

**Toda esta información está recogida en la programación de la asignatura de E.F. para el curso 2023-24 y estas hojas informativas están publicadas en el blog del departamento**

---

#### **IV. LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y LOS SABERES BÁSICOS Y LA DISTRIBUCIÓN TEMPORAL EN UNIDADES DIDÁCTICAS, PROYECTOS INTERDISCIPLINARES Y SITUACIONES DE APRENDIZAJE**

---

a) CRITERIOS DE EVALUACIÓN, SABERES BÁSICOS Y DISTRIBUCIÓN TEMPORAL EN UNIDADES DIDÁCTICAS.

Este apartado se hará publico a todos los alumnos implicados en nuestro blog: ***bloggillamas***

**<http://bloggillamas.blogspot.com/search/label/Estándares%20de%20aprendizaje%20esenciales%20de%20E.F%20C3%ADsica%20y%20ESPADE>**.

Basándonos en los currículos oficiales anteriormente citados (en este caso los correspondientes a la LOMLOE), a continuación, especificamos en forma de unidades didácticas las actividades concretas que se van a llevar a cabo para desarrollarlo (partiendo de la concreción de los criterios de evaluación).

#### **1º ESO**

1. U.D. Condición física y salud.
2. Pruebas de valoración.
3. U.D. Flooball
4. U.D. Habilidades Gimnásticas I
5. U.D. Expresión Corporal I
6. U.D. Minitenis
7. U.D. Voleibol
8. U.D. Juegos y deportes tradicionales
9. U.D. Actividades en la Naturaleza (Rastros e iniciación a la orientación)
10. Actividades complementarias. En función de las oportunidades y ofertas.

#### **2º ESO**

1. U.D. Condición física y salud.
2. Pruebas de valoración.
3. U.D. Baloncesto I
4. U.D. Habilidades Gimnásticas II
5. U.D. Expresión Corporal II
6. U.D. Esgrima
7. U.D. Bicicleta
8. U.D. Atletismo I
9. U.D. Balonmano
10. Orientación
11. Actividades complementarias. En función de las oportunidades y ofertas.

#### **3º ESO**

1. U.D. Condición física y salud.

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

2. U.D. Retos
3. U.D. Badminton.
4. U.D. Kendo
5. U.D. Acrosport
6. U.D. Expresión Corporal
7. U.D. Baloncesto
8. U.D. Juegos y deportes populares U.D. Palas
9. U.D. Atletismo
10. U.D. Actividades en la naturaleza y actividades complementarias. En función de las posibilidades, calendario y viabilidad.(Al menos 2 sesiones/actividades).

### 4º ESO

1. U.D. Condición física y salud.
2. Pruebas de valoración.
3. U.D. Remo. \*\*
4. U.D. Coordinación motora (Combas)
5. U.D. Acrodance
6. U.D. Juegos y deportes recreativos (Ultimate y Colpbol)
7. U.D. Bicicleta y Btt
8. U.D. Patinaje
9. U.D. Fútbol
11. Actividades en la naturaleza y actividades complementarias. En función de las posibilidades, calendario y viabilidad. (Al menos 2 sesiones/Actividades)

### 1º BACHILLERATO (\* Todas las sesiones en este nivel son de 2 horas consecutivas)

1. U.D. Condición física y salud.
2. U.D. Diseño y ejecución de un plan de entrenamiento para la promoción de la actividad física o la salud.
3. U.D. Pruebas de valoración.
4. U.D. Juegos y deportes tradicionales (Pala Cantabra) \*1 (se darán medias sesiones durante la U.D. de Condición Física al final de cada sesión). La evaluación y calificación se realizará al final de abril, para dar tiempo a los alumnos/as a poder practicar durante el curso y pudiendo utilizar el material del instituto y los recreos activos.
5. U.D. Actividades acuáticas en piscina.
6. U.D. RCP.
7. U.D. Bicicleta
8. U.D. Expresión Corporal III
9. U.D. Salidas Profesionales relacionadas con la Actividad Física.
10. U.D. Salvamento deportivo.
11. Actividades en la naturaleza y actividades complementarias. En función de las posibilidades, calendario y viabilidad.

**Muy Importante:** la ubicación temporal, así como el número de sesiones de los contenidos es sugerida pero no está cerrada, ya que depende del clima, el calendario festivo y de la disponibilidad de las instalaciones en función de coincidencias horarias y del ajuste temporal con aquellas entidades con las que mantenemos convenios de colaboración.

HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)  
RELACIÓN CRITERIOS DE EVALUACIÓN CON LOS SABERES BÁSICOS

<b>1º ESO</b>	
<b>Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas</b>	<b>Saberes básicos</b>
1.1. Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. Unidad didáctica: Todas	A3. 2 La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. B1 Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. Unidad didáctica: Todas	A1.1 Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adaptación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. A1.2 Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. A1.3 Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. B3 Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).
1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. Unidad didáctica: 1 y 2	A1.4 Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. B5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. Unidad didáctica: 1 y 2	B6. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Técnica PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB
1.5. Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción. Unidad didáctica: 1, 2 y 5	A2.1 Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. A2.2 Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz.
1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. Unidad didáctica: 5 y 9	B4. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6 y 7</p>	<p>B4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. B2. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.</p>
<p>2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. Unidad didáctica: 2, 3, 5, 6 y 7</p>	<p>B1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. C1. Toma de decisiones: 1. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. 2. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. 3. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. 4. Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. 5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p>
<p>2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. Unidad didáctica: 5</p>	<p>C2. Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas. (No lo tengo claro) C3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas, con enfoque recreativo.. C4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.</p>
<p>3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros. Unidad didáctica: 3, 6 y 7</p>	<p>D1.3 Gestión emocional: Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. D3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo</p>
<p>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. Unidad didáctica: 5 y 9</p>	<p>C5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.</p>

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<p>3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. Unidad didáctica: 3, 5, 7 y 9</p>	<p>D2. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.  D4. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas o sexistas).  A2.3. Comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.</p>
<p>4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia de Cantabria como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. Unidad didáctica: 5 y 8</p>	<p>E1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.  Práctica de juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia de Cantabria como con otras .</p>
<p>4.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6, 7 y 8</p>	<p>E4. Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras masculinas y femeninas. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y otras).  E5. Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.</p>
<p>4.3. Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. Unidad didáctica: 5</p>	<p>E2. Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.  E3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.</p>
<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. Unidad didáctica: 9</p>	<p>F5. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural.  F4. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.  F6. Iniciación en técnicas propias de las actividades físico-deportivas en entornos naturales.</p>

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<p>5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. Unidad didáctica: 9</p>	<p>F1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos.          F2. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Conquista y utilización de espacios urbanos desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).          F3. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural: medidas de seguridad en actividades con posibles consecuencias graves en el medio natural.</p>
--	---

2º ESO	
Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas	Saberes básicos
<p>1.1. Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. Bloque 1, 2 y 3</p>	<p>A3. 2 La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.          B1 Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.</p>
<p>1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. Bloque 1, 2 y 3</p>	<p>A1.1 Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adaptación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.          A1.2 Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos.          A1.3 Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbopélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.          B3 Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).</p>
<p>1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. Bloque 1</p>	<p>A1.4 Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.          B5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</p>
<p>1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. Bloque 1</p>	<p>B6. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Técnica PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB)</p>
<p>1.5. Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción. Bloque 1</p>	<p>A2.1 Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.          A2.2 Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz.</p>

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<p>1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. Unidad didáctica: 5 y 9</p>	<p>B4. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.</p>
<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. Bloque 1 y 2</p>	<p>B4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. B2. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.</p>
<p>2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. Bloque 1, 2 y 3</p>	<p>B1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. C1. Toma de decisiones: 1. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. 2. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. 3. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. 4. Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. 5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p>
<p>2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. Bloque 2</p>	<p>C2. Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas. (No lo tengo claro) C3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas, con enfoque recreativo.. C4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.</p>
<p>3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros. Bloque 1 y 2</p>	<p>D1.3 Gestión emocional: Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. D3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo</p>

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<p>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. Bloque 2</p>	<p>C5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.</p>
<p>3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. Bloque 1, 2 y 3</p>	<p>D2. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. D4. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas o sexistas). A2.3. Comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.</p>
<p>4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico- expresivas vinculadas tanto con la cultura propia de Cantabria como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. Bloque 2</p>	<p>E1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. Práctica de juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia de Cantabria como con otras .</p>
<p>4.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones. Bloque 1, 2 y 3</p>	<p>E4. Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras masculinas y femeninas. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y otras). E5. Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.</p>
<p>4.3. Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. Bloque 2</p>	<p>E2. Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación. E3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.</p>
<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. Bloque 3</p>	<p>F5. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural. F4. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz. F6. Iniciación en técnicas propias de las actividades físico-deportivas en entornos naturales.</p>
<p>5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. Bloque 3</p>	<p>F1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos. F2. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Conquista y utilización de espacios urbanos desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares). F3. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural: medidas de seguridad en actividades con posibles consecuencias graves en el medio natural.</p>



## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<b>3º ESO</b>	
<b>Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas</b>	<b>Saberes básicos</b>
1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal. U.D. 1	A3. 2 La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. B1 Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
1.2.- Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una actividad motriz saludable y responsable. UD Todas	A1.2. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). A1.3. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). B2 Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo B3 Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.
1.3.- Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. UD 1	A1.4. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. B5 Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios UD 1/6/10	B6 Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).
1.5.- Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. UD 1	A2.1. Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. A3.2 Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. A3.3. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada.
1.6.- Planificar y desarrollar con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de la AFD. UD 1	B4 Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<p>2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir el trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/10</p>	<p>B2 Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo B4 Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de coevaluación (para) registrando y controlando las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p>
<p>2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. UD 2/3/4/7/8/10</p>	<p>C1 Toma de decisiones: 1. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. 2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. 3. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. 4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. 5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. C2 Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.</p>
<p>2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10</p>	<p>C3 Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento C4 Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.</p>
<p>3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros. UD 2/3/4/5/7/8/9</p>	<p>A2.1. Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. D3 Respeto a las reglas: dopaje y otras trampas en el deporte profesional. B1 Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización.</p>
<p>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del</p>	<p>C5 Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.</p>

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<p>tiempo de práctica y la optimización del resultado final. UD 2/5/6</p>	
<p>3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio- económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10</p>	<p>D1 Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. D2 Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. D4 Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas o sexistas).</p>
<p>4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. UD 4/8</p>	<p>E1 Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. E5 Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos. Práctica de diversas modalidades deportivas relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo.</p>
<p>4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo. UD 6</p>	<p>E4 Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.</p>
<p>4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad. UD 5 Y 6</p>	<p>3. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. E2 Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal. E3 Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. Organización de espectáculos, veladas y eventos artístico-expresivos.</p>
<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. UD 1/7/8/9/10</p>	<p>F4 Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. F6 Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural. F7. Profundización de técnicas propias de las actividades físico-deportivas en entornos naturales.</p>

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<p>5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. UD 1/7/8/9/10</p>	<p>F1 Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos.                  F2 Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares)                  F3 Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural: gestión del riesgo propio y del de los demás en el medio natural. Medidas colectivas de seguridad.                  F4 Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física                  F5 Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.</p>
--	--

1º BACHILLERATO	
Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas	Saberes básicos
<p>1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos. UNIDAD DIDÁCTICA: 2</p>	<p>A3. 2 La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.                  B1 Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.</p>
<p>1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales. UNIDAD DIDÁCTICA: Todas</p>	<p>A1.3 Dietas equilibradas según las características físicas y personales: alimentos saludables                  A1.2 Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud.                  A1.5 Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.                  A3.1 Técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva.                  A3.2 Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros.                  A3.3. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.</p>
<p>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 6</p>	<p>B5 Actuaciones críticas ante accidentes. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).                  B6 Protocolos ante alertas escolares.</p>

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<p>1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. UNIDAD DIDÁCTICA: 1 y 8</p>	<p>A2.1. Prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. A2.2 Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. B4 Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.</p>
<p>1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales. UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 3</p>	<p>A1.4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p>
<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar y garantizar una evaluación democrática incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. UNIDAD DIDÁCTICA: 2 y 8</p>	<p>B1 Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares). B2 Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias. B3 Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar). Nuevo→ Autoevaluación y coevaluación de proyectos motores ajustada a la realidad.</p>
<p>2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. UNIDAD DIDÁCTICA: 4, 5 y 10</p>	<p>C1 Toma de decisiones: 1. Resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. 2. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. 3. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. 4. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. 5. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.</p>
<p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. UNIDAD DIDÁCTICA: 4, 5, 7 y 10</p>	<p>C2 Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales y reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica. (No lo tengo claro) C4 Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.</p>

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. UNIDAD DIDÁCTICA: 2, 7,9 y 10</p>	<p>C3 Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.</p>
<p>3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. UNIDAD DIDÁCTICA: 3,4 y 8</p>	<p>C5 Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles. D4 Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros. (No lo tengo claro)</p>
<p>3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención precoz y el abordaje de las mismas. UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 3, 5</p>	<p>D2 Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo, animando a su participación y respetando las diferencias. D3 Normas extradeporativas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares. D5 Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas o sexistas).</p>
<p>4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. UNIDAD DIDÁCTICA: 4 y 9</p>	<p>A.2.3. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales de ambos géneros. E1 Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes. E4 Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte. E5 Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia en medios de comunicación. E6 Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.</p>
<p>4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad. UNIDAD DIDÁCTICA: 8</p>	<p>E2 Técnicas específicas de expresión corporal E3 Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o expresiva.</p>

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<p>4.3. Practicar con autonomía juegos y deportes tradicionales y autóctonos, consolidando los aprendizajes adquiridos en la etapa anterior. UNIDAD DIDÁCTICA 4</p>	
<p>5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios, en los que se desarrollen. UNIDAD DIDÁCTICA: 7 y 10</p>	<p>F1 Fomento del transporte activo y sostenible en actividades cotidianas.                      F5 Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad.                      F6 Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural.                      F7. Consolidación de técnicas propias de la práctica de actividades físico-deportivas en entornos naturales.</p>
<p>5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes. UNIDAD DIDÁCTICA: 7 y 10</p>	<p>F2 Análisis de las posibilidades del entorno urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.                      F3 Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad o similares).                      F4 Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.                      F5 Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad.</p>

## VII. LOS PROCEDIMIENTOS, ACTIVIDADES E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO.

### A.-EVALUACIÓN

La evaluación con carácter general se establece en varios planos:

- **Inicial.** Basada en la observación y/o realización de pruebas de valoración estandarizadas. Sirve para el establecimiento de los niveles de partida del alumnado.
- **Continua.** Es la que marca el desarrollo del curso, la constante sucesión de actividades, el encargo de tareas y trabajos, la realización del cuaderno del alumno (segundo ciclo y bachillerato), la observación por parte del profesor, el registro de marcas, el control de asistencia... son componentes que ayudan a poder establecer una valoración adecuada en cualquier momento del curso, y que oficialmente se expresa en forma de calificación en la 1ª, 2ª y 3ª (Final) evaluaciones. Y las cualitativas (preevaluación).
- **Autoevaluación.** El alumno forma parte imprescindible del proceso de evaluación. El aprendizaje no sería posible sin ello. Algunas tareas son diseñadas precisamente para facilitar esta labor por su parte.

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

- **Coevaluación.** En determinadas actividades (sobre todo de tipo grupal) la evaluación entre iguales forma parte inherente del proceso de aprendizaje. Este recurso es utilizado de manera informal en la mayoría de las actividades de grupo o equipo, y se incluye en algunas ocasiones como complemento de calificación.
- **Evaluación final.** La evaluación final es la manifestación explícita de la calificación al finalizar el curso. Puede provenir de dos vías. 1ª el estado de la evaluación continua al finalizar el curso; y 2ª para aquellos que no hayan superado el curso de forma continua, existe una convocatoria en forma de prueba extraordinaria que, según las directrices marcadas por la Consejería de Educación, se celebrará en junio. Explícitamente para el caso de 1º de bachillerato, contamos con una prueba final en junio y a ella debe presentarse el alumnado que no supera el curso por evaluaciones. En caso de no superar esta prueba final iría con los contenidos pendientes a la extraordinaria unos días después.
- **Evaluación externa.** En aquellas unidades didácticas en las que hay colaboración de entidades externas al IES, aprovechamos tal circunstancia para añadir una evaluación de tipo externo al proceso de evaluación. De esta forma nuestro alumnado disfruta de una valoración ajena a la perspectiva de sus docentes habituales y la programación asegura algunos mecanismos de evaluación externa que resultan fundamentales para asegurar una evaluación de programas que no dependa exclusivamente de la autoevaluación del propio departamento.

Cuando algún alumno es evaluado negativamente en alguna de las evaluaciones durante el curso, su recuperación consistirá en el cumplimiento de alguna tarea pendiente, su enmienda en posibles problemas de asistencia, equipamiento, disciplina, etc., su mejora en los contenidos siguientes... de tal forma que la evaluación continua manifestará en la siguiente ocasión el estado académico del alumno.

Si la calificación negativa se produce en la última evaluación, el alumno en cuestión deberá presentarse a la prueba extraordinaria en la que podrá recuperar aquellos contenidos pendientes o no superados durante el curso (esta circunstancia sólo en el caso de bachillerato, en base al nuevo real decreto pendiente de publicación). Y si de nuevo allí es evaluado negativamente, allí acaba el proceso de evaluación de ese curso.

