

**DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA**

**PROGRAMACIÓN PARA 1º  
DE BACHILLERATO**

**IES PUNTAGORDA**

**CURSO ESCOLAR 2014-15**

**Yazmina Wehbe Ramos**

## ÍNDICE

<b>1.- INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>Pág. 3,4</b>
<b>2.- MARCO LEGISLATIVO.....</b>	<b>Pág. 4</b>
<b>3.- JUSTIFICACIÓN DE LA MATERIA.....</b>	<b>Pág. 5</b>
<b>4.- CONTEXTUALIZACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN.....</b>	<b>Pág. 5-10</b>
<b>5.- OBJETIVOS GENERALES DE LA MATERIA.....</b>	<b>Pág.10-11</b>
<b>6.- CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS EN EL BACHILLERATO</b>	
6.1- COMPETENCIAS GENERALES DEL BACHILLERATO.....	Pág. 11
6.2.- COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA MATERIA.....	Pág.12
<b>7.- CONTENIDOS.....</b>	<b>pág. 12-13</b>
7.1.- SECUENCIACIÓN y TEMPORALIZACIÓN.....	Pág. 14
7.2.- CONTENIDOS MÍNIMOS PARA LA PRUEBA EXTRAORDINARIA DE SEPTIEMBRE....	Pág. 15
<b>8.- METODOLOGÍA</b>	
8.1.- PRINCIPIOS METODOLÓGICOS.....	Pág.16
8.2.- AGRUPAMIENTO DEL ALUMNADO.....	Pág. 16-17
8.3.- USO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y DE LA COMUNICACIÓN...Pág.	17
<b>9.- RECURSOS DIDÁCTICOS.....</b>	<b>Pág. 17</b>
<b>10. EVALUACIÓN</b>	
10.1.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN.....	Pág. 18-20
10.2.- INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.....	Pág. 20
10.3.- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.....	Pág. 21-22
10.4.- PONDERACIÓN Y CÁLCULO DE LA NOTA FINAL DE CADA EVALUACIÓN.Pág.	22
10.5.- PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN.....	Pág. 22-23
<b>11.- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>	
11.1. LAS EXENCIONES.....	Pág. 23-25
11.2. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN PARA UNA PERSONA EXENTA:.....	Pág. 25-26
<b>12.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES:.....</b>	<b>Pág. 27</b>

## 1.- INTRODUCCIÓN

La incorporación de un modo de vida que incluya una actividad física saludable es una de las claves para compensar el sedentarismo creciente, que presenta datos preocupantes en relación con las tasas de salud de nuestra sociedad. La Constitución de la Organización Mundial de la Salud (OMS) define la SALUD como «un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de afecciones o enfermedades». Así, el ser humano se concibe como un ser global, integrado por componentes biológicos y psicológicos, en interacción constante con el entorno en el cual está inmerso. Esta concepción implica la existencia de una relación de dependencia entre los distintos componentes de la persona.

La Educación Física en el Bachillerato tiene la finalidad de profundizar en el conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades motrices para la consolidación de hábitos regulares de práctica de actividad física y para una mejor calidad de vida. En este sentido, se ha de comprender que una actividad física saludable está relacionada con la frecuencia, duración e intensidad con la que se disfrute de ella y con los hábitos sociales relacionados con la actividad física que producen efectos beneficiosos o nocivos sobre nuestro organismo, desarrollando capacidades y conocimientos para el desarrollo personal, para el análisis y para el aprendizaje operativo.

Como se indica en la Ley 8/1997, de 9 de julio, Canaria del Deporte, las actividades físicas y deportivas se han convertido en nuestro tiempo en un fenómeno social y universal, constituyendo un elemento educativo, un instrumento de igualdad entre los ciudadanos y de equilibrio, relación e integración de la persona con el mundo que la rodea. Con esta perspectiva, el conocimiento y desarrollo de estas prácticas motrices contribuyen al desarrollo de la competencia social y ciudadana.

El progreso en los aprendizajes iniciados en etapas anteriores posibilitará el desarrollo de procesos de planificación de la propia actividad física, favoreciendo de esta manera la autogestión y la ocupación activa del tiempo libre partiendo de la competencia motriz, entendida como el conjunto de capacidades, conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos que intervienen en las múltiples interacciones que los individuos realizan en su medio y con los demás, y que les permiten resolver diferentes problemas motores que requieren de una conducta motriz adecuada y cuya transferencia a otros contextos contribuye a una mejor calidad de vida y a su desarrollo como miembros de la sociedad.

En consecuencia, el proceso formativo que debe guiar la Educación Física se orientará en torno a dos ejes fundamentales. En primer lugar, a la incorporación de la conducta motriz para la mejora de la salud como responsabilidad individual y como construcción social. En esta concepción tienen cabida tanto el desarrollo de componentes saludables de la condición física como la adopción de actitudes críticas ante las prácticas que inciden negativamente en ella, de especial relevancia en Canarias ante los datos que implican un incremento importante de las tasas de obesidad. En segundo lugar, el mencionado proceso ha de contribuir a afianzar la autonomía del alumnado para satisfacer sus propias necesidades motrices, al facilitarle la adquisición de los procedimientos indispensables para planificar, organizar y dirigir sus propias actividades.

Asimismo, [esta materia puede servir como preparación para futuros estudios superiores, universitarios y profesionales](#), relacionados con las ciencias de la actividad física, el deporte, la recreación, y la salud.

La concepción de la educación física que sustenta este currículo se centra en la persona en movimiento como objeto y medio del acto educativo. Que éste sea o no relevante dependerá de la vivencia que el sujeto haga de él y ello parte, por un lado, de disfrutar el movimiento y, por otro, del valor formativo que tiene para sus actividades cotidianas.

El presente currículo tiene un carácter derivado conscientemente a los procedimientos y al compromiso motriz, la intervención, la investigación y la acción del alumnado, que constituyen sus elementos básicos. Las conductas motrices, resultado de las capacidades, las competencias básicas, los conocimientos, las actitudes mostradas y el repertorio motriz que ya posee, son fundamentales en este proceso formativo y constituyen el conducto ideal para hacer al alumnado autónomo en su aprendizaje. [La práctica regular de actividades físicas adaptadas a sus intereses y posibilidades, facilita la consolidación de actitudes de disfrute, respeto, esfuerzo y cooperación, contribuyendo al desarrollo de la competencia en autonomía e iniciativa personal.](#)

## 2- MARCO LEGISLATIVO

Esta Programación está basada en la normativa vigente para el curso 2011-2012 para el Bachillerato en Canaria que se relaciona a continuación:

- LOE - La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de educación.
- Real Decreto 1476/2007, de 2 de noviembre, por el que establece la estructura del bachillerato y se fijan sus enseñanzas mínimas.
- El Decreto 187/2008, de 2 de septiembre, por el que se establece la ordenación del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias.
- ORDEN de 14 de noviembre de 2008, (B.O.C. 25-11-08) por la que se regula la evaluación y promoción del alumnado que cursa Bachillerato y se establecen los requisitos para la obtención del Título de Bachiller.
- Decreto 202/2008, de 30 de septiembre, (B.O.C. 10-10-08) por el que se establece el currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Canarias.

