



Criterios de evaluación para los alumnos de primer curso de la E.S.O.

1. Recopilar actividades, juegos, estiramientos y ejercicios de movilidad articular apropiados para el calentamiento y realizados en clase. Se comprobará que el alumnado, una vez ha realizado en clase juegos y ejercicios diversos para calentar, propuestos por el profesorado, recoge en soporte escrito o digital ejercicios que pueden ser utilizados en el calentamiento de cualquier actividad física.

2. Identificar los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida cotidiana. Se pretende analizar si, durante la práctica de actividad física, se identifican y llevan a cabo determinados hábitos, como por ejemplo usar la indumentaria adecuada, hidratarse durante la actividad o atender a su higiene personal después de las sesiones. Igualmente, se deberán reconocer las posturas adecuadas en las actividades físicas que se realicen y en acciones de la vida cotidiana como estar sentado, levantar cargas o transportar mochilas.

3. Incrementar las cualidades físicas relacionadas con la salud, trabajadas durante el curso respecto a su nivel inicial. Con este criterio se pretende que el alumnado se muestre autoexigente en su esfuerzo para mejorar los niveles de las cualidades físicas relacionadas con la salud. Para la evaluación se deberá tener en cuenta, sobre todo, la mejora respecto a sus propios niveles iniciales en las capacidades de resistencia aeróbica, fuerza resistencia y flexibilidad, y no sólo el resultado obtenido.

4. Mejorar la ejecución de los aspectos técnicos fundamentales de un deporte individual, aceptando el nivel alcanzado. Mediante este criterio se evaluará la progresión de las capacidades coordinativas en las habilidades específicas de un deporte individual. Además se observará si hace una autoevaluación ajustada de su nivel de ejecución, y si es capaz de resolver con eficacia los problemas motores planteados.

5. Realizar la acción motriz oportuna en función de la fase de juego que se desarrolle, ataque o defensa, en el juego o deporte colectivo propuesto. Se deberá demostrar que, en situaciones de ataque, se intenta conservar el balón, avanzar y conseguir la marca, seleccionando las acciones técnicas adecuadas; y, en situaciones de defensa, se intenta recuperar la pelota, frenar el avance y evitar que los oponentes consigan la marca. Dentro de este criterio también se tendrán en cuenta los aspectos actitudinales relacionados con el trabajo en equipo y la cooperación.

6. Mejorar el nivel de agilidad en un circuito en el que se combinen diferentes habilidades con o sin móvil respecto a su nivel inicial. El alumnado deberá demostrar la mejora en su nivel de agilidad; es decir, en aquellas actividades en las que se combinan por un lado, habilidades básicas como desplazamientos, saltos o giros y por otro, habilidades con móvil como conducciones, pases y recepciones, lanzamientos y golpes. Estas habilidades se realizarán en diferentes direcciones y sentidos y a la máxima velocidad posible. Para la evaluación se deberá tener en cuenta la mejora respecto a su propio nivel inicial en la ejecución de las diferentes habilidades propuestas.



7. Elaborar un mensaje de forma colectiva, mediante técnicas como el mimo, el gesto, la dramatización o la danza y comunicarlo al resto de grupos. Se pretende evaluar la capacidad de elaborar colectivamente un mensaje y comunicarlo, escogiendo alguna de las técnicas de expresión corporal trabajadas. Se analizará la capacidad creativa, así como la adecuación y la puesta en práctica de la técnica expresiva escogida. También se podrán evaluar todos aquellos aspectos relacionados con el trabajo en equipo en la preparación de la actividad final.

8. Seguir las indicaciones de las señales de rastreo en un recorrido por el centro o sus inmediaciones. Se deberá identificar el significado de las señales necesarias para completar el recorrido y, a partir de su lectura, seguirlas para realizarlo en el orden establecido y lo más rápido posible. También se valorará en este criterio la capacidad de desenvolverse respetuosamente con el entorno físico y social en el que se desarrolle la actividad.

9. Identificar las actividades que pueden realizarse en espacios abiertos cercanos al centro, así como el material y las condiciones necesarias para practicarlas con seguridad. El alumnado deberá conocer las actividades que pueden desarrollarse en las proximidades del centro educativo, así como las características de cada una de ellas. También identificará el material que se requiere para practicarlas y las medidas de seguridad, tanto propias como del entorno natural, para poder desarrollarlas con garantías.

Criterios de evaluación para los alumnos de segundo curso de la E.S.O.