### B.-PROCEDIMIENTOS

Los procedimientos utilizados para obtener datos para la evaluación se basarán en los siguientes procedimientos: observación sistemática, análisis de producciones de los alumnos, intercambios orales y pruebas específicas. Sirvan de ejemplo los siguientes:

- Observación de la clase y del comportamiento y ejecuciones del alumnado en las actividades.
- Monitorización de datos objetivos de asistencia, participación, equipación necesaria, retrasos, cumplimiento de normas de seguridad, comportamiento, respeto, etc.
- Pruebas de ejecución práctica (deportivas, de expresión, etc).
- Pruebas de conocimientos teóricos (escritas y orales).
- Control del diario del alumno.
- Medición de marcas en pruebas de valoración objetiva.
- Corrección de trabajos solicitados.
- Cuestionarios

Tal y como se exige en el diseño de la programación, los instrumentos que usaremos para medir lo anterior serán los siguientes instrumentos:

- Escalas de observación
- Listas de control



## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

- Registro anecdótico
- Rúbricas
- Escalas de valoración
- Escala graduada
- Fichas de seguimiento

### C. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Este apartado se hará público a todos los alumnos implicados en nuestro blog: ***bloggillamas***

<http://bloggillamas.blogspot.com/search/label/Est%C3%A1ndares%20de%20aprendizaje%20esenciales%20de%20E.F%C3%ADsica%20y%20ESPADE>.

### ESPECIFICACIÓN DE PORCENTAJES POR CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1º ESO		
TRIMESTRE/EV.	Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas	PORCENTAJES
1ª EVALUACIÓN	1.1.- Establecer y organizar secuencias sencillas de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. Unidad didáctica: Todas	5%
	1.2.- Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. Unidad didáctica: 1 y 2	25%
	1.3.- Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de AF, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. Unidad didáctica: 1 y 2	15%
	1.4.- Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de AF, aplicando los auxilios. Unidad didáctica: 1 y 2	5%
	1.5.- Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción. Unidad didáctica: 1, 2 y 5	5%
	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6 y 7	20%
	2.2.- Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación. Unidad didáctica: 2, 3, 5, 6 y 7	20%

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

	<p>3.1.- Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. Unidad didáctica: 3, 6 y 7</p>	5%
	<p>3.3.- Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier violencia. Unidad didáctica: 3, 5, 7 y 9</p>	5%
	<p>4.2.- Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6, 7 y 8</p>	5%
<b>2ª EVALUACIÓN</b>	<p>1.2.- Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. Unidad didáctica: 1 y 2</p>	10%
	<p>2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6 y 7</p>	20%
	<p>2.2.- Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación. Unidad didáctica: 2, 3, 5, 6 y 7</p>	20%
	<p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía</p>	25%
	<p>3.1.- Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. Unidad didáctica: 3, 6 y 7</p>	10%
	<p>3.3.- Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier violencia. Unidad didáctica: 3, 5, 7 y 9</p>	10%
	<p>4.2.- Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6, 7 y 8</p>	15%

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

<b>3ª EVALUACIÓN</b>	<p>1.2.- Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. Unidad didáctica: 1 y 2</p>	10%
	<p>2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6 y 7</p>	20%
	<p>2.2.- Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación. Unidad didáctica: 2, 3, 5, 6 y 7</p>	10%
	<p>3.1.- Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. Unidad didáctica: 3, 6 y 7</p>	5%
	<p>3.2.- Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. Unidad didáctica: 5 y 9</p>	10%
	<p>3.3.- Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier violencia. Unidad didáctica: 3, 5, 7 y 9</p>	5%
	<p>4.1.- Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas con la cultura de Cantabria y otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia hoy día. Unidad didáctica: 5 y 8</p>	10%
	<p>4.2.- Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6, 7 y 8</p>	5%
	<p>4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con o sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>	15%
	<p>5.1.- Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. Unidad didáctica: 9</p>	10%
	<p>5.2.- Practicar AFDMM y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. Unidad didáctica: 9</p>	10%

HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

2º ESO		
TRIMESTRE/E V.	Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas	PORCENTAJES
1ª EVALUACIÓN	1.1.- Establecer y organizar secuencias sencillas de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. Bloque 1: Cuido mi cuerpo	5%
	1.2.- Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. Bloque 1: Cuido mi cuerpo	20%
	1.3.- Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de AF, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. Bloque 1: Cuido mi cuerpo	15%
	1.4.- Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de AF, aplicando los auxilios. Bloque 1: Cuido mi cuerpo	10%
	1.5.- Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción. Bloque 1: Cuido mi cuerpo	10%
	1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. Bloque 1: Cuido mi cuerpo	10%
	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. Bloque 1: Cuido mi cuerpo	15%
	3.1.- Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. Bloque 2: Mi cuerpo en movimiento	20%
	3.3.- Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier violencia. Bloque 1: Cuido mi cuerpo	5%
2ª EVALUACIÓN	1.2.- Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. Bloque 2: Mi cuerpo en movimiento	10%

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

	<p>2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>Bloque 2: Mi cuerpo en movimiento</p>	15%
	<p>2.2.- Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>Bloque 2: Mi cuerpo en movimiento</p>	20%
	<p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía</p> <p>Bloque 2: Mi cuerpo en movimiento</p>	15%
	<p>3.1.- Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>Bloque 2: Mi cuerpo en movimiento</p>	10%
	<p>3.2.- Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p> <p>Bloque 2: Mi cuerpo en movimiento</p>	10%
	<p>3.3.- Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier violencia.</p> <p>Bloque 2: Mi cuerpo en movimiento</p>	10%
	<p>4.2.- Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.</p> <p>Bloque 2: Mi cuerpo en movimiento</p>	5%
	<p>4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con o sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p> <p>Bloque 2: Mi cuerpo en movimiento</p>	15%
3 <sup>a</sup> EVALUACIÓN	<p>1.2.- Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices.</p> <p>Bloque 3: Mi cuerpo en mi entorno</p>	10%

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

3.1.- Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. Bloque 3: Mi cuerpo en mi entorno	15%
3.3.- Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier violencia. Bloque 3: Mi cuerpo en mi entorno	15%
4.1.- Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas con la cultura de Cantabria y otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia hoy día. Bloque 3: Mi cuerpo en mi entorno	20%
4.2.- Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones. Bloque 2: Mi cuerpo en movimiento	10%
5.1.- Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. Bloque 3: Mi cuerpo en mi entorno	25%
5.2.- Practicar AFDMN y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. Bloque 3: Mi cuerpo en mi entorno	15%

3º ESO		
TRIMESTRE/ EV.	Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas	PORCENTAJES
<b>1ª EVALUACIÓN</b>	1.1.- Planificar y autorregular la práctica de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal. U.D. 1	5%
	1.2.- Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de AF, interiorizando las rutinas propias de una AFS. UD 1/5	30%
	1.3.- Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. UD 1	5%
	1.5.- Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. UD 1	3%
	1.6.- Planificar y desarrollar con seguridad la práctica física cotidiana manejando aplicaciones digitales del ámbito de la AFD. UD 1	4%

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

	2.1.- Desarrollar proyectos motores individuales, cooperativos o colaborativos, estableciendo mecanismos para reconducir el trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/10	15%
	2.2.- Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficiente// las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de PDE en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. UD 2/3/4//7/8/10	10%
	2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	8%
	3.1.- Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros. UD 2/3/4/5/7/8/9	10%
	3.2.- Cooperar/colaborar en la práctica de diferentes producciones y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en las decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo y la optimización del resultado.UD 2/5/6	5%
	3.3.- Relacionarse y entenderse con el resto de participantes en el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo del diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad (género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de CM), y posicionándose activa// frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias... UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	10%
	5.1.- Participar en AFDMN terrestres o acuáticas, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando su impacto ambiental, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a su conservación y mejora. UD 1/9/10	5%
<b>2ª EVALUACIÓN</b>	1.2.- Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de AF, interiorizando las rutinas propias de una AFS. UD 1/5	5,20%
	1.3.- Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. UD 1/5	10,40%
	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando primeros auxilios UD 1/6/10	5,20%
	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, asegurando una participación equilibrada e incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/9/10	5,20%
	2.2.- Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficiente// las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de PDE en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. UD 2/3/4/7/8/10	10,40%

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

	2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	20,80%
	3.1.- Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros.. UD 2/3/4/5/7/8/9	10,40%
	3.2.- Cooperar/colaborar en la práctica de diferentes producciones y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en las decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo y la optimización del resultado. UD 2/5/6	5,20%
	3.3.- Relacionarse y entenderse con el resto de participantes en el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo del diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad (género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de CM), y posicionándose activa// frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias... UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	15,60%
	4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.UD 4/8	6,00%
	4.2.- Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.UD 6	5,20%
	4.3.- Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionada// y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y la comunidad. UD 5 Y 6	5,20%
	5.1.- Participar en AFDMN terrestres o acuáticas, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando su impacto ambiental, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a su conservación y mejora. UD 1/9/10	5,20%
<b>3ª EVALUACIÓN</b>	1.2.- Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de AF, interiorizando las rutinas propias de una AFS. UD 1/5	5,00%
	1.4.- Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando primeros auxilios. UD 1/6/10	10,00%
	2.1.- Desarrollar proyectos motores individuales, cooperativos o colaborativos, estableciendo mecanismos para reconducir el trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/10	10,00%



## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

	2.2.- Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficiente// las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de PDE en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.. UD 2/3/4//7/8/10	15,00%
	2.3.- Evidenciar control corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	20,00%
	3.1.- Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros. UD 2/3/4/5/7/8/9	10,00%
	4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. UD 4/8	10,00%
	5.1.- Participar en AFDMN terrestres o acuáticas, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando su impacto ambiental, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a su conservación y mejora. UD 1/7/8/9/10	5,00%
	4.2.- Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.UD 6	15,00%
	4.3.- Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionada// y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y la comunidad. UD 5 Y 6	5,00%
	5.2.- Diseñar y organizar AFDMN y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. UD 1/7/8/ 9/10	5,00%