### 3- JUSTIFICACIÓN DE LA MATERIA

En primer lugar, La Educación Física en el Bachillerato tiene la finalidad de profundizar en el conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades motrices para la consolidación de hábitos regulares de práctica de actividad física y para una mejor calidad de vida. En este sentido, se ha de comprender que una actividad física saludable está relacionada con la frecuencia, duración e intensidad con la que se disfrute de ella y con los hábitos sociales relacionados con la actividad física que producen efectos beneficiosos o nocivos sobre nuestro organismo, desarrollando capacidades y conocimientos para el desarrollo personal, para el análisis y para el aprendizaje operativo.

En segundo lugar, esta materia puede servir como preparación para futuros estudios superiores, universitarios y profesionales, relacionados con las ciencias de la actividad física, el deporte, la recreación, y la salud.

En tercer lugar, contribuye a la adquisición de competencias en el alumnado.

Según la Ley 8/1997, de 9 de julio, Canaria del Deporte, las actividades físicas y deportivas se han convertido en nuestro tiempo en un fenómeno social y universal, constituyendo un elemento educativo, un instrumento de igualdad entre los ciudadanos y de equilibrio, relación e integración de la persona con el mundo que la rodea. Con esta perspectiva, el conocimiento y desarrollo de estas prácticas motrices contribuyen al desarrollo de la competencia social y ciudadana.

La práctica regular de actividades físicas adaptadas a sus intereses y posibilidades, facilita la consolidación de actitudes de disfrute, respeto, esfuerzo y cooperación, contribuyendo al desarrollo de la competencia en autonomía e iniciativa personal.

### 4.- CONTEXTUALIZACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN

Nos encontramos en un I.E.S. de 180 alumnos/as aproximadamente, en el que conviven Primer y Segundo Ciclo de la E.S.O., un primero de Bachillerato para las materias troncales (Humanidades y Ciencias Sociales y Ciencias de la Naturaleza y de la Salud), un segundo de bachillerato y un Ciclo Formativo de Grado Medio.

El I.E.S. Puntagorda es el único de la Comarca Noroeste de la Isla de La Palma, la cual tiene alrededor de siete mil habitantes, repartidos en tres municipios de unos dos mil habitantes cada uno. Los alumnos de Primero y Segundo de E.S.O. provienen en la mayoría de los casos del municipio de Puntagorda, a los de Tercero y Cuarto de E.S.O. hay que sumarlos

los que vienen del centro adscrito del municipio de Garafía y muy pocos del municipio de Tijarafe, ya que este pueblo dispone de un C.E.O. Por último los alumnos de la enseñanza secundaria no obligatoria proceden en su mayoría de toda la Comarca Noroeste.

En los últimos años ha habido un paulatino crecimiento de población debido a un movimiento migratorio que, según el P.E.C., se debe a la llegada de nuevos habitantes procedentes, sobre todo, del centro de Europa e Hispanoamérica.

La actividad fundamental de esta comarca es básicamente agrícola y ganadera, destacando los cultivos del almendro, la viña y hortalizas, así como el pastoreo de ganado caprino y ovino. A esto hay que añadir la incipiente actividad turística de tipo rural que se ha desarrollado en los últimos años.

El nivel socio-económico y cultural de las familias es medio-bajo. La media familiar es de dos o tres hijos, y la mayoría vive con sus padres, quienes mayoritariamente, se dedican a actividades agrícolas y ganaderas, y el resto son operarios, albañiles o peones de diversos trabajos. Las madres son amas de casa, casi en su totalidad, complementando esta labor con tareas agrícolas y ganaderas.

El interés educativo de los padres en los estudios de sus hijos es bastante escaso, reflejándose en el nulo seguimiento de las tareas y estudio en casa, lo que redundará en una ausente participación de los padres en el desarrollo del aprendizaje del alumno/a y su implicación en el Centro educativo. Por tanto, no se cumple uno de los objetivos generales del Centro, recogido en el P.E.C.: “Favorecer la participación de los padres y de la familia en la actividad del Centro y en el **aprendizaje del alumn@**, procurando un clima de confianza y apoyo mutuo que facilite la toma de decisiones educativas”.

Respecto al alumnado, hay un alto porcentaje de procedencia extranjera, debido a los movimientos migratorios anteriormente indicados.

La mayoría de los alumnos/as vive a gran distancia del centro, lo que supone que muchos de ellos se incorporen con retrasos continuos a la primera hora de clase. Algunos de estos alumnos/as compaginan sus estudios con el trabajo de actividades agrícolas y ganaderas familiares. Otros tienen dedicaciones diversas relacionadas con el sector servicio.

La valoración de la relación de los alumnos/as con sus padres y el ambiente familiar es positiva, aunque reconocen que no suelen ocuparse de forma satisfactoria y sistemática de su proceso de aprendizaje.

Más de la mitad de los alumnos/as no estudia todos los días, y los que lo hacen, estudian una media hora diaria. Se observa notablemente que a medida que avanzan los niveles descende el número de alumnos/as que estudia y realiza las tareas diariamente. El lugar de estudio habitual es su habitación, y confiesan que la mayor dificultad de sus estudios radica en la falta de voluntad, concentración y comprensión.

En general, estos alumnos/as no presentan graves problemas de comportamiento, aunque ello no suponga que se produzcan enfrentamientos de forma aislada entre alumnos/as o entre alumnos/as y profesores/as.

En cuanto a las características del espacio físico del I.E.S. Puntagorda se debe puntualizar que se trata de un centro pequeño cuyas aulas operativas están distribuidas de la siguiente manera:

1 aula para 1º de E.S.O. /1 aula para 2º de E.S.O. / 2 aulas para 3º de E.S.O. /

1aula para 4º de E.S.O. /1 aula para 1º de Bachillerato / 1 aula para 2º de Bachillerato/ 2 aulas para desdobles /2 aulas para el ciclo formativo atención sociosanitaria / 1 aula medusa / 1 aula de informática / 1 biblioteca / Aula de Música / Un aula para la Radio Escolar / Aula de educación Plástica y Visual / Espacios para el equipo directivo, profesorado, mantenimiento, etc.

Es necesario saber que con respecto a los espacios deportivos, no se cumple la normativa vigente ya que el gimnasio lo han eliminado del centro esperando a que dentro de unos 20 años construyan un pabellón deportivo, los vestuarios y duchas han desaparecido para fabricar un aula para el ciclo formativo, y la pista polideportiva pertenece en propiedad al ayuntamiento, cuyo horario matinal está cedido al desarrollo del proceso educativo del I.E.S. Puntagorda. Por lo tanto el Departamento de Educación Física solicita anualmente varias instalaciones deportivas del ayuntamiento para su uso formativo en horario escolar. Dichas instalaciones son una sala cubierta y con tatami de 15x15, un campo de fútbol y un cuarto de material anexo a la pista polideportiva. La única instalación perteneciente al I.E.S. Puntagorda es un rocódromo consistente en una estructura de 20x3,5 metros, cedido por el Cabildo Insular de La Palma en el año 1998 e instalado por el departamento de educación física en el año académico 1999-2000. El problema es que queda fuera de las instalaciones de centro y que el curso pasado prendió fuego y se incendió.