1. Incrementar la resistencia aeróbica y la flexibilidad respecto a su nivel inicial. Se pretende comprobar que el alumnado es autoexigente en su esfuerzo para mejorar los niveles de resistencia y flexibilidad, mediante la participación activa en las sesiones. Se deberá tener en cuenta la mejora respecto a su propio nivel inicial, y no sólo respecto al resultado obtenido.

2. Reconocer a través de la práctica, las actividades físicas que se desarrollan en una franja de la frecuencia cardiaca beneficiosa para la salud. En relación a los conceptos, se evaluará si el alumnado calcula su zona de trabajo óptima a partir de un cálculo porcentual de su frecuencia cardiaca máxima teórica.

Posteriormente, en cuanto a los procedimientos, analizará si diferentes actividades físicas se encuentran dentro del intervalo de lo que se considera una actividad aeróbica.

3. Mostrar autocontrol en la aplicación de la fuerza y en la relación con el adversario, ante situaciones de contacto físico en juegos y actividades de lucha.

Este criterio servirá para comprobar si se aplica la fuerza de forma proporcionada atendiendo a la variabilidad de la situación y aplicando de forma correcta las técnicas enseñadas. También se valorará la capacidad de mostrarse respetuoso con el oponente, realizando la actividad de lucha dentro de las normas establecidas.

4. Manifestar actitudes de cooperación, tolerancia y deportividad tanto cuando se adopta el papel de participante como el de espectador en la práctica de un deporte colectivo. El alumnado participará en situaciones competitivas del deporte colectivo escogido. Se valorará su capacidad de implicarse y esforzarse en cumplir las



responsabilidades que le asigna su propio equipo. También se valorará el respeto a las normas, al árbitro, a los propios compañeros y a los oponentes, así como la aceptación del resultado. Cuando actúe como espectador, se valorará la capacidad de mostrarse participativo y motivado por la competición y el respeto a jugadores, al árbitro y sus decisiones.

5. Proponer y participar activamente en juegos o deportes populares y tradicionales de las culturas presentes en el entorno. El alumnado, de forma individual o colectiva, deberá buscar juegos o deportes tradicionales propios de la cultura de la zona, o de su lugar de origen, que puedan ser practicados por la mayoría de sus compañeros. Deberá explicar la actividad, contextualizándola dentro de la cultura en la que se desarrolla. Posteriormente, se evaluará la capacidad de participar activamente en todas las actividades, mostrando una actitud de respeto al material utilizado.

6. Crear y poner en práctica una secuencia armónica de movimientos corporales a partir de un ritmo escogido. El alumnado deberá escoger un ritmo y seleccionar una secuencia de movimientos para desarrollarlos armónicamente. Se valorará la adecuación de la secuencia al ritmo, así como la capacidad creativa y la desinhibición personal en la preparación y ejecución de la actividad.

7. Construir una composición corporal colectiva con sentido estético, basada en el equilibrio, a partir de una serie de indicaciones previas. Mediante este criterio se evaluará la capacidad creativa, el trabajo en equipo y el sentido del equilibrio del alumnado para realizar una figura o pirámide en grupo. En el momento de la evaluación el alumnado deberá ser informado del número de apoyos a realizar, las zonas de contacto con el suelo y el tiempo que dispone para crear la figura o pirámide. Se deberán comprobar que en la ejecución, se atiende a todas las medidas de seguridad propuestas a lo largo del proceso de aprendizaje.

8. Realizar de forma autónoma un recorrido de sendero, cumpliendo normas de seguridad básicas y mostrando una actitud de respeto hacia la conservación del entorno en el que se lleva a cabo la actividad. El alumnado será capaz de realizar el recorrido de forma autónoma cumpliendo unas normas de seguridad básicas como llevar una indumentaria adecuada, seguir el sendero y contar con todo el material necesario para completar el recorrido. También se evaluará la capacidad de usar recipientes donde depositar los residuos producidos durante la marcha, o cómo evolucionar por terrenos sin perjudicar la flora y la fauna del entorno.

Criterios de evaluación para los alumnos de tercer curso de la E.S.O.