4º ESO		
TRIMESTRE/ EV.	Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas	PORCENTAJES
1ª EVALUACIÓN	1.1.- Establecer y organizar secuencias sencillas de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. Unidad didáctica: Todas	5
	1.2.- Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de AF, interiorizando las rutinas propias de una AFS. UD 1/5	25

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

1.3.- Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. UD 1/5	5
1.5.- Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. UD 1	3
1.6.- Planificar y desarrollar con seguridad la práctica física cotidiana manejando aplicaciones digitales del ámbito de la AFD. UD 1	4
2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, asegurando una participación equilibrada e incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/9/10	15
2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	15
3.1.- Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros.. UD 2/3/4/5/7/8/9	8
3.2.- Cooperar/colaborar en la práctica de diferentes producciones y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en las decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo y la optimización del resultado. UD 2/5/6	10
3.3.- Relacionarse y entenderse con el resto de participantes en el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo del diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad (género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de CM), y posicionándose activa// frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias... UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	5
4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.UD 4/8	5
4.2.- Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.UD 6	5

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

	5.1.- Participar en AFDMN terrestres o acuáticas, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando su impacto ambiental, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a su conservación y mejora. UD 1/9/10	5
<b>2ª EVALUACIÓN</b>	1.2.- Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de AF, interiorizando las rutinas propias de una AFS. UD 1/5	5
	1.3.- Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. UD 1/5	5
	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando primeros auxilios UD 1/6/10	10
	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, asegurando una participación equilibrada e incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/9/10	10
	2.2.- Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficiente// las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de PDE en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. UD 2/3/4/7/8/10	10
	2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	20
	3.1.- Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros.. UD 2/3/4/5/7/8/9	5
	3.2.- Cooperar/colaborar en la práctica de diferentes producciones y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en las decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo y la optimización del resultado. UD 2/5/6	10
	3.3.- Relacionarse y entenderse con el resto de participantes en el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo del diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad (género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de CM), y posicionándose activa// frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias... UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	15

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

	4.2.- Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.UD 6	5
	4.3.- Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionada// y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y la comunidad. UD 5 Y 6	10
	5.1.- Participar en AFDMN terrestres o acuáticas, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando su impacto ambiental, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a su conservación y mejora. UD 1/9/10	5
<b>3ª EVALUACIÓN</b>	1.1.- Establecer y organizar secuencias sencillas de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. Unidad didáctica: Todas	10
	1.3.- Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. UD 1/5	10
	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando primeros auxilios UD 1/6/10	10
	1.6.- Planificar y desarrollar con seguridad la práctica física cotidiana manejando aplicaciones digitales del ámbito de la AFD. UD 1	5
	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, asegurando una participación equilibrada e incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/9/10	10
	2.2.- Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficiente// las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de PDE en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. UD 2/3/4/7/8/10	10
	2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	30
	3.2.- Cooperar/colaborar en la práctica de diferentes producciones y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en las decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo y la optimización del resultado. UD 2/5/6	10

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

	5.1.- Participar en AFDMN terrestres o acuáticas, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando su impacto ambiental, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a su conservación y mejora. UD 1/9/10	5
	5.2.- Diseñar y organizar AFDMN y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. UD 1/7/8/ 9/10	10

1º BACHILLERATO		
TRIMESTRE/EV.	Criterios de Evaluación / Unidades Didácticas	PORCENTAJES
<b>1ª EVALUACIÓN</b>	1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos. UNIDAD DIDÁCTICA: 2	31%
	1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales. UNIDAD DIDÁCTICA:1	10%
	1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 6	5%
	1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. UNIDAD DIDÁCTICA: 1 y 8	7%
	1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales. UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 3	4%
	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar y garantizar una evaluación democrática incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. UNIDAD DIDÁCTICA: 2 y 8	5%

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

	<p>2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. UNIDAD DIDÁCTICA: 4, 5 y 10</p>	6%
	<p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. UNIDAD DIDÁCTICA: 4, 5, 7 y 10</p>	7%
	<p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. UNIDAD DIDÁCTICA: 2, 7,9 y 10</p>	15%
	<p>3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. UNIDAD DIDÁCTICA: 3,4 y 8</p>	7%
	<p>3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención precoz y el abordaje de las mismas. UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 3, 5</p>	9%
	<p>4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. UNIDAD DIDÁCTICA: 4 y 9</p>	4%
<b>2ª EVALUACIÓN</b>	<p>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 6</p>	10%
	<p>2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. UNIDAD DIDÁCTICA: 4, 5 y 10</p>	25%
	<p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. UNIDAD DIDÁCTICA: 4, 5, 7 y 10</p>	25%

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

	<p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. UNIDAD DIDÁCTICA: 2, 7,9 y 10</p>	10%
	<p>3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. UNIDAD DIDÁCTICA: 3,4 y 8</p>	20%
	<p>3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención precoz y el abordaje de las mismas. UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 3, 5</p>	15%
	<p>4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. UNIDAD DIDÁCTICA: 4 y 9</p>	5%
<b>3ª EVALUACIÓN</b>	<p>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 6, 10</p>	6%
	<p>1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. UNIDAD DIDÁCTICA: 1 y 8</p>	7%
	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. UNIDAD DIDÁCTICA: 2 y 8</p>	10%
	<p>2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. UNIDAD DIDÁCTICA: 4, 5 y 10</p>	20%
	<p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. UNIDAD DIDÁCTICA: 4, 5, 7 y 10</p>	13%

## HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

	<p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. UNIDAD DIDÁCTICA: 2, 7,9 y 10</p>	7%
	<p>3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. UNIDAD DIDÁCTICA: 3,4 y 8</p>	7%
	<p>4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. UNIDAD DIDÁCTICA: 4 y 9</p>	5%
	<p>4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad. UNIDAD DIDÁCTICA: 8</p>	5%
	<p>4.3. Practicar con autonomía juegos y deportes tradicionales y autóctonos, consolidando los aprendizajes adquiridos en la etapa anterior. UNIDAD DIDÁCTICA 4</p>	5%
	<p>5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. UNIDAD DIDÁCTICA: 7 y 10</p>	10%
	<p>5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes. UNIDAD DIDÁCTICA: 7 y 10</p>	10%

A continuación, vamos a establecer: LA RELACIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN CON LOS PORCENTAJES PERO ASOCIADOS A LOS INSTRUMENTOS Y ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN ESTABLECIDOS.



**1º DE ESO**

**1ª  
EVALUACIÓN**

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

	1.1.- Establecer y organizar secuencias sencillas de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. Unidad didáctica: Todas	1.2.- Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. Unidad didáctica: 1 y 2	1.3.- Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de AF, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. Unidad didáctica: 1 y 2	1.4.- Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de AF, aplicando los auxilios. Unidad didáctica: 1 y 2	1.5.- Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción. Unidad didáctica: 1, 2 y 5	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6 y 7	2.2.- Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.	3.1.- Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. Unidad didáctica: 3, 6 y 7	3.3.- Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier violencia.	4.2.- Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6, 7 y 8
<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>	5	25	15	5	5	20	20	5	5	5
<b>VALOR INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN</b> ↓										
Trabajo diario de clase 1	2,5								2,5	
Elaboración de calentamientos			10	5	5					
Examen coevaluación calentamiento		25	5							
Trabajo diario de clase 2	2,5								2,5	
Ficha sobre capacidades físicas						10	5			
Valoración de las clases de condición física						10	15	5		
Examen Moodle										5

CRITERIOS DE EVALUACIÓN								
<h1 style="margin: 0;">2ª EVALUACIÓN</h1>	1.2.- Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. Unidad didáctica: 1 y 2	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6 y 7	Z.Z.- Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía	3.1.- Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. Unidad didáctica: 3, 6 y 7	3.3.- Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, dialogar en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier violencia.	4.2.- Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6, 7 y 8	
	<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>	10	20	20	25	10	10	15
	<b>VALOR INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN ↓</b>							
	Trabajo diario de clase 3		15					
	Retos Strava	10						
	Coevaluación de Floorball				12,5			
	Examen partidos floorball			10				
	Trabajo diario de clase 4		5			5	10	
Coevaluación retos minitenis				12,5				
Examen partidos profesor			10				15	
Ficha de autoevaluación					5			

# HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

## 3ª EVALUACIÓN

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

	1.2.- Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. Unidad didáctica: 1 y 2	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6 y 7	2.2.- Interpretar y actuar concretamente en contextos motrices variados: aplicar principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.	3.1.- Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. Unidad didáctica: 3, 6 y 7	3.2.- Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. Unidad didáctica: 5 y 9	3.3.- Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier violencia.	4.1.- Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas con la cultura de Cantabria y otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia hoy día. Unidad didáctica: 5 y 8	4.2.- Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones. Unidad didáctica: 3, 4, 5, 6, 7 y 8	4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con o sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	5.1.- Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. Unidad didáctica: 9	5.2.- Practicar AFDMN y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. Unidad didáctica: 9
<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>	10	20	10	5	10	5	10	5	15	10	10
<b>VALOR INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN ↓</b>											
Trabajo de clase Habilidades Gimnásticas				5							
Trabajo de clase Expresión corporal							10				
Trabajo de clase orientación										5	
Registro Strava	10										
Examen práctico de Habilidades Gimnásticas		20			5						
Coevaluación representación Expresión Corporal								5			
Representación Expresión Corporal profesor									15		
Examen práctico Pinfuvote			10								
Valoración circuito de orientación					5					5	10
Ficha de autoevaluación						5					

# HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

## 2º DE ESO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN											
<h1>1ª EVALUACIÓN</h1>	1.1.- Establecer y organizar secuencias sencillas de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	1.2.- Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices.	1.3.- Adopiar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de AF, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	1.4.- Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de AF, aplicando los auxilios.	1.5.- Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	3.1.- Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	3.3.- Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier violencia.		
	<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>	5	20	15	10	10	10	15	20	5	
	<b>ACTIVIDAD</b>										<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ↓</b>
	Cuaderno del profesor Calentamiento	2,5		5						2,5	Registro anecdótico
	Cuaderno del profesor CF	2,5				5			5		Registro anecdótico
	Examen coevaluación calentamiento			10							Lista de control
	Pruebas CF									2,5	Escala cuantitativa
	Ficha sobre capacidades físicas								5		Escala de valoración
	Cuaderno del profesor bicicleta						5	5	5		Registro anecdótico
	Examen Moodle						5				Lista de control
Examen Primeros Auxilios				10						Rúbrica	
Trabajo alimentación		10			5	5				Escala de valoración	
Retos bicicleta							10	5		Lista de control	
Retos saludables		10								Lista de control	

# HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

CRITERIOS DE EVALUACIÓN										
2ª EVALUACIÓN	1.2.- Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices.	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	2.2.- Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas: juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía	3.1.- Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	3.2.Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros	3.3.- Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier violencia.	4.2.- Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.	4.3 Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical.	
	PORCENTAJES C.E. ->	10	15	20	15	10	10	10	5	15
ACTIVIDAD	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ↓									
Cuaderno profesor esgrima					5		5			Registro anecdótico
Coevaluación duelos		5								Lista de control
Evaluación duelos			10							Registro de acontecimientos
Examen teórico esgrima										Lista de control
Secuencias				7,5						Escala de valoración
Autoevaluación esgrimas										Escala de valoración
Cuaderno del profesor teatro						10		5		Registro anecdótico
Coevaluación teatro		5							5	Escala de valoración
Evaluación profesor teatro									10	Escala de valoración
Cuaderno del profesor baloncesto					5		5			Registro anecdótico
Coevaluación técnica baloncesto		5								Registro de acontecimientos
Circuito profesor baloncesto				7,5						Escala de valoración
Evaluación partidos profesor			10							Escala de valoración
Retos saludables	10									Registro de acontecimientos

HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

CRITERIOS DE EVALUACIÓN								
<h1>3ª EVALUACIÓN</h1>	1.2.- Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices.							
	3.1.- Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.							
	3.3.- Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier violencia.							
	4.1.- Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas con la cultura de Cantabria y otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia hoy día.							
	4.2.- Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.							
	5.1.- Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.							
	5.2.- Practicar AFDMM y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.							
<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>		10	15	15	20	10	25	15
<b>ACTIVIDAD</b>								<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ↓</b>
Cuaderno profesor palas		7,5	7,5		5			Registro anecdótico
Registro coevaluación palas				10				Registro de acontecimientos
Evaluación palas				10				Escala de valoración
Retos saludables	10							Registro de acontecimientos
Cuaderno profesor orientación		7,5	7,5		5			Registro anecdótico
Coevaluación rastreos						15		Lista de control
Evaluación circuito orientación						10	15	Escala de valoración

# HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

## 3º DE ESO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN														
<h1>1ª EVALUACIÓN</h1>	1.1.- Planificar y autorregular la práctica de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal. UD. 1	1.2.- Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relación e higiene durante la práctica de AF, interiorizando las rutinas propias de una AFS. UD 1/5	1.3.- Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. UD. 1	1.5.- Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. UD 1	1.6.- Planificar y desarrollar con seguridad la práctica física cotidiana manejando aplicaciones digitales del ámbito de la AFD. UD 1	2.1.- Desarrollar proyectos motores individuales, cooperativos o colaborativos, estableciendo mecanismos para reconocer el trabajo y asegurar una participación equilibrada, aplicando estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/10	2.2.- Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficiente/las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de PDE en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. UD 2/3/4/7/8/10	2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motoras transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	3.1.- Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motoras, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros. UD 2/3/4/5/7/8/9	3.2.- Cooperar/colaborar en la práctica de diferentes producciones y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en las decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo y la optimización del resultado.UD 2/5/6	3.3.- Relacionarse y entenderse con el resto de participantes en el desarrollo de diversas prácticas motoras con autonomía y haciendo uso efectivo del diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad (género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de CM), y posicionándose activa/ frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias... UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	5.1.- Participar en AFDMN terrestres o acuáticas, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando su impacto ambiental, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a su conservación y mejora. UD 1/9/10		
	<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>	5	30	5	3	4	15	10	8	10	5	10	5	
<b>ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN ↓</b>													<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ↓</b>	
Participación , intervención y aportación en la dinámica diaria de la clase		5			4								5	Ficha-Diario
Rutinas (EVA fruta, higiene, bici...)		10												Rutinas (EVA fruta, higiene, bici...)
Cuestionario Opción Múltiple (Moodle)				3										Ex Test Opción Múltiple (Moodle)
Grabación audiovisual	5	5								2,5	2			Vídeo Tutorial Calentamiento Grupal
Realización CC Ritmo Constante		5				10	5	2	2,5		2			Escala de valoración graduada
Pruebas ejecución Técnica Ej. Fuerza		5	5			2,5		2	2,5		2			Lista de Control
Participación Ejercicios Físicos (Test CF Gr)								2	2,5		2			Parrilla auto y coevaluación
Resolución de problemas (Retos)						2,5	5	2	2,5	2,5	2			Registros de trabajo grupal

# HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

CRITERIOS DE EVALUACIÓN															
<h2 style="margin: 0;">2ª EVALUACIÓN</h2>	<p>1.2.- Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de AF, interiorizando las rutinas propias de una AFS. UD 1/5</p> <p>1.3.- Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. UD 1/5</p> <p>1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando primeros auxilios UD 1/6/10</p> <p>2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, asegurando una participación equilibrada e incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/9/10</p> <p>2.2.- Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficiente/las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de PDE en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. UD 2/3/4/7/8/10</p> <p>2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motoras transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10</p> <p>3.1.- Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motoras, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros...UD 2/3/4/5/7/8/9</p> <p>3.2.- Cooperar/colaborar en la práctica de diferentes producciones y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en las decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo y la optimización del resultado. UD 2/5/6</p> <p>3.3.- Relacionarse y entenderse con el resto de participantes en el desarrollo de diversas prácticas motoras con autonomía y haciendo uso efectivo del diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad (género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de CM), y posicionándose activa// frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias... UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10</p> <p>4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradición deportiva y la actividad física, valorando la influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos UD 4/6</p> <p>4.2.- Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo UD 6</p> <p>4.3.- Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionalidad/ y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, ayudando a difundir y compartir dichas prácticas artísticas a través de competencias y la comunidad. UD 5 y 6</p> <p>5.1.- Participar en AFDMN terrestres o acuáticas, disfrutando del entorno de manera sostenible minimizando su impacto ambiental, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a su conservación y mejora. UD 1/8/10</p>														
	<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>	5,2	10,4	5,2	5,2	10,4	20,8	10,4	5,2	15,6	6	5,2	5,2	5,2	
	<b>ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN ↓</b>	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ↓</b>													
	Participación , intervención y aportación en la dinámica diaria de la clase	2,5													Registro anecdótico
	Rutinas (EVA fruta, higiene, bici...)		12												Rutinas (EVA fruta, higiene, bici...)
	Cuestionario Opción Múltiple (Moodle)	2,5		5							3				Ex Test Opción Múltiple
	Prácticas de coevaluación-revisión trabajo en equipo Acrosport							2,5	2,5	2,5			2,5	2,5	Rúbrica
	Creación Montaje Grupal Acrosport				5	5	5	2,5	2,5	2,5			7,5	7,5	Rúbrica
	Pruebas ejecución Técnica				5	5	5	2,5	2,5	2,5		2,5			Escala de valoración graduada
	Pruebas ejecución Técnica				5	5	5	2,5	2,5	2,5		2,5			Escala de valoración graduada



# HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

## 3ª EVALUACIÓN

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

	1.2.- Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de AF, interiorizando las rutinas propias de una AFS. UD 1/5	1.4.- Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando primeros auxilios. UD 1/6/10	2.1.- Desarrollar proyectos individuales, cooperativos o colaborativos, estableciendo mecanismos para reconducir el trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/10	2.2.- Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficiente// las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de PDE en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.. UD 2/3/4/7/8/10	2.3.- Evidenciar control corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	3.1.- Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros. UD 2/3/4/5/7/8/9	4.1.- Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. UD 4/8	5.1.- Participar en AFDN terrestres o acuáticas, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando su impacto ambiental, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a su conservación y mejora. UD 1/7/8/9/10	4.2.- Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo UD 6	4.3.- Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionada// y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y la comunidad. UD 5 Y 6	5.2.- Diseñar y organizar AFDN y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. UD 1/7/8/ 9/10	
<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>	5	j	10	15	20	10	10	5	15	5	5	
<b>ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN ↓</b>												<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ↓</b>
Participación , intervención y aportación en la dinámica diaria de la clase											5	Registro anecdótico
Rutinas (EVA fruta, higiene, bici...)	5											Rutinas (EVA fruta, higiene, bici...)
Cuestionario Opción Múltiple (Moodle)		10				2,5	5	5				Ex Test Opción Múltiple
Creación y construcción y/o conclusión de relatos, historias...			2,5	5	5					5		Rúbrica
Prueba de ejecución técnica Baloncesto			2,5	5	5	2,5			5			Escala de valoración
Pruebas ejecución Técnica Palas			2,5	5	5	2,5	5		5			Escala de valoración
Pruebas ejecución Técnica Atletismo			2,5		5	2,5			5			Escala de valoración

# HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

## 4º DE ESO

1ª EVALUACIÓN		CRITERIOS DE EVALUACIÓN													INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ↓
		1.1.- Establecer y organizar secuencias sencillas de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. Unidad didáctica: Todas	1.2.- Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de AF, reforzando las rutinas propias de una AFS. UD 1/5	1.3.- Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. UD 1/5	1.5.- Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. UD 1	1.6.- Planificar y desarrollar con seguridad la práctica física cotidiana manejando aplicaciones digitales del ámbito de la AFD. UD 1	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, asegurando una participación equilibrada e incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/9/10	2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	3.1.- Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros. UD 2/3/4/5/7/8/9	3.2.- Cooperar/colaborar en la práctica de diferentes producciones y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en las decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo y la optimización del resultado. UD 2/5/6	3.3.- Relacionarse y entenderse con el resto de participantes en el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo del diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad (género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de CM), y posicionándose activa/ frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias... UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	4.1.- Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos UD 4/8	4.2.- Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo UD 6	5.1.- Participar en AFDN terrestres o acuáticas, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando su impacto ambiental, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a su conservación y mejora. UD 1/9/10	
PORCENTAJES C.E. ->		5	25	5	3	4	15	15	8	10	5	5	5	5	
Participación, intervención y aportación en la dinámica diaria de la clase		5	5			4								5	Diario de clase
Rutinas (EVA fruta, higiene, bici...)	5	5													Anecdotario
Cuestionario Opción Múltiple (Moodle)													2,5		Solucionario
Realización CC Ritmo Constante		10					5	5	2	3					Escala de valoración graduada
Pruebas ejecución Técnica Ej. Fuerza		5					5	5	2						Lista de control
Participación Ejercicios Físicos (Test CF Gr)				3			5	2,5	2	3	5		2,5		Parrilla auto y coevaluación
Prueba ejecución técnica Remo								2,5	2	4		5			Rúbrica

# HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

CRITERIOS DE EVALUACIÓN													
<h2 style="margin: 0;">2ª EVALUACIÓN</h2>	1.2.- Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de AF, interiorizando las rutinas propias de una AFS. UD 1/5												
	1.3.- Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. UD 1/5												
	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando primeros auxilios UD 1/6/10												
	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, asegurando una participación equilibrada e incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/9/10												
	2.2.- Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficiente/ las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de PDE en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. UD 2/3/4/7/8/10												
	2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10												
	3.1.- Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros.. UD 2/3,4/5/7/8/9												
	3.2.- Cooperar/colaborar en la práctica de diferentes producciones y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en las decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo y la optimización del resultado. UD 2/5/6												
	3.3.- Relacionarse y entenderse con el resto de participantes en el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo del diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad (género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de CM), y posicionándose activa// frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias.... UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10												
	4.2.- Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.UD 6												
	4.3.- Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionala// y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y la comunidad. UD 5 Y 6												
	5.1.- Participar en AFDMN (estreses o acústicos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando su impacto ambiental), siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a su conservación y mejora. UD 1/9/10												
	<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>	5	5	10	10	10	20	5	10	15	5	10	5
<b>ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN ↓</b>													
Participación , intervención y aportación en la dinámica diaria de la clase		5							5	5		5	
Rutinas (EVA fruta, higiene, bici...)	5												
Cuestionario Opción Múltiple (Moodle)			10										
Desarrollo Proyecto Montaje Combas				10			6	2	5	5		5	
Pruebas ejecución Técnica Combas							7		2,5		5		
Pruebas ejecución Técnica Dxts Alternativos					10	7	3		2,5	5			
<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ↓</b>													
												Diario de clase	
												Anecdotario	
												Solucionario	
												Rúbrica + Auto-coevaluación	
												Escala de valoración	
												Escala de valoración	

# HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

CRITERIOS DE EVALUACIÓN												
<p style="text-align: center;"><b>3ª EVALUACIÓN</b></p>	1.1.- Establecer y organizar secuencias sencillas de AF orientada al concepto integral de salud y al EVA, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. Todas	1.3.- Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. UD 1/5	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando primeros auxilios UD 1/6/10	1.6.- Planificar y desarrollar con seguridad la práctica física cotidiana manejando aplicaciones digitales del ámbito de la AFD. UD 1	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, asegurando una participación equilibrada e incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación del proceso y el resultado. UD 1/2/3/5/6/7/8/9/10	2.2.- Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficiente//las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de PDE en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. UD 2/3/4/7/8/10	2.3.- Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. UD 1/2/3/4/5/6/7/8/9/10	3.2.- Cooperar/colaborar en la práctica de diferentes producciones y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en las decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo y la optimización del resultado. UD 2/5/6	5.1.- Participar en AFDMN terrestres o acuáticas, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando su impacto ambiental, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a su conservación y mejora. UD 1/9/10	5.2.- Diseñar y organizar AFDMN y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. UD 1/7/8/ 9/10		
	<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>	10	10	10	5	10	10	30	10	5	10	
	<b>VALOR INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN ↓</b>											<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ↓</b>
	Participación , intervención y aportación en la dinámica diaria de las Rutinas (EVA fruta, higiene, bici...)	10	10		5					5		Diario de clase
	Cuestionario Opción Múltiple (Moodle)			10								Anecdotario
	Montaje grupal Aerobic					10			10			Solucionario
	Pruebas ejecución Técnica MTB						5	10			5	Rúbrica + Auto-coevaluación
	Pruebas ejecución Técnica Patines						5	10			5	Rúbrica
												Escala de valoración

# HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

## 1º BACHILLERATO

### 1ª EVALUACIÓN

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

	<p>1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.</p> <p>1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.</p> <p>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.</p> <p>UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 6</p> <p>1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.</p> <p>UNIDAD DIDÁCTICA: 1 y 8</p> <p>1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.</p> <p>UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 3</p> <p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretenden alcanzar.</p> <p>UNIDAD DIDÁCTICA: 2 y 8</p> <p>2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p> <p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores proponiendo soluciones a los mismos.</p> <p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.</p> <p>UNIDAD DIDÁCTICA: 2, 7, 9 y 10</p> <p>3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.</p> <p>UNIDAD DIDÁCTICA: 3, 4 y 6</p> <p>3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económico o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.</p> <p>UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 3, 5</p> <p>4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.</p> <p>UNIDAD DIDÁCTICA: 4 y 9</p>													
<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>	31	10	5	7	4	5	6	7	15	7	9	4		
<b>ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN ↓</b>														<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ↓</b>
Registro actividades de clase -> Cuaderno profesor				1,75			6	2,4			2,25	4		Cuaderno profesor
Propuestas físico-saludables (Strava, fruta...)									10					Registro Acontecimientos
Examen moodle		3,5	2	1,75				2,4						Cuestionario escrito
Trabajo de Condición Física	31													Plan de entrenamiento
Tareas de Condición Física		3,5	2	1,75							2,25			Rúbrica Sesiones Condición Física
Prácticas Gimnasio				1,75		2,5			2,5	3,5	2,25			Rúbrica Gimnasio
Pruebas Prácticas					4				2,5					Test Físicos
Exposición oral y escrita de conocimientos CF		3	1			2,5		2,2		3,5	2,25			Rúbrica Prácticas Organizadas CF

HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

CRITERIOS DE EVALUACIÓN								
<h1 style="margin: 0;">2ª</h1> <h1 style="margin: 0;">EVALUACIÓN</h1>	<p>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 6</p> <p>2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. UNIDAD DIDÁCTICA: 4, 5 y 10</p> <p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. UNIDAD DIDÁCTICA: 4, 5, 7 y 10</p> <p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerso, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. UNIDAD DIDÁCTICA: 2, 7, 9 y 10</p> <p>3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. UNIDAD DIDÁCTICA: 3, 4 y 8</p> <p>3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia. UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 3, 5</p> <p>4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. UNIDAD DIDÁCTICA: 4 y 9</p>							
	<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>	10	25	25	10	20	15	5
<b>ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN ↓</b>	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ↓</b>							
Registro actividades de clase						7	5	Cuaderno profesor
Registro Acontecimientos (Strava, fruta,...)				10				Registro Acontecimientos
Examen moodle AA			8					Cuestionario escrito
Trabajo AA			8					Escala de Estimación
Examen práctico estilos natación		25	9					Escala Estimación AA
Examen teórico RCP	4							Cuestionario RCP
Coevaluación práctica RCP	2				5			Lista de Cotejo
Examen práctico RCP y Role play	4				15	8		Rúbrica RCP

# HOJAS INFORMATIVAS 2023-24 (ESO Y 1º BACHILLERATO)

## 3ª EVALUACIÓN

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

	1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. UNIDAD DIDÁCTICA: 1, 6, 10	1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. UNIDAD DIDÁCTICA: 1 y 8	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. UNIDAD DIDÁCTICA: 2 y 8	2.2. Resolver de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motoras variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. UNIDAD DIDÁCTICA: 4, 5, 7 y 10	3.1. Organizar y practicar diversas actividades motoras, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autooperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. UNIDAD DIDÁCTICA: 2, 7, 9 y 10	3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motoras, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. UNIDAD DIDÁCTICA: 3, 4 y 8	4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motoras más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. UNIDAD DIDÁCTICA: 4 y 9	4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarla ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad. UNIDAD DIDÁCTICA: 8	4.3. Practicar con autonomía juegos y deportes tradicionales y autóctonos, consolidando los aprendizajes adquiridos en la etapa anterior. UNIDAD DIDÁCTICA: 4	5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. UNIDAD DIDÁCTICA: 7 y 10	5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prevenir y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes. UNIDAD DIDÁCTICA: 7 y 10		
<b>PORCENTAJES C.E. -&gt;</b>	6	7	10	15	13	17	7	5	5	5	10	10		
<b>ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN ↓</b>														<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN ↓</b>
Registro actividades de clase		1,75					3,5		5		2,5	4		Cuaderno profesor
Registro Acontecimientos (Strava, fruta,...)						10								Registro Acontecimientos
Examen moodle BICICLETA					4,33									Cuestionario escrito
Examen práctico BICLETA		1,75	5								2,5	3		Rúbrica Bicicleta
Examen práctico SALVAMENTO	6	1,75	5	7,5		7					2,5	3		Rúbrica Salvamento
Examen moodle SALVAMENTO					4,34									Cuestionario escrito
Examen moodle PALAS					4,33			5						Cuestionario escrito
Examen práctico PALAS		1,75		7,5			3,5			5	2,5			Escala Estimación Palas

Los **CRITERIOS GENERALES** tenidos en cuenta para la emisión de calificaciones son los siguientes:

- Pruebas de aptitud física. Respecto a baremos publicados en bibliografía específica. <http://bloggillamas.blogspot.com.es>
- Valoración de las ejecuciones de habilidades y destrezas motrices. Según criterio del profesor acorde con la edad y nivel general del grupo de clase y las tablas de observación del profesor.
- Controles teóricos. De diferentes tipos. (Exámenes a través de MOODLE, su no realización implicaría la imposibilidad de ser evaluado)  
El acceso será a través de bien la página oficial del instituto o a través de <http://bloggillamas.blogspot.com>
- Cuaderno de clase, lecturas y presentación de trabajos. Según criterio del profesor acorde con la edad y nivel general del grupo de clase.
- Asistencia a clase / participación en la clase. Esto se valorará en todas las evaluaciones en base a los criterios de evaluación.
- Asistencia con la equipación deportiva imprescindible: zapatillas deportivas (atadas), calcetines, chándal y/o pantalón corto y camiseta deportiva, además de algún implemento deportivo concreto en función de la unidad didáctica de que se trate (por ejemplo una pelota de tenis, una pala), siendo necesario guardar un mínimo de higiene, con lo que es necesario el cambio de ropa después de cada clase. Lógicamente, para el caso de las actividades realizadas en otros medios (agua o espacios naturales, la equipación deportiva imprescindible es otra distinta de la aquí expresada de forma genérica (ej.- traje de baño, chanclas, toalla, gorro de piscina, gafas de natación etc...)). Saberes desarrollados y que se contemplan dentro de los diferentes criterios de evaluación. A criterio de la observación del profesor, y registrado en su cuaderno del profesor.
- Participación activa en clase. A criterio de la observación del profesor, y registrado en su cuaderno del profesor.
- Comportamiento respetuoso hacia la clase, el profesorado, las personas ajenas a la clase (Instructores/monitores) y la marcha de la sesión. A criterio de la observación del profesor, y registrado en su cuaderno del profesor.
- Comportamiento saludable, higiénico y seguro, a criterio de la observación del profesor, y registrado en su cuaderno del profesor.
- Observación directa de la clase por parte del profesor.
- Tendencia de mejora y avance los aspectos incluidos en el currículo. En función de los resultados obtenidos en las prácticas y pruebas realizadas y/o repetidas.

Por regla general, para todos los cursos y en todas las evaluaciones, la asistencia, la aportación del material o equipación personal imprescindible, y los diferentes aspectos de comportamiento, son aspectos que se cuantifican negativamente y afectan a la nota resultante de cada evaluación, pudiéndose llegar a perder todo el porcentaje de la calificación del apartado relativo a la actitud.

Como **CRITERIOS ESPECÍFICOS** a lo largo de la etapa de secundaria y bachillerato serán los siguientes:

#### **D) PUNTOS EXTRA**

Para los alumnos que desean ampliar conocimientos, mantener un estilo de vida activo y saludable o profundizar sobre los valores que se generan entorno al



cuerpo y a la actividad física, se ha desarrollado un sistema para conseguir puntos extra que se añadirán a la nota final de cada evaluación y que **se van a contemplar dentro de los porcentajes de los criterios de evaluación**. Existen varias vías para acceder a esta ***valoración extra***:

**i. Generales.**

- Lecturas de libros y artículos o visionado de películas y documentales de temática deportiva. El listado se encuentra en el dossier presentado al inicio del curso a los alumnos (ver guía didáctica en el cuaderno del alumno)
- Participación en los recreos activos, informando el alumno al profesor de su inscripción y participación en estas actividades si es posible realizar/organizar alguna actividad segura.
- Visita de museos, exposiciones o teatros donde se desarrollen contenidos que tengan vinculación con la actividad física y el deporte. Ej.: visita al "Museo Etnográfico de Cantabria", Visita al Palacio de los Deportes para conocer la Historia del Surf en Cantabria y toda España.
- Participación en actividades deportivas que tienen lugar en el entorno próximo: carreras populares, días de la bici, marchas cicloturistas. Semana del deporte del ayuntamiento de Santander. (Siendo todas ellas gratuitas). Este curso este tipo de actividades estarán prácticamente restringidas.
- Ducharse *Este curso no habrá ducha después de cada sesión (Este curso escolar muchos de los grupos superan ampliamente la ratio necesaria de seguridad para poder darse una ducha cada alumno, con lo que solo será necesario el cambio de camiseta y calcetines).*
- Acudir al centro en bicicleta habitualmente, cumpliendo las normas de seguridad básicas (como el uso obligatorio del casco) en este caso se hace una discriminación "positiva" con otros medios saludables de movilidad a cada alumno/a que acuda regularmente al centro en este medio de transporte sostenible.

**ii. Específicos.** (se detallarán en cada unidad didáctica)

- Prácticas optativas y contestación-reflexión sobre unas preguntas relativas al trabajo realizado. Ej.: pulsómetro en condición física y salud, visionado de un partido de Balonmano o webquest sobre nutrición.
- Elaboración de recursos didácticos para el departamento: materiales ("Palu" de Salto Pasiego), TIC (vídeos de promoción deportiva, presentación de fotografía o vídeo), impresos (artículos de opinión para los blogs del departamento y/o el rollo las llamas).
- Participación en concursos temáticos del blog relacionado con los contenidos (Ej. desayunos saludables).
- Sólo serán válidos a efectos de subir nota aquellos libros, encuentros deportivos que se ofertan desde el departamento. Si el alumno conoce otros diferentes, deberá hablar con el profesor para acordar si es válido o no.

**iii. Criterios de calificación puntos extra:**

Se podrá sumar hasta un máximo de 1 punto por evaluación a razón de:

- Hasta 0,5 puntos por cada trabajo correctamente realizado o participación en un evento deportivo (demostrar con el dorsal y una foto participando).
- Hasta 0,3 puntos por la correcta participación en los concursos del blog <http://bloggillamas.blogspot.com.es> recreos activos.
- Hasta 0,3 puntos (en total por trimestre) por la toma de una pieza de fruta durante los recreos de una forma regular (Quedadas fruteras)
- Hasta 1 punto por la asistencia regular al centro en Bici (potenciamos este

apartado en función del seguimiento de la continuidad del programa *+Biceps*)

▪ En 4º ESO, se puntuará hasta 0'5 puntos con la organización y gestión de cualquier evento deportivo dentro del centro, especialmente los *recreos activos*. En este curso solo se realizarán si la situación pandémica cambia positivamente y drásticamente. En los escenarios planteados no se realizarán los recreos activos habituales.