Otros aspectos a destacar son:

- El absentismo y el fracaso es mínimo.
- Gran conocimiento del medio y forma de trabajarlo, pero poco respeto por el mismo. Este aspecto se relaciona con uno de los **objetivos generales del Centro y contemplados en el P.E.C.:** *“Potenciar al alumno el conocimiento de su entorno (costumbres, culturas, tradiciones, patrimonio, etc.) para que a partir de la acción educativa se despierte en él un espíritu investigador con el ánimo de conservar y mejorar ese entorno”*. Este objetivo, a su vez, se corresponde con uno de los principios de la LOGSE según el artículo 2.3.: *“La formación en el respeto y el medio ambiente”*, principio educativo que ha quedado contextualizado en el P.E.C. del Centro.



- Escasos hábitos de trabajo y de estudio, y técnicas de estudio (subrayado, resúmenes, esquemas, etc.).
- Deficiencias en la expresión oral y escrita, y en el razonamiento lógico.
- Carencia de hábitos de lectura. Los alumnos/as disponen en sus casas de diccionarios, enciclopedias y libros de consulta. Pocos poseen recursos informáticos. Los que pueden acudir a la Biblioteca Municipal, ésta no está dotada de los recursos necesarios, ya sean bibliográficos o informáticos, los cuales están muy desfasados y obsoletos.
- Los alumnos/as suelen dedicar su tiempo libre a estar con sus amigos/as, a oír música, ver la televisión, practicar algún deporte ofertado por el Plan Insular de Promoción Deportiva de Base de la Isla y ayudar a sus padres en las tareas domésticas o agrícolas.
- Las expectativas de los alumnos/as difieren según el nivel de estudio en que se encuentren: los alumnos/as que cursan Bachillerato desean continuar sus estudios, la mitad de ellos optará por estudios universitarios y el resto a Ciclos Formativos.
- La única oferta educativa de la zona es el Ciclo Formativo de Grado Medio Atención Sociosanitaria. La oferta de Ciclos de Grado Superior y de Grado Medio más cercanos se encuentra en la zona Este y Suroeste de la Isla, donde la oferta y la variedad de los mismos es mayor. Ante esto, el alumnado se ve forzado a desplazarse bastantes kilómetros, a cambiar de domicilio o a vivir en residencias. Todo esto motiva que la mayoría de aquellos alumnos/as que no deseen continuar con los estudios de Bachillerato, no accedan tampoco a la formación que estos ciclos proporciona, y desmotiva, por tanto, la continuación de su formación. De este modo tampoco se cumple otro de los **objetivos generales del Centro y presente en el P.E.C.** *“Adquirir una formación básica que posibilite el desarrollo personal y social del alumnado y que le garantice su futuro profesional y/o educativo.”* Este objetivo está relacionado con uno de los principios educativos de la antigua LOGSE según el artículo 2.3.: “La formación personalizada,

que propicie una educación integral en conocimientos, destrezas y valores morales de los alumnos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar, social y profesional”, el cual aparece contextualizado en el P.E.C. del Centro.

## **5.- OBJETIVOS GENERALES:**

### **5.1. OBJETIVOS GENERALES DE LA MATERIA.**

La enseñanza de la Educación Física en el Bachillerato tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

1. Conocer y valorar los efectos positivos de la práctica regular de la actividad física en el desarrollo personal y social, y en la mejora de la salud y la calidad de vida, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva.
2. Elaborar y poner en práctica un programa de acondicionamiento físico, para incrementar las capacidades físicas, a partir de la valoración del estado inicial y utilizando las técnicas de relajación como medio de conocimiento personal y como recurso para reducir desequilibrios y tensiones.
3. Organizar actividades físicas y participar en ellas como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, valorando los aspectos sociales, culturales, y de mejora de la salud personal y colectiva que llevan asociadas.
4. Participar en la resolución de problemas motores que requieran la aplicación de conductas motrices, dando prioridad a la toma de decisiones.
5. Realizar actividades físico-motrices en el medio natural, demostrando actitudes que contribuyan a la conservación del entorno.
6. Diseñar y practicar composiciones con o sin base musical, como medio de expresión y de comunicación, incluyendo aquellas propias de las islas Canarias.
7. Conocer, practicar, analizar y valorar los aspectos culturales, históricos, naturales y sociales relacionados con los juegos, deportes y bailes de la Comunidad Autónoma de Canarias, y contribuir activamente a su conservación.

## **6- CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS EN EL BACHILLERATO**

### **6.1- COMPETENCIAS GENERALES DEL BACHILLERATO**

#### **Competencia comunicativa**

Esta competencia profundiza en las destrezas de escucha, comprensión y exposición de mensajes orales y escritos, utilizando el lenguaje específico de la materia.

#### **Competencia en el tratamiento de la información y competencia digital**

Esta competencia implica el uso apropiado de las tecnologías de la información y la comunicación

### **Competencia social y ciudadana**

Esta competencia implica el respeto a las normas de convivencia del centro; es decir respeta a los demás y su entorno.

### **Competencia en autonomía e iniciativa personal**

Esta competencia persigue avanzar en el trabajo cooperativo del alumnado, habituándose a desenvolverse en entornos cambiantes: si realiza las tareas, actividades y trabajos con corrección, limpieza y en el plazo establecido, así como su participación en clase.

### **Competencia en investigación y ciencia**

Esta competencia desarrolla habilidades para trabajar el pensamiento lógico y los diferentes pasos de la investigación científica, planteando hipótesis y siguiendo las pautas adecuadas para buscar información, resolver cuestiones, verificar... Incluye asimismo, en relación con la competencia comunicativa, la exposición y la argumentación de conclusiones. También supone el compromiso con la sostenibilidad del medioambiente y la adquisición de hábitos de consumo racionales.

## **6.2.- COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA MATERIA**

La materia de Educación Física en 1º de Bachillerato contribuye al desarrollo de la Competencia Social y Ciudadana y de la Competencia en Autonomía e Iniciativa Personal.

Según la Ley 8/1997, de 9 de julio, Canaria del Deporte, las actividades físicas y deportivas se han convertido en nuestro tiempo en un fenómeno social y universal, constituyendo un elemento educativo, un instrumento de igualdad entre los ciudadanos y de equilibrio, relación e integración de la persona con el mundo que la rodea. Con esta perspectiva, el conocimiento y desarrollo de estas prácticas motrices contribuyen al desarrollo de la [Competencia Social y Ciudadana](#).

El alumnado en el bachillerato debe ser capaz de programar actividades físicas para practicarlas de forma regular y acorde a sus intereses y necesidades en su tiempo libre. Esto facilita la consolidación de actitudes de disfrute, respeto, esfuerzo y cooperación, contribuyendo al desarrollo de la [Competencia en Autonomía e Iniciativa Personal](#).