1. Relacionar las actividades físicas con los efectos que producen en los diferentes aparatos y sistemas del cuerpo humano, especialmente con aquellos que son más relevantes para la salud. Se pretende saber si se conocen los aparatos y sistemas sobre los que incide la práctica de ejercicio físico, así como las adaptaciones que ésta produce. Se hará hincapié en aquellos aparatos y sistemas más directamente relacionados con la salud, es decir, básicamente al aparato cardiovascular y el aparato locomotor. Asimismo, se deberá mostrar la repercusión que dichos cambios tienen en la calidad de vida y en la autonomía de las personas en el curso de su vida.



2. Incrementar los niveles de resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia a partir del nivel inicial, participando en la selección de las actividades y ejercicios en función de los métodos de entrenamiento propios de cada capacidad. El alumnado conocerá un abanico de actividades y ejercicios que deberá combinar para, a partir de los métodos de entrenamiento establecidos por el profesorado, incrementar el nivel de las capacidades físicas citadas. Por lo tanto, deberá desarrollar un trabajo regular, autónomo y responsable encaminado al incremento de las cualidades físicas relacionadas con la salud, de acuerdo a sus posibilidades y basado en el esfuerzo diario.
3. Realizar ejercicios de acondicionamiento físico atendiendo a criterios de higiene postural como estrategia para la prevención de lesiones. Este criterio evalúa las ejecuciones correctas de muchos ejercicios, sobre todo de fuerza muscular y de flexibilidad que, realizadas incorrectamente, pueden resultar potencialmente peligrosos para la salud. Además deberá aplicar las pautas de movimiento facilitadas para transferirlas a las posiciones corporales de las actividades cotidianas.
4. Diseñar y llevar a la práctica un calentamiento orientado a cualquier actividad física y deportiva respetando sus características básicas. Con este criterio se pretende dotar al alumnado de herramientas suficientes para preparar un calentamiento para cualquier actividad física y deportiva. Se valorará la adecuación de los ejercicios y los estiramientos a la actividad posterior, su duración proporcional al tiempo de práctica de la actividad y realizados a una intensidad moderada.
5. Reflexionar sobre la importancia que tiene para la salud una alimentación equilibrada a partir del cálculo de la ingesta y el gasto calórico, teniendo en cuenta las raciones diarias de cada grupo de alimentos y de las actividades diarias realizadas. El alumnado calculará el aporte calórico de la ingesta y el consumo, reflexionando posteriormente sobre la importancia de mantener un equilibrio diario entre ambos aspectos. Asimismo, deberá ser consciente de los riesgos para la salud y las enfermedades que se derivan de los desequilibrios que se puedan producir entre la ingesta y el gasto calórico.
6. Resolver situaciones de juego reducido de uno o varios deportes colectivos, aplicando los conocimientos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos. Se deberá valorar prioritariamente la toma de decisiones necesaria para la resolución de situaciones de juego reducido más que la ejecución técnica de las habilidades que se desarrollan. Las situaciones escogidas serán aplicables a la mayoría de los deportes colectivos trabajados, fomentarán la participación y simplificarán los mecanismos de decisión.
7. Realizar labores arbitrales en el deporte colectivo elegido, aplicando las normas pactadas por el grupo. El alumnado deberá arbitrar las situaciones de juego del deporte elegido. Se valorará el conocimiento de las normas, la capacidad en la toma de decisiones, la seguridad en su actuación y la capacidad de diálogo con sus compañeros para solucionar posibles conflictos derivados del juego.
8. Realizar bailes por parejas o en grupo, indistintamente con cualquier miembro del mismo, mostrando respeto y desinhibición. El alumnado deberá interactuar



directamente con sus compañeros y compañeras, respetándose y adaptándose a cada uno de ellos. En la propuesta de formas jugadas o bailes se plantearán actividades donde la distancia y el contacto directo entre los integrantes sea variable, de menor a mayor proximidad entre los participantes, y serán seleccionadas en función de las características del grupo.

9. Completar una actividad de orientación, preferentemente en el medio natural, con la ayuda de un mapa y respetando las normas de seguridad. Se pondrá en juego la capacidad para completar una actividad en la que deberá orientarse con la ayuda de un mapa y si se considera pertinente, con la ayuda de otros métodos de orientación, atendiendo a las medidas de seguridad en relación sobre todo a la ropa y calzado adecuado, a la hidratación, al uso de mapas, etc.

Cada centro elegirá el espacio para realizar la actividad en función de sus instalaciones y su entorno, priorizando el hecho de llevar acabo dicha actividad en un entorno natural.

Criterios de evaluación para los alumnos de cuarto curso de la E.S.O.