Para que estos puntos puedan ser sumados a la nota final de la evaluación el alumno debe haber obtenido por lo menos un 4 en dicho trimestre.

## **E. CALIFICACIÓN ALUMNOS CON INCAPACIDAD TEMPORAL PARA LA PRÁCTICA**

Aquellos alumnos que debido a una incapacidad física o de otra índole, les sea imposible llevar a cabo la parte práctica de una determinada unidad didáctica o evaluación. Deberán bajo la supervisión del profesor, llevar a cabo diferentes trabajos de carácter teórico, que en la medida de lo posible intenten paliar la asimilación de contenidos prácticos y vivenciados, así como los beneficios en el desarrollo integral del alumno.

La realización de estos trabajos, en ningún caso equivaldrá a la nota del componente práctico de la evaluación, sirviendo únicamente como una referencia más en el proceso calificador. No pudiendo en ningún caso, superar el 50% del porcentaje aplicado en su caso al componente práctico (el porcentaje varía en función del curso o incluso de la evaluación).

## **VIII. DESCRIPCIÓN DE LAS PRUEBAS FINALES Y EXTRAORDINARIAS.**

---

*Para todo el proceso de evaluación recogido en este apartado se estará, en todo caso, a lo dispuesto en la Orden EDU/3/2023, de 3 de marzo, citada con anterioridad, en lo que no contradiga al Real Decreto por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional, hasta la implantación de las modificaciones introducidas por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación, en el currículo, la organización y objetivos y programas de cada etapa. Dicho lo cual, se mantendrán los siguientes criterios para los cursos de bachillerato (los cursos de ESO no tienen según la normativa evaluaciones extraordinarias, por lo que se tendrá en cuenta lo descrito en el apartado anterior):*

### **A). SABERES BÁSICOS.**

Procedentes todos ellos del currículo de EF para Cantabria, descrito por los Decretos arriba mencionados.

### **B). CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

Sugeridos y expuestos igualmente en los diferentes currículos de EF para Cantabria.

### **C). CONCRECIÓN DE PRUEBAS.**

#### **C.1. Pruebas Teóricas (\*)**

Ejercicio tipo test, con preguntas cerradas (por contenido o total), con cuatro respuestas sugeridas para cada pregunta, una de las cuales es la única correcta. Dependiendo de los contenidos variará el número de preguntas.

El valor global de la prueba teórica es del 30% de la nota final de la Prueba final y extraordinaria.

Los saberes concretos evaluados en ella son:

- Actividad física y salud. La adaptación.
- Sistemas de entrenamiento.
- Principios de entrenamiento. Taxonomía de capacidades.
- Cualidades físicas básicas y su desarrollo.
- La planificación de un entrenamiento personalizado.
- Actividad física y hábitos sociales: positivos y negativos.
- Actividades acuáticas en piscina: Estilos de nado. Aquarunning, Aquagym, Natación sincronizada, Waterpolo, Iniciación al Surf, Iniciación al salvamento acuático en piscinas.
- Reanimación cardio-pulmonar (RCP). Principios, algoritmo de RCPb, ejecución sobre maniquí de una RCPb, seguir los protocolos en este caso. No se podrán realizar insuflaciones sobre el maniquí ni con protección.
- Salvamento acuático en playas, sistemas de prevención, actuaciones en playa, meteorología, mareas, tipos de olas, resaca, material imprescindible en rescates, material de apoyo y vigilancia. Flora y fauna marina en el mar cantábrico.
- Aspectos técnicos de las actividades programadas para este curso.

## C.2. Valoración de la Condición Física

Incluye dos test prácticos de valoración de cualidades físicas básicas y habilidad motriz. La puntuación está sujeta a los baremos expuestos en los carteles informativos de los espacios docentes cubiertos utilizados habitualmente para las clases de EF o en el Departamento , en los textos recomendados y por último en los blogs del departamento (BLOGGILLAMAS <http://bloggillamas.blogspot.com>).

Todos los baremos tienen referencia de calificación sobre 10, para el resultado obtenido, en función de la edad y sexo del alumnado. Las dos pruebas computan por igual, estableciéndose como nota final de esta parte, la media aritmética de las dos pruebas. Esta parte representa el 30% de la nota final.

### Pruebas:

C.2.1. Resistencia: Test de potencia aeróbica máxima (Course-Navette o **Cooper**, en función del estado de la pista el día de la prueba). Normalmente y durante las pruebas ordinarias de calificación se desarrollará el test de Cooper en el **Parque de las Llamas** (Publicado el recorrido en el blog: bloggillamas—Condición física ---Test de Cooper) en el que se puede observar el recorrido sobre foto satelital.

Se valorará tanto la **distancia** recorrida en los 12 mn. Que dura el test, como el **ritmo** seguido en cada vuelta (una vuelta son 310 metros). Las tablas con su correspondiente calificación están publicadas en el blog <http://bloggillamas.blogspot.com>.

C.2.2. Flexibilidad: Flexión de tronco adelante sobre cajón.

C.2.3. Otros test (en función de la marcha de la programación en cada nivel y de las preferencias de cada profesor).

## C.3. Modalidades deportivas individuales.

Incluye la ejecución práctica de ejercicios realizados durante el curso. La puntuación obtenida está en función de la corrección técnica en la ejecución, así como en el grado

de destreza y potencia manifestado por quién ejecuta el ejercicio (altura de saltos, amplitud de movimientos, destreza técnica...). Esta parte representa otro 40 % de la nota final.

Para bachillerato: superar una prueba combinada en la que se incluyen algunas de las modalidades deportivas desarrolladas durante el curso seleccionados por el profesorado, de entre los realizados durante el curso. (\*) *En caso de disponer de piscina climatizada , se realizará la prueba en función de los contenidos que se han desarrollado durante la UU.DD. de natación y salvamento acuático.*

---

## **10.LAS ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN Y LOS PROCEDIMIENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL ALUMNADO CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.**

---

El alumnado que cursa por segunda vez consecutiva un curso (repite), parte de cero a los efectos académicos burocráticos, es decir no se tiene en cuenta su posible aprobado del curso anterior, ni tampoco su posible suspenso. Esto es válido para todo el alumnado, excepto para aquellos casos de bachillerato en los que por ley<sup>1</sup> y por opción personal declarada administrativamente, haya estudiantes que cursen de nuevo la materia de EF de 1º de bachillerato, pese a tenerla ya aprobada del curso anterior. En tal caso podrían darse dos situaciones:

- a) Que la cursen con normalidad, partiendo de cero en todas las materias a efectos académicos, según lo cual recibirán el tratamiento normal seguido por el alumnado matriculado por primera vez en bachillerato: pueden superar o no la materia a lo largo del curso.
- b) Que cursen la materia manteniendo su condición de aprobados, en cuyo caso sólo mantendrán la calificación anterior si la nueva no fuera superior, aunque la mejorarían la misma, si durante este nuevo curso, la calificación fuera superior a la anterior. Sin embargo, para estos casos y con objeto de salvaguardar la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje a la que tiene derecho todo el alumnado (especialmente todo el que aún no tiene oficialmente cursada y superada la materia), a aquellos estudiantes del caso b, que pudieran mostrar un comportamiento discente inadecuado y molesto que pueda deteriorar la normal marcha de las enseñanzas, se les aplicará un tratamiento específico encaminado a apartarlos legalmente de la materia, utilizando para ello todas las vías disciplinarias que la ley disponga. Y a este respecto, aún confiando y deseando que no se den casos de esta índole, queremos hacer un llamamiento preventivo a la Inspección Educativa en el sentido de buscar su colaboración constructiva para este tipo de situaciones que con la reciente normativa, podrían llegar a poner en peligro el derecho a una educación de calidad de todo aquel alumnado que está por cursar (y superar) materias que otros ya tienen superada.

---

<sup>1</sup> BOE: “Resolución de 17 de junio de 2009, de la Dirección General de Evaluación y Cooperación Territorial, por la que se publica el Acuerdo de la Conferencia Sectorial de Educación sobre las condiciones de repetición en el primer curso de Bachillerato”. BOE nº 148. Viernes 19 de junio de 2009. 10192.

En la ESO, el alumnado que pasa a un nuevo curso con la EF evaluada negativamente en el curso anterior, cursa la materia con normalidad y serán sus nuevas evaluaciones las que marcarán la recuperación o no de la materia del curso anterior. Esto se justifica por varias razones: la edad cronológica está directamente relacionada con el baremo de marcas de las pruebas de aptitud física, y las actitudes y comportamientos deben ser tenidos en cuenta de manera actualizada. De todas formas, si el profesor/a que tenga asignado el curso de cada alumno "pendiente" en cuestión, lo estima oportuno, en el ