



ORIENTACIONES PRUEBA EXTRAORDINARIA SEPTIEMBRE 2021

MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

NIVEL: 2º ESO

El alumnado realizará una prueba teórico-práctica de no más de 10 preguntas de desarrollo de los contenidos trabajados en el curso 2020-2021.

La prueba se obtendrá de los siguientes estándares de aprendizaje trabajados a lo largo de este curso que se obtienen de los diferentes criterios de evaluación para 2º de ESO:

- **Unidad de Programación 1: CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS.** Criterio de evaluación 1.  
- Estándares: 14, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23.

14. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.

17. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

18. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

19. 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.

20. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

21. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

22. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

23. 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.

- **Unidad de Programación 2: DEPORTE INDIVIDUAL.** Criterio de evaluación 2.  
- Estándares: 1.

1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.

- **Unidad de Programación 3: CAPACIDADES COORDINATIVAS.** Criterio de evaluación 1.  
- Estándares: 14.

14. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.



- **Unidad de Programación 4. ACTIVACIÓN Y VUELTA A LA CALMA.** Criterio de evaluación 3 y 5.  
- Estándares: CE4 (24, 25, 26) y CE5 (36, 37).

24. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.  
25. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.  
26. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

- **Unidad de Programación 5. EXPRESIÓN CORPORAL.** Criterio de evaluación 2.  
- Estándares: 6, 7, 8.

6. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.  
7. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.  
8. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

- **Unidad de Programación 6. DEPORTE COLECTIVO ADAPTADO.** Criterio de evaluación 2 y 4.  
- Estándares: CE4 (27, 28, 29) y CE2 (1, 4, 10, 11).

1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.  
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.  
10. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.  
11. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.  
27. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.  
28. 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.  
29. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

- **Unidad de Programación 7. SENDERISMO Y ORIENTACIÓN.** Criterio de evaluación 2 y 4.  
- Estándares: CE2 (1, 5) y CE4 (30, 31, 33, 35).

1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.  
5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.



- **Unidad de Programación 8. DO...RE...MI...CANARIAS.** Criterio de evaluación 2 (para esta prueba solo juegos y deportes tradicionales de Canarias) y 4.
  - Estándares: CE2 (1, 6, 8) CE4 (27, 28, 29).

1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
6. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
8. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
27. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
28. 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.
29. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

- **Unidad de Programación 9. BÁDMINTON.** Criterio de evaluación 2.
  - Estándares: 1, 7, 10, 11, 27, 29

1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
7. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
10. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
11. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
27. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
29. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

Tanto los Criterios de evaluación como los Estándares de aprendizaje los pueden encontrar en el Decreto 83/2016, de 4 de julio, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias.

Profesora de Educación Física 2ºESO  
I.E.S. Puntagorda