1. Planificar y poner en práctica calentamientos autónomos, respetando pautas básicas para su elaboración y atendiendo a las características de la actividad física que se realizará. Se trata de comprobar si el alumnado ha adquirido una relativa autonomía en la planificación y puesta en práctica de calentamientos adecuados a las pautas y características requeridas para que sean eficaces. Se observará también que sean adecuados a la actividad física que se realizará.

2. Analizar los efectos beneficiosos y de prevención que el trabajo regular de resistencia aeróbica, de flexibilidad y de fuerza resistencia suponen para el estado de salud. Con este criterio de evaluación se pretende que el alumnado conozca los efectos y las adaptaciones generales que el trabajo continuado de cada cualidad física relacionada con la salud supone para el organismo y para la mejora del estado del mismo. También deberá reconocer los riesgos que comporta el déficit de actividad física diaria para la salud y la calidad de vida.

3. Diseñar y llevar a cabo un plan de trabajo de una cualidad física relacionada con la salud, incrementando el propio nivel inicial, a partir del conocimiento de sistemas y métodos de entrenamiento. A partir de la práctica y desarrollo de los sistemas y métodos de entrenamiento de las cualidades relacionadas con la salud, el alumnado elaborará un plan de trabajo de una de esas cualidades, con el objetivo de mejorar su nivel inicial. Se hará necesario guiar al alumnado en todo el proceso y proporcionar unas pautas básicas para el desarrollo del plan y recursos materiales que le permitan compilar ejercicios y actividades para el trabajo de la cualidad que ha decidido mejorar.

4. Analizar críticamente el propio estilo de vida, añadiendo cambios que impliquen una mejora de su salud y su calidad de vida. El alumnado deberá analizar sus hábitos diarios, tanto los que son beneficiosos para su salud como los que no, y hacer diferentes propuestas que le conllevarían una mejora de su salud. Se evaluará la capacidad para reconocer conductas de riesgo para su salud, la capacidad de



autoevaluación del tipo de vida que desarrolla y la adecuación de las propuestas a sus necesidades e inquietudes.

5. Resolver supuestos prácticos sobre las lesiones que se pueden producir en la vida cotidiana, en la práctica de actividad física y en el deporte, aplicando unas primeras atenciones. El alumnado demostrará tener un conocimiento teóricopráctico básico de las actuaciones que deben llevarse a cabo ante lesiones que puedan producirse en su entorno habitual y, concretamente, en la práctica de actividad física. Se incidirá muy especialmente en los aspectos preventivos y en aquellos que evitan la progresión de la lesión. El alumnado aprenderá por ejemplo a limpiar una herida o aplicar frío ante un traumatismo músculo-esquelético.

6. Manifestar una actitud crítica ante las prácticas y valoraciones que se hacen del deporte y del cuerpo a través de los diferentes medios de comunicación. Con este criterio se pretende que el alumnado, a partir del análisis de la información que ofrecen los medios de comunicación: prensa, revistas para adolescentes, Internet, radio, TV, aborde temáticas vinculadas al deporte y al cuerpo, vigentes en la sociedad y analice de forma crítica temas como la imagen corporal, los estilos de vida en la sociedad actual, los valores de las diferentes vertientes del deporte o la violencia y la competitividad.

7. Participar en la organización y puesta en práctica de torneos en los que se practicarán deportes y actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa. El alumnado colaborará en la organización de situaciones deportivas competitivas de los diferentes deportes realizados a lo largo de la etapa, además de participar activamente en las mismas. En estos encuentros, autogestionados por el propio alumnado, se valorará, en relación con la organización, aspectos como la iniciativa, la previsión y la anticipación ante posibles desajustes; y en cuanto a la práctica, aspectos como la participación activa, la colaboración con los miembros de un mismo equipo y el respeto por las normas y por los adversarios.

8. Participar de forma desinhibida y constructiva en la creación y realización de actividades expresivas colectivas con soporte musical. El alumnado deberá participar activamente en el diseño y ejecución de coreografías sencillas con soporte musical en pequeños grupos, en las que se valorará la capacidad de seguir el ritmo de la música, la expresividad del cuerpo, la originalidad de la coreografía, así como el seguimiento del trabajo de cada grupo a lo largo del proceso de creación de la coreografía.