## **7.- CONTENIDOS**

Se han establecido dos grandes bloques de contenidos que están íntimamente relacionados entre sí y con los de las etapas anteriores. El primero de ellos, «El cuerpo: [autonomía y desarrollo](#)», ofrece al alumnado conocimientos útiles para gestionar de forma autónoma su

propia condición física en función de sus objetivos y sus aspiraciones personales. Se trata de un salto cualitativo importante respecto a los contenidos trabajados en la ESO, afianzando de esta manera su autonomía y su capacidad de desarrollar hábitos saludables a lo largo de su vida. El segundo, «La conducta motriz: habilidades motrices específicas y tiempo libre» está orientado al desarrollo de la conducta motriz ofreciendo un amplio abanico de posibilidades para ocupar el tiempo libre de modo activo. La práctica de las actividades físicas, deportivas, expresivas y lúdico-recreativas en el entorno natural, del que Canarias posee un extraordinario patrimonio, es un excelente medio para conseguir que el ejercicio saludable y la ocupación del tiempo libre vayan en la misma dirección.

### **I. El cuerpo: autonomía y desarrollo**

1. Análisis de los beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud.
2. Aceptación de la responsabilidad en el mantenimiento y mejora de la condición física. Aplicación de diferentes métodos y técnicas de relajación.
3. Realización de pruebas de valoración de la condición física saludable.
4. Ejecución de sistemas y métodos para el desarrollo de la condición física.
5. Planificación del trabajo de acondicionamiento de las capacidades físicas relacionadas con la salud.
6. Elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, atendiendo a la frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad.
7. Hábitos y prácticas sociales y sus efectos en la actividad física y la salud. Análisis de la influencia de los hábitos sociales en Canarias (alimentación, estilo de vida, tabaquismo, etc.).

### **II. La conducta motriz: habilidades motrices específicas y tiempo libre**

1. Análisis del deporte como fenómeno social y cultural. Relevancia social del deportista. Los roles de participante, espectador y consumidor.
2. Perfeccionamiento en la puesta en práctica de las habilidades motrices específicas y de los principios estratégicos de algunas actividades físicas psicomotrices y sociomotrices.
3. Valoración de la práctica de los juegos y deportes tradicionales de Canarias en el tiempo libre.
4. Organización de torneos deportivo-recreativos y de actividades físicas y participación en ellos.
5. Valoración de los aspectos de relación, trabajo en equipo y juego limpio en las actividades físicas y deportes.
6. Reconocimiento del valor expresivo y comunicativo de las actividades motrices expresivas. Práctica de bailes, preferentemente de Canarias.
7. Realización de actividades físicas, utilizando la música como apoyo rítmico.
8. Elaboración y representación de una composición corporal individual o colectiva.

9. Colaboración en la organización y realización de actividades en el medio natural.
10. Análisis de las salidas profesionales relacionadas con la actividad física y el deporte.
11. Uso de las tecnologías de la información y la comunicación para la ampliación de conocimientos, el intercambio de ideas y conceptos o la evaluación de la materia de Educación Física.

## 7.1.- SECUENCIACIÓN y TEMPORALIZACIÓN

### 1ª EVALUACIÓN: 23 horas

**U. D. Conocimientos fundamentales:** Beneficios y riesgos de la actividad física. / Planificación y programación individualizada de las capacidades físicas relacionadas con la salud. Principios y factores generales y particulares que se han de considerar. / Fatiga, recuperación y actividad física. / Hábitos y prácticas sociales perjudiciales para la actividad física y la salud: sedentarismo, consumo de sustancias tóxicas, inadecuada alimentación, etc. **5 horas.**

#### **U. D. Mejorando mi condición física:**

- Evaluación de la condición física por medio de pruebas de campo: Test de Ruffier Dickson y cálculo del Índice de Masa Corporal (I.M.C.). **2 horas**

- Desarrollo de las capacidades físicas (Velocidad, fuerza-resistencia, flexibilidad y resistencia aeróbica) mediante sus métodos y sistemas. **10 horas**

Contenidos Teóricos 30%	Evaluación	Contenidos Prácticos 50%	Evaluación
Programa de acondicionamiento físico.	3 Ptos.	Test físicos.	1 Pto.
		Entto. Fuerza, resistencia y flexibilidad.	1.5 Ptos.
		Técnicas de relajación.	1 Pto.

### 2ª EVALUACIÓN: 22 horas

**U.D. Conocimientos fundamentales:** Dieta, prácticas habituales y actividades físicas. Fenómenos socioculturales relacionados con la actividad física y la salud. / **2 horas.**

**U.D. Prácticas deportivas recreativas:** Actividades con colchonetas, globos y deportes alternativos: frisbee, indiaca, malabares, etc. **5 horas.**

**U.D. Actividades en la naturaleza:** Senderismo. **15 horas.**

Contenidos Teóricos 30%	Evaluación	Contenidos Prácticos 50%	Evaluación
Tarea sobre actividad en el medio natural: Senderismo.	2 Ptos.	Senderismo.	3 Ptos.
Teórica deporte alternativo	1 Pto.	Deportes alternativos: Malabares, Palas, frisbee, florbball,...etc.	2 pts.

### 3ª EVALUACIÓN: 23 horas

**U.D. Conocimientos fundamentales:** La búsqueda del riesgo y las nuevas prácticas deportivas. / Valoración de la práctica habitual deportiva en la salud. / Manifestaciones tradicionales y autóctonas de carácter lúdico y deportivo en Canarias. / Actividad física y sus manifestaciones rítmicas, su origen y evolución histórica. **3 horas.**

**U. D. Ritmo y Expresión.** Elaboración y representación de una coreografía con base rítmica donde participen de forma individual y colectiva. **10 horas.**

**U. D. Actividades Tradicionales:** Lucha Canaria . **10 horas.**

Contenidos Teóricos 30%	Evaluación	Contenidos Prácticos 50%	Evaluación
Tarea sobre composiciones corporales musicales.	1.5	Elaboración de composiciones corporales musicales	2 Ptos.
Organización y presentación de actividades físicas recreativas.	1.5	Puesta en práctica de actividades físicas recreativas.	2 pts.
Juegos Tradicionales Canarios		Lucha Canaria	1 Pto.

**EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA PODRÁ MODIFICAR EL ORDEN DE LOS CONTENIDOS EN FUNCIÓN DE LAS NECESIDADES: causas meteorológicas, ofertas educativas propuestas al departamento, necesidades de material... .**

**Incluso en determinadas ocasiones, previa discusión del departamento, y por causas demostradas estos contenidos podrán ser modificados.**

### 7.3.- CONTENIDOS MÍNIMOS DEL ÁREA EN LOS QUE SE BASA LA PRUEBA EXTRAORDINARIA DE SEPTIEMBRE

CONTENIDOS MÍNIMOS PARA LAS PRUEBAS DE SEPTIEMBRE		
NIVEL	PRUEBA TEÓRICA	PRUEBAS PRÁCTICAS
	-Beneficios y riesgos de la	<b>Prueba de resistencia</b> (30 vueltas a la cancha). Deberá comentar verbalmente a la profesora los

<p>1º BACH</p>	<p>actividad física.</p> <p>-Hábitos y prácticas sociales perjudiciales para la actividad física y la salud: sedentarismo, consumo de sustancias tóxicas, inadecuada alimentación, etc.</p> <p>-Dieta, prácticas habituales y actividades físicas. Fenómenos socioculturales relacionados con la actividad física y la salud</p> <p>-Valoración de la práctica habitual deportiva en la salud</p>	<p>distintos métodos de entrenamiento de la resistencia.</p> <p><b>Prueba de flexibilidad:</b> Deberá saber dirigir ejercicios de flexibilidad para cada uno de los músculos principales del cuerpo: cuádriceps, isquiotibiales, lumbares, gemelos, cuello, antebrazos, glúteos, abdominales, aductores, bíceps y tríceps aplicando varios sistemas de entrenamiento de la flexibilidad.</p> <p><b>Prueba de fuerza:</b> realización de ejercicios de trabajo de fuerza de los principales músculos del cuerpo: abdominales, lumbares, sentadillas, gemelos, flexiones de brazos, tríceps, en los cuales el alumno además de realizar 20 repeticiones de cada uno y deberá explicar cuál es la postura corporal adecuada. Deberá comentar verbalmente a la profesora los distintos métodos de entrenamiento de la fuerza.</p>
	<p>.El alumno deberá entregar el día del examen, mediante apoyo informático un plan individual de seguimiento del trabajo físico y sus cargas.</p>	

## 8.- METODOLOGÍA.

Según el currículo de Bachillerato, los criterios metodológicos más adecuados son los que desarrollan la participación y autonomía del alumnado, favoreciendo desde la diversidad de prácticas y conductas motrices, su progresiva emancipación, tanto en la elaboración de los conocimientos, como en la organización de la propia actividad. En este sentido resultan adecuados los modelos que fomenten el trabajo individual y el colaborativo, como la enseñanza recíproca o la enseñanza mediante problemas y que promuevan la implicación cognoscitiva del alumnado mediante la reflexión o la incorporación de tareas no motrices

fuera del horario de las sesiones para adquirir conocimientos sobre determinados aspectos de los contenidos trabajados en ellas.

### 8.1.- PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Los principios didácticos en que se basa nuestra metodología son los establecidos en el PC de Bachillerato del centro:

- **Enfoque interdisciplinario:** En el enfoque interdisciplinario se presentan los contenidos objeto de estudio en áreas de aprendizaje, de acuerdo con los vínculos e interconexiones que puedan darse entre ellos.
- **Aplicabilidad y funcionalidad de los aprendizajes:** Todo aprendizaje tiene sentido en la medida en que lo que aprendemos nos sirve para resolver los problemas que se nos plantean en la vida diaria (en el estudio, en el trabajo, etc.) o lo usamos para ser transferido a otras situaciones de aprendizaje.
- **Motivación:** Aprendizaje y motivación son fenómenos hasta tal punto compenetrados que los resultados académicos son fruto, en gran medida, del interés que en el alumno despierten los contenidos que tiene que aprender. Elementos básicos de la motivación en el aula son las actitudes del profesor: el entusiasmo y convicción que transmite cuando enseña, la confianza en que todos los alumnos pueden aprender, etc.
- **La autoeducación o lo que es lo mismo “promover la construcción de estrategias de aprendizaje autónomo”:** El alumno consigue su autonomía intelectual cuando es capaz de aprender por sí mismo. Por ello, hay que poner en práctica estrategias metodológicas encaminadas a potenciar la autoactividad del alumno; es decir, el estudio individual, la búsqueda autónoma de documentación, la organización independiente de su trabajo, la utilización de las estrategias de aprendizaje que ha conocido, etc.
- **Conseguir aprendizajes significativos:** Se le dará prioridad a los aprendizajes que se realizan a través de la experiencia, a la comprensión razonada de lo que se hace y a los procedimientos que se utilizan para resolver las actividades, sin restar importancia al refuerzo memorístico necesario para ayudar a fijarlos. Acostumbrar a los alumnos a que formulen preguntas e hipótesis sobre la tarea que van a realizar, que observen, obtengan datos, los ordenen, operen con ellos, los contrasten y saquen conclusiones... es un buen sistema de trabajo, ya que exige del alumno una intensa actividad reflexiva y comunicativa que afecta a todas sus capacidades mentales. Se argumenta que los aprendizajes conseguidos por este método son más significativos, más consistentes, más duraderos y ayudan mejor a construir y desarrollar los procesos de pensamiento.

### 8.2.- AGRUPAMIENTOS Y TÉCNICAS DE TRABAJO EN GRUPOS

#### Las técnicas de trabajo individual o en grupos.

Si se pretende integrar la diversidad es preciso flexibilizar la metodología, alternar el trabajo individual con el grupal y dar entrada a elementos pertenecientes al ámbito de interés y al mundo en que habitualmente se mueve con confianza el alumnado.



**La educación, además de conceptos, transmite valores. O lo que es lo mismo: la educación tiene una dimensión ética.**

Por eso no se ha querido acabar esta exposición de criterios sin hacer mención al hecho de que es objetivo prioritario que la educación no sólo transmita contenidos, sino también valores que contribuyan a formar personas conscientes, solidarias y libres; ciudadanos que desarrollen sus actividades guiados por un comportamiento ético.

### 8.3.- USO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y DE LA COMUNICACIÓN

- **Microsoft PowerPoint.** La utilización de presentaciones en PowerPoint, tanto por el profesorado como por el alumnado, permite integrar información de diferentes tipos enriqueciendo así el discurso oral y se justifica por la propia naturaleza del proceso de enseñanza-aprendizaje. Es un modelo didáctico-pedagógico capaz de integrar las potencialidades tecnológicas de las herramientas con la importancia de un proceso de enseñanza-aprendizaje lógico y equilibrado.

- **CD Y DVD.** Igual que cualquier otro tipo de material puede potenciar diferencias entre el alumnado. Para ello, es necesario detectar de antemano las que ya vienen marcadas en algunos programas. Por eso, pretendemos hacer un análisis desde el punto de vista de la diversidad con el fin de saber qué programas son los que mejor se adaptan a nuestra dinámica de aula y que lógicamente no potencien dichas diferencias.

- **Internet.** Considerando la disponibilidad de conexión accesible a profesores y alumnos, por ejemplo en la biblioteca del centro, el aula de Informática del Departamento o en Aula Medusa, y que algunos profesores y alumnos tienen también posibilidad de comunicarse con Internet desde su casa, se esbozan a continuación algunos de los usos posibles.

**Para ampliar información.** Se propondrá páginas WEB determinadas para consulta de información actualizada sobre los temas que se han tratado.

**Para documentar trabajos.** Los alumnos, a partir de las indicaciones del profesorado, buscan información en las páginas WEB para realizar determinados trabajos y estudios. Esta información se complementará con datos de otras fuentes: bibliotecas, revistas, prensa...

## 9. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

Como recursos a utilizar en el aula: pizarra, retroproyector de transparencias, reproductor de CD y DVD, televisión, películas, libros de texto de distintas editoriales: Editorial S.M., SANTILLANA, MCGRAW HILL, diccionarios, artículos de prensa de información general, revista especializadas, Se incluirá el uso de nuevas tecnologías. De esta forma la presentación de los contenidos puede resultar más amena para el alumnado permitiendo ampliar el horizonte meramente conceptual hacia procedimientos de búsqueda de información veraz y actualizada.

