	
Utilizaremos el estándar como indicador	4

Crit.EF.6.5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.	
Obj.EF.2. CMCT – CCEC – CAA	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.	
Usaremos el estándar como indicador.	3
Est.EF.6.5.2. Práctica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.	
A.- <u>Participa activamente en la gestión de la mejora de sus niveles de resistencia y fuerza desde un enfoque saludable, a través las actividades propuestas en clase.</u>	3
Est.EF.6.5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.	
A.- Aplica métodos de entrenamiento adecuados en el plan de entrenamiento para la mejora de la resistencia o de la fuerza, atendiendo a criterios saludables y de acuerdo al objetivo solicitado.	3
Est.EF.6.5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.	
A.- Aplica de forma autónoma un método para autoevaluar la fuerza y la velocidad.	3
B.- Realiza la batería de test propuesta por el profesor y valora su condición física en función de los resultados obtenidos.	

Crit.EF.6.6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. Obj.EF.2., Obj.EF.10. CMCT	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.	
A.- <u>Valora el tipo de trabajo que se propone y es capaz de adaptar el calentamiento y la vuelta a la calma a esa propuesta, incidiendo en aquellas partes más implicadas.</u>	2
Est.EF.6.6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.	
A.- <u>Conoce las características del calentamiento específico y los tipos de ejercicios de que se compone cada una de sus fases.</u> B.- <u>Diseña calentamientos completos (general y específico) para una de las actividades desarrolladas en el curso.</u>	2
Est.EF.6.6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.	
A.- <u>Dirige calentamientos completos (general y específico) para una de las actividades desarrolladas en el curso.</u> B.- <u>Reconoce y aplica ejercicios de vuelta a la calma.</u>	2

Crit.EF.6.7. 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. Obj.EF.10. CMCT- CD – CAA - CSC	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.	
A.- <u>Cumple con las diferentes asignaciones y funciones que se le proponen en clase de manera acorde a lo solicitado.</u> B.- <u>Respeta y asume las normas dentro de la asignatura y de las actividades y evita situaciones de riesgo.</u>	TODAS
Est.EF.6.7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.	
<u>Utilizamos el estándar como indicador.</u>	5.8
Est.EF.6.7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.	
<u>Utilizamos el estándar como indicador.</u>	1,7

Crit.EF.6.8. 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. Obj.EF.8. CSC	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.	
Utilizamos el estándar como indicador.	TODAS
Est.EF.6.8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.	
Utilizamos el estándar como indicador.	TODAS
Est.EF.6.8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.	
A.- <u>Respetar y hacer respetar normas de seguridad.</u> B.- <u>Reconoce actitudes incorrectas en el rol de practicante, árbitro y ayudante.</u>	TODAS

Crit.EF.6.9. 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. Obj.EF.5., Obj.EF.9. CMCT - CSC	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.	
Usaremos el estándar como indicador.	10
Est.EF.6.9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.	
Usaremos el estándar como indicador.	10
Est.EF.6.9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.	
Usaremos el estándar como indicador.	10

Crit.EF.6.10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes. Obj.EF.3. CMCT	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.	

A.- <u>Valora la seguridad como parte esencial de la actividad física.</u>	TODAS
B.- <u>Aplica y recuerda aplicar las medidas propuestas en cada actividad.</u>	TODAS
C.- Conoce el protocolo de acciones en caso de perderse en la naturaleza.	10
D.- Conoce e identifica las características básicas que deben tener determinadas actividades en el medio natural. y la normativa que los regula.	10

Crit.EF.6.11. Respetar las normas y demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas. Obj.EF.7. CSC	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.	
<u>Utilizaremos el estándar como indicador</u>	TODAS
Est.EF.6.11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros en los trabajos en grupo y respeta las normas y rutinas establecidas.	
<u>Utilizaremos el estándar como indicador.</u>	TODAS

Crit.EF.6.12. Respetar las normas y demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas. Obj.EF.7. CSC	
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES Y SU CONCRECIÓN EN INDICADORES DE LOGRO	UD
Est.EF.6.12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.	
<u>Utilizaremos el estándar como indicador</u>	TODAS
Est.EF.6.12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.	
A.- <u>Utiliza y selecciona de forma adecuada los medios informáticos y digitales (infografías, presentaciones, video tutoriales...) como medio para la elaboración de producciones y trabajos que permitan profundizar en la expresión y comprensión oral sobre las temáticas y contenidos tratados.</u> B.- <u>Utiliza medios digitales para el tratamiento y monitorización de la actividad física de forma adecuada.</u> C.- <u>Busca información a partir de la utilización de medios digitales con rigor y efectividad.</u>	TODAS
Est.EF.6.12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.	
<u>Utilizaremos el estándar como indicador.</u>	TODAS