9. Utilizar los tipos de respiración y las técnicas y métodos de relajación como medio para la reducción de desequilibrios y el alivio de tensiones producidas en la vida cotidiana. Con este criterio de evaluación se pretende que el alumnado sea capaz de aplicar autónomamente tipos de respiración y las técnicas y los métodos de relajación aprendidos a lo largo de la etapa. Se tendrán en cuenta indicadores tales como la localización y control de la respiración, la concentración, la disociación de sensaciones de tensión-relajación o frío-calor y las sensaciones corporales después de su uso.



CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA BACHILLERATO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE 1º CURSO DE BACHILLERATO

1. Incrementar las capacidades físicas de resistencia, flexibilidad y fuerza y resistencia muscular respecto a sí mismo y al entorno de referencia.
2. Diseñar de manera autónoma un plan de trabajo encaminado a la mejora de las distintas cualidades físicas básicas.
3. Analizar los efectos duraderos que son beneficiosos para la salud del trabajo sobre las cualidades físicas básicas.
4. Comportarse respetuosamente con el medio natural y utilizar las técnicas adecuadas en el desarrollo de actividades físicas en la naturaleza.
5. Practicar deportes colectivos, de ocio y recreación, aplicando las reglas, la técnica y elaborar estrategias de ataque y defensa.
6. Participar de forma activa en la realización de actividades físico – deportivas.
7. Utilizar técnicas de relajación para recobrar el equilibrio psicofísico y como preparación para el desarrollo de otras actividades.
8. Realizar mediante la aplicación de técnicas básicas, producciones artísticas sencillas, cooperando con los compañeros y dándoles un matiz expresivo.

Como complemento a los criterios de evaluación y para su explicitación y conocimiento por parte de todos los alumnos, se especifican LOS CRITERIOS DE CALIFICACION. A modo de orientación, y no perdiendo de vista que deben ser aplicados de forma flexible, proponemos los siguientes criterios de calificación:

1. ASISTENCIA:

a. Aquellos alumnos que superen el 25% de ausencias sin justificar en cada trimestre deberán recuperar los contenidos de las Unidades Didácticas desarrolladas.

1º Trimestre: 26 – 28 sesiones: 6 faltas.

2º Trimestre: 20 sesiones: 4 faltas.

3º trimestre: 20 – 2 sesiones: 5 faltas.

b. Aquellos alumnos que superen el 25% de ausencias en dos trimestres perderán los derechos a las pruebas de suficiencia a realizar en junio.

2. ASPECTOS ACTITUDINALES/COMPORTAMIENTO: 40% DE LA NOTA TRIMESTRAL /FINAL.

a. Respeto a profesores, compañeros, personal no docente y material didáctico: 10%.

b. Esfuerzo y participación del alumnos en el aula 10%.

c. Obligatoriedad de asistir y participar con ropa adecuada: 10%.

d. Respeto a las normas de espera, organización y normas de desplazamiento a las aulas específicas: 10%.

3. ASPECTOS CONCEPTUALES: 60% DE LA NOTA TRIMESTRAL/FINAL.

a. Quedan reflejados en los distintos criterios de evaluación de los distintos cursos, así como en las distintas Unidades Didácticas.

CRITERIOS DE CALIFICACION PARA LA CONVOCATORIA DE SUFICIENCIA:

correo electrónico: ies.miguelfernandez@mecmelilla.es

General Astilleros, 74
52006 Melilla
Tfno.: 952672517
Fax: 952671489



Los alumnos que hagan uso de esta convocatoria solo se presentarán a las evaluaciones suspendidas, siempre y cuando no hayan superado en el transcurso de las mismas del porcentaje de faltas establecido y no hayan presentado problemas de actitud.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA LA CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA DE SEPTIEMBRE:

Aunque queda un poco a criterio de los distintos profesores que componen el departamento, motivado por las características que presenten dichos alumnos en la no superación de la asignatura en la convocatoria de Junio, se fijan los siguientes criterios de uso en dicha convocatoria:

- Los alumnos que tengan que hacer uso de esta evaluación extraordinaria, deberán evaluarse del curso completo.
- Examen teórico sobre los conceptos impartidos en las clases teóricas.
- Y a elección del profesorado examen práctico sobre las distintas habilidades motrices y deportivas trabajadas durante el curso.
- Y a elección del profesorado, presentación de trabajos teóricos, si estuvieran pendientes de su realización.

EXENCIÓN TEMPORAL EN LA SESIÓN PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA:

Los alumnos con problemas médicos certificados previamente, podrán tener la opción de la entrega de trabajos escritos, siempre y cuando hayan cumplido también con la asistencia y la actitud debida.