## 10. EVALUACIÓN

El proceso de evaluación será **continuo**, tal y como establece la Orden de 14 de noviembre de 2008, por la que se regula la evaluación y promoción del alumnado que cursa el bachillerato y se establecen los requisitos para la obtención del Título de Bachiller, y por tanto se hace necesaria la asistencia del alumnado a todas las actividades programadas.

La evaluación continua permitirá contar, en cada momento, con una información general del aprendizaje del alumnado para facilitar la detección de dificultades y así poder adecuar el proceso de enseñanza a sus necesidades e introducir las mejoras necesarias en el proceso de enseñanza y de aprendizaje. Esto implica que se ha de evaluar en todo momento el proceso de aprendizaje de los conocimientos, y por ello se tendrá en cuenta tres momentos:

- Al principio (*diagno*st*ico* previo). Se centrará en detectar los conocimientos previos del alumnado y dónde se encuentra su zona de desarrollo próxima.
- Durante el desarrollo (evaluación *formativa*). Durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Al final del proceso (evaluación final o *sumativa*), permitiendo detectar el grado de consecución de los objetivos propuestos.

### 10.1.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN

#### 1. **Elaborar y poner en práctica de manera autónoma pruebas de valoración de la condición física orientadas a la salud.**

Mediante este criterio se pretende comprobar si el alumnado es capaz de realizar una autoevaluación de su nivel de condición física inicial en aquellas capacidades físicas directamente relacionadas con la salud, es decir, resistencia aeróbica, fuerza-resistencia y flexibilidad. El estudiante preparará cada prueba, la ejecutará y registrará el resultado, obteniendo así la información necesaria para iniciar su propio programa de actividad física y salud, pudiendo este protocolo de actuación desarrollarse en grupo. Con el mismo criterio se pretende constatar si los alumnos y las alumnas reflexionan sobre las condiciones y hábitos sociales que inciden en las actividades físicas.

#### 2. **Elaborar y realizar un programa de acondicionamiento físico acorde con el principio de actividad física saludable, utilizando las variables de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad y técnicas de relajación.**

A través de este criterio se evaluará si el alumnado es capaz de elaborar un programa para la mejora de la condición física, organizando los componentes de volumen, frecuencia e intensidad de forma sistemática durante un período de tiempo, y adaptándolos al tipo de actividad física elegida. De esta manera, se comprobará el incremento del nivel de la condición física respecto al estado de forma inicial y también el proceso que ha llevado a la mejora dentro de los parámetros de una actividad física saludable. Asimismo, se valorará en el programa el uso autónomo de técnicas de relajación.

#### 3. **Organizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles en el centro y en sus inmediaciones.**

Este criterio permite valorar la participación de los alumnos y de las alumnas en la organización de actividades físicas atendiendo a criterios organizativos básicos, tales como la utilización racional del espacio, el uso del material y su control, la participación activa, el diseño de normas y su cumplimiento o la conducción de las actividades. El alumnado ha de ser capaz de organizar actividades de carácter recreativo que se adecuen a la cultura del tiempo de ocio y que supongan el empleo de los medios y recursos del entorno próximo. De igual manera, se pretende comprobar si se afianzado el espíritu emprendedor, las actitudes de iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje y de desarrollo personal.

**4. Demostrar un adecuado uso de la conducta motriz en situaciones reales de práctica en los juegos o deportes seleccionados.**

A través de este criterio se constatará si el estudiante es capaz de resolver situaciones motrices en un contexto de práctica, utilizando de manera adecuada las habilidades motrices específicas y los conceptos estratégicos propios de cada actividad motriz. Los alumnos y las alumnas manifestarán competencia en sus respuestas motrices con el ajuste adecuado a las situaciones a las que se enfrenten. Particularmente, ha de otorgarse mayor importancia a que resuelvan las situaciones que la adecuación a un modelo cerrado de ejecución.

**5. Elaborar composiciones corporales cooperando con los compañeros, teniendo en cuenta los elementos técnicos de las manifestaciones de ritmo y expresión y valorar, preferentemente, la identificación con las manifestaciones expresivas de Canarias.**

Este criterio pretende evaluar la participación del alumnado en el diseño y ejecución de composiciones corporales colectivas, en las que se valorará la originalidad, la expresividad, la capacidad de seguir el ritmo de la música, el compromiso, la responsabilidad en el trabajo en grupo y el seguimiento del proceso de elaboración de la composición. En el caso de las actividades rítmicas de Canarias, se trata de comprobar si el alumnado las practica y las valora como signo de identificación cultural no segregador.

**6. Realizar, en el medio natural, una actividad física de bajo impacto ambiental, colaborando en su organización.**

Con este criterio se valorarán dos aspectos complementarios. Por un lado, si el alumnado identifica los aspectos necesarios para llevar a cabo la actividad física, como la recogida de información sobre esta (lugar, duración, precio, permisos necesarios, clima...), el material necesario o el nivel de dificultad. Por otro lado, se constatará si el estudiante realiza una actividad física en el medio natural, preferentemente fuera del centro, aplicando las técnicas de esa actividad. También se verificará si el alumnado posee una conciencia cívica responsable, que favorezca la sensibilidad y el respeto hacia el medioambiente.

**7. Practicar juegos y deportes tradicionales de Canarias, identificando sus principales elementos estructurales y aceptándolos como portadores valiosos de la cultura.**

Se trata de verificar con este criterio si el alumnado es capaz de llevar a la práctica, por sí mismo o colaborando en grupo, juegos y deportes tradicionales canarios, identificando y controlando sus componentes esenciales para su puesta en práctica: reglamento, estrategias, espacio de juego, técnicas, etc. Se valorará, además, si es capaz de admitir dichos juegos y deportes como parte de su cultura, mostrando interés por su aprendizaje.

**8. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para ampliar conocimientos de la materia de Educación Física.**

Con este criterio se pretende comprobar si el alumnado utiliza las tecnologías de la información y la comunicación como herramienta para buscar datos, referencias históricas, sociales o incluso económicas relacionadas con los contenidos presentes en los bloques. Asimismo, se verificará si presenta documentos o archivos y si efectúa tareas de evaluación y coevaluación a través de diferentes programas informáticos.