3. Contenidos mínimos

La normativa vigente para la Comunidad Autónoma de Aragón establece la necesidad de concretar los contenidos mínimos que el alumnado debe adquirir de forma obligatoria para que la calificación de la asignatura pueda ser positiva (tanto en evaluación ordinaria como en extraordinaria). Siendo así, la superación de todos los contenidos mínimos un requisito suficiente y necesario para aprobar la asignatura.

Los contenidos mínimos, establecidos en la Programación Didáctica, se corresponden con los criterios de evaluación, estándares de aprendizaje e indicadores de logro que aparecen subrayados en las tablas del séptimo apartado. Para que un alumno supere un nivel debe haber superado todos los indicadores mínimos del nivel correspondiente.

Queremos remarcar que prácticamente todos los indicadores de logro de bloque 6 que se evalúan de forma transversal en TODAS las unidades didácticas, se consideran contenidos mínimos. Entre ellos las normas de funcionamiento del departamento de Educación Física y las normas de seguridad de la materia, por lo que, si un alumno no respeta estas normas o no cumple las medidas de seguridad, obtendrá una valoración negativa de la materia, al no haber superado los contenidos mínimos.

4. Criterios de calificación

Para la nota de cada evaluación dividiremos el 100% de la nota en:

- **25 %** corresponde a pruebas de conocimiento teórico-práctico y/o trabajos. *
- **10%** corresponde a los criterios e indicadores del bloque 6 que evaluamos de forma transversal a lo largo de cada trimestre.
- **60%** entre las unidades didácticas dadas en ese trimestre. Para establecer el peso específico de cada unidad didáctica se tienen en cuenta aspectos como el número de sesiones empleadas, el volumen de contenidos trabajados o el número de criterios y estándares de aprendizaje evaluados en cada una de ellas. En todas las unidades hay un indicador mínimo relacionado con la participación activa y el esfuerzo que consideramos muy importante.
- **5 %** corresponde a una rúbrica autoevaluativa que el alumno realizará sobre su trabajo diario en el aula.

Para facilitar la comprensión de los procesos de evaluación y calificación por parte del alumnado, éste será adecuadamente informado detalladamente al inicio de las diferentes unidades didácticas.

Si bien, es fundamental destacar que se establece como mínimo de la asignatura alcanzar una nota igual o superior a 3 puntos (sobre 10) en todos los apartados mencionados anteriormente. Que se establezca este aspecto como mínimo conlleva que el alumnado está obligado a alcanzar dicha nota para poder obtener calificación positiva en la asignatura. Siendo indispensable para poderle aplicar los porcentajes, que el alumno supere dicha calificación en los todos los aspectos. Sacar un 3 en un apartado no significa aprobar, pero puede hacer media con el otro aspecto de la evaluación. Si en alguno no superara la nota arriba expuesta, se considera que el alumno no ha adquirido el nivel suficiente en ese ámbito, no se le realizará la media y no podrá aprobar la evaluación.

Los alumnos que presenten más del 15% de faltas de asistencia serán evaluados de forma diferenciada al resto del grupo ante la incapacidad de valorar el apartado de práctica diaria. Se les realizará una prueba escrita donde deben demostrar la adquisición de conceptos o se les solicitará fichas y trabajos para valorar ese apartado, tal como se ha indicado en los instrumentos de evaluación. A su vez se les realizará pruebas donde demuestren el aprendizaje de habilidades y destrezas motrices y el desarrollo de su condición física.

Los alumnos con la asignatura pendiente de cursos anteriores deberán obtener en las pruebas y/o exámenes que realicen una calificación igual o superior a cinco (5).

En las pruebas extraordinarias los alumnos deberán obtener en las pruebas y/o exámenes que realicen una calificación igual o superior a cinco (5).

* Para el alumnado que de forma excepcional y bajo autorización administrativa realiza toda la asignatura de Educación Física de forma telemática este apartado supondrá el 100% de la calificación final.