## 10.2.- INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Los instrumentos utilizados para la evaluación son:

- **Cuaderno anecdótico:** en éste incluimos notas diarias del trabajo en clase, participación, asistencia, colaboraciones, cuidado del material e incidentes. Cada nota es pasada a numérica para ser valorada en actitudinales y procedimentales.
- **Fichas de Observación práctica:** para la valoración en pruebas prácticas trabajamos con fichas objetivas de los elementos técnicos o tácticos evaluados en cada prueba.
- **Pruebas teóricas:** en cada unidad teórica de contenidos eminentemente conceptuales realizaremos una prueba de preguntas cortas, a desarrollar o tipo test.
- **Trabajos:** indicaremos la realización de trabajos. Nuestro departamento ha decidido que su presentación debe ser manual, nunca informatizada para evitar copias no razonadas de Internet. Se indicarán dichos trabajos en algunos contenidos teóricos y en contenidos prácticos para el caso de las excenciones, y como soporte de algunas unidades didácticas de tipo práctico. Requisitos para la elaboración de trabajo:
  - Se realizarán a mano.
  - Se darán por suspendidos aquellos trabajos copiados literalmente de Internet,
  - Se valorará en orden, la organización, la opinión personal, la variedad de fuentes de búsqueda, la ortografía y la profundidad científica – SE DARÁN POR SUSPENDIDOS LOS TRABAJOS ENTREGADOS FUERA DE PLAZO O REALIZADOS A ORDENADOR.

## 10.3.- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

CRITERIOS CALIFICATIVOS PARA BACHILLERATO		
CRITERIOS	% ASIGNADO A CADA CRITERIO	DESCRIPCIÓN DEL CRITERIO
<b>Pruebas teóricas/ trabajos</b>	<b>30%</b>	Serán aquellas pruebas de evaluación de los conocimientos teóricos, mediante pruebas tipo test, trabajos, preguntas cortas u otras actividades.
<b>Pruebas prácticas</b>	<b>50%</b>	Serán aquellas pruebas prácticas donde se evaluarán las destrezas adquiridas en las distintas U.D. Trabajadas.
<b>Actitud</b>	<b>20%</b>	<p><b>Comportamiento:</b> 7% de la nota. En él se valorará lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Respeto alumno-profesor.Respeto alumno- alumno.</li> <li>- Respeto de la norma de no uso del móvil.</li> <li>- Respeto a la norma de no consumir alimentos ni chuches en clase.</li> <li>- Puntualidad. Usar un lenguaje adecuado.</li> <li>- Participación en la clase. Atención a las explicaciones.</li> <li>- A 1ª hora y después del recreo no se podrá ir al baño.</li> <li>- En las clases impartidas en aula no se dejará ir a beber o comprar agua.</li> <li>- Cada vez que se infrinja una de estas normas se descontará 0.1 de la nota prevista para este apartado.</li> </ul> <p>Si en algún momento la profesora se ve en la necesidad de abrir un parte de incidencias a algún alumno/a, además de la sanción aplicada se le descontará un porcentaje que irá desde un 0.3 hasta 0.5% de la nota.</p> <p><b>Vestimenta Deportiva:</b> 3% de la nota. En él se valorará lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El uso de la ropa y calzado deportivo es obligatorio, por tanto, todos los</li> </ul>

		<p>alumnos/as tendrán que asistir a clase con la vestimenta adecuada.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En los días de calor extremo podrán traer gorra y usar protección solar, así como hidratarse de manera más continua.</li> <li>- Además de lo dicho, el alumno/a tendrá que realizar la sesión de Educación Física prevista.</li> <li>- Los alumnos lesionados tendrán que asistir con vestimenta deportiva y tendrán que colaborar dirigiendo alguna actividad dentro de la actitud. Si la lesión requiere de largo período de tiempo sin actividad física (más de dos semanas) el alumno/a deberá realizar un trabajo y lo deberá presentar escrito a mano. El tema será elegido entre el profesor y el alumno.</li> <li>- Cada vez que el alumno infrinja esta norma se le descontará 0.05% de la nota asignada a este apartado.</li> </ul> <p><b>Colaboraciones:</b> 10% de la nota. En él se valorará lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cada colaboración tendrá una puntuación de 0.25 como máximo, teniendo el alumno que ( para puntuar la máxima nota en este apartado), participar en: <ul style="list-style-type: none"> <li>o 1 Calentamiento.</li> <li>o 1 Vuelta a la calma</li> <li>o La repartición y la recogida del material.</li> <li>o Repetir uno de los anteriores.</li> </ul> </li> <li>- Se llevarán a cabo cada día de sesión práctica de educación física.</li> <li>- <b>Calentamientos:</b> Serán dirigidos por un/a alumno/a de la clase cada día, basándose en la experiencia de años anteriores o bien buscando información en los medios de comunicación. Serán entregados a la profesora con la ficha que ella les entrega. Se dedicarán los primeros 10` de la clase.</li> <li>- <b>Vuelta a la calma:</b> Lo más usual son actividades como, caminar, respiraciones profundas, estiramientos, relajación dirigida y comentar lo aprendido o sucedido en la clase, etc. Se dedicarán los 5 ó 10` últimos de la clase.</li> <li>- <b>Material:</b> Cada día, dos alumnos/as se dedicarán a escoger el material necesario junto con la profesora y repartirlo, anotando en el cuadernillo de la profesora todo lo que se cogió. Al final de la hora habrá que recogerlo entre los mismos y comprobar con la profesora que está todo, anotándolo también en el cuadernillo.</li> </ul>
--	--	---

#### 10.4 PONDERACIÓN Y CÁLCULO DE LA NOTA FINAL DE CADA EVALUACIÓN:

La **calificación final de cada evaluación** vendrá determinada por la *media aritmética de las calificaciones* obtenidas (de las pruebas teóricas, de las pruebas prácticas y de la actitud) en cada una de las diferentes evaluaciones.

## 10.5.- PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN

### \*Alumnos que asisten a clase y suspenden:

Se incidirá, a lo largo del proceso, en la recuperación de las capacidades no superadas en alguna de las evaluaciones anteriores. Para ello se llevará a cabo una recuperación por evaluación para aquellos alumnos y alumnas que, tras realizar actividades de refuerzo, no hayan alcanzado todos o algunos de los elementos de capacidad evaluados, obteniendo una calificación suspensa. No se tratará necesariamente de una única prueba o examen, sino que el profesor o profesora puede marcar un conjunto de actividades que permitan evaluar el nivel de adquisición de las capacidades: trabajo individual, exposición, resumen, prueba oral-escrita...

Para superar las pruebas de recuperación el alumno deberá obtener una *puntuación* mínima de 5 puntos. Si no superan dichas pruebas de recuperación, le quedará dicha parte de la materia para la prueba final ordinaria en junio.

### \*Alumnos que faltan a clase durante períodos largos de tiempo de forma justificada:

Cuando la inasistencia reiterada de un alumno o una alumna, por razones justificadas, impida la aplicación de la evaluación continua, se empleará un sistema de evaluación alternativo, que prestará especial atención a las características del alumnado y a las causas de la citada inasistencia. De forma general se aplicará el siguiente: Se les exigirá la entrega de una selección de las actividades realizadas en clase y se les realizará una prueba escrita de la materia no presentada. Para superar dicha prueba el alumno debe obtener una puntuación mínima de 5 puntos. Si no consiguiese aprobar, el procedimiento de recuperación será el mismo que en el apartado siguiente.

### \*Alumnos que pierden el derecho a la evaluación continua:

En el caso de que la inasistencia reiterada no sea debidamente justificada y el número de faltas de asistencia a esta materia implique la imposibilidad de aplicar la evaluación continua, el alumno o alumna será evaluado mediante una prueba final que constará en la entrega de una selección de las actividades realizadas en clase que el profesor considere, una prueba práctica y una prueba escrita, cuyo contenido se basará en los criterios de evaluación de esta materia, expuestos en esta programación, y será calificada en la evaluación final ordinaria. Para superar el examen el/la alumno/a deberá obtener una puntuación mínima de 5 puntos.

### \*Alumnos que repiten curso:

Deberán someterse a los criterios de calificación, instrumentos de evaluación y procedimientos de recuperación establecidos en la programación.

### \*Alumnos que tienen pendiente la materia:

Para aquellos alumnos o alumnas que tengan la materia de Educación Física pendiente, se garantiza la posibilidad de realizar una *prueba general y objetiva en el tercer trimestre*, según se establece en la normativa, debiendo alcanzar una puntuación mínima de 5 para poder superar dicha prueba.

No obstante podrán ser evaluados, si les es posible y así lo desean, a lo largo del curso. Para ello deben trabajar las actividades que el/la profesor/a le proponga. En todo caso estarán informados de las actividades programadas por el/la profesor/a (realización de trabajos, resúmenes, diferentes pruebas escritas, pruebas prácticas, ejercicios,...) para la recuperación de la materia.

#### **\*PRUEBAS EXTRAORDINARIAS**

Los alumnos o alumnas que no superen la materia en la prueba final ordinaria en junio tendrán la posibilidad de una prueba extraordinaria en Septiembre. Para ello deberán seguir las orientaciones dictadas por este departamento en esta programación, encaminadas a facilitar la superación de las pruebas extraordinarias. En dicha prueba es necesario alcanzar una nota de 5 puntos como mínimo para que sea superada positivamente.

## **11.-MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

### **11.1. LAS EXENCIONES.**

Según el B.O.C. del 16-8-1996, la exención en Educación Física tendrá exclusivamente la modalidad de exención parcial, debiéndose realizar la correspondiente adaptación curricular. Supondrá la dispensa a determinados ejercicios o actividades. El alumno deberá cursar los contenidos de la materia y aquellos otros ejercicios que con carácter general, se encuentre programados, compatibles con la limitación documentalmente acreditada.

Cuando por importante disminución física o sensorial el alumno no pueda realizar determinados ejercicios o actividades el Departamento de Educación Física elaborará una adaptación curricular significativa que modificará parcialmente los objetivos mínimos, indicándose expresamente los objetivos a alcanzar dentro de las posibilidades del alumno y los criterios de evaluación para considerarlos superados. Para estos alumnos:



1. Se les exigirá la asistencia a clase como al resto de los alumnos. En cada clase deberá tomar por escrito, en la ficha de clase correspondiente, todos y cada uno de los contenidos prácticos que el profesor tenga programada realizar con los alumnos. Semanalmente deberá entregar en forma de trabajo, todo el contenido desarrollado en clase, con el siguiente guión:

- Actividades/ ejercicios de clase.

-Problemas y dificultades que observen en las ejecuciones de sus compañeros.

- Valoración de la clase impartida.

2. Realizarán un examen teórico de todos los contenidos.

3. Entregarán un trabajo sobre su propia lesión, siguiendo el siguiente guión:

- Descripción o definición del problema o lesión.

- Síntomas y diagnóstico.

- tratamiento.

- Ejercicios de rehabilitación.

Si el alumno debe realizar una serie de ejercicios especiales o de rehabilitación, los podrá practicar en la propia clase de Educación Física.

Respecto a las ACI desde un punto de vista de capacidad conceptual, los informes muestran que estos alumnos no las necesitan, aunque sí serán tenidas en cuenta las adaptaciones curriculares que hayan tenido en cursos anteriores o las que decidan el equipo educativo con el asesoramiento del Departamento de Orientación.

**NOTA:** El alumno que viene a clase pero no participa activamente en la misma, deberá colaborar en el control y recogida del material, realizar una ficha de la sesión o presentar un trabajo puntual sobre un tema indicado por el profesor o profesora.

### 11.2. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN PARA UNA PERSONA EXENTA.

Los Criterios de Calificación son diferentes a los del resto de los grupos, tienen las siguientes modificaciones sobre la práctica motriz:

#### 1º) 40 % PARTICIPACIÓN Y TRABAJO DIARIO (4 Puntos por evaluación):

En caso de participación esporádica se valorarán, los días de participación como al resto de alumnado. Los días en que la participación sea nula se deberá recoger una ficha descriptiva de la sesión en que aparezca:

- Fecha de sesión.
- Objetivo de trabajo del día.
- Descripción técnica y gráfica de los ejercicios trabajados en clase.
- Explicaciones de la profesora de inicio de sesión y las efectuadas a lo largo de la sesión.
- Correcciones motrices del trabajo de compañeros y compañeras. Hay que estar atenta/o a las correcciones sobre la ejecución motriz que se da en cada ejercicio.
- Anotación de ejercicios de rehabilitación si se hicieran durante parte de la sesión de clase.

**IMPORTANTE:** *El simple hecho de entregar este diario no se cambia por los 4 puntos, la puntuación se realizará a través de la corrección de estas fichas observando el desarrollo de los apartados anteriormente nombrados, limpieza, organización y ortografía.*

**2º) 30% PRUEBAS PRÁCTICAS “MOTRICES” (3 puntos por evaluación)**

- Realizaremos un trabajo de preguntas guiadas sobre la ejecución motriz. Es obligado la entrega a mano (serán suspendidos los trabajos realizados a ordenador). En este trabajo entrarán preguntas sobre el trabajo técnico de las sesiones, para contestarlo con eficacia hay que estar atenta/o al trabajo de clase. Este trabajo se valorará sobre 10 puntos, el hecho de entregarlo no es la obtención directa de los 10 puntos, se corregirá atendiendo a:
  - La profundidad técnica de las cuestiones realizadas.
  - La presentación y ortografía.
  - Información y explicación sobre la propia lesión y posible recuperación o trabajo de mejora sobre la misma, tanto en el presente como a lo largo de la vida. Al igual que l@s otr@s compañer@s calcularemos el 30 % de la nota del trabajo.

**3º) 20 % PRUEBAS TEÓRICAS (3 puntos por evaluación) Igual que el resto de compañer@s**

**4º) 10% ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES PUNTUAES. 1 Punto por evaluación igual que al resto de compañeros.**

**12. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES**

Parte de las clases de Educación Física se realizarán fuera del centro escolar, en el campo de fútbol del Fayal, en la casa de la cultura o bien, en los terrenos traseros del instituto o el parque que está frente a la Casa de la Cultura. Como Actividades Complementarias y Extraescolares se propone desde este departamento las siguientes actividades.

RELACIÓN DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y/O EXTRAESCOLARES	
DEPARTAMENTO: <b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
ACTIVIDADES	FECHA/TRIMESTRE
<p style="text-align: center;"><b><u>1ºBACHILLER:</u></b></p> <p>- <b><u>SENDERISMO:</u></b> Se realizarán senderos por los alrededores de la comarca, de tal forma que saldremos caminando y llegaremos caminando.</p>	<p>- <b>Segundo trimestre</b></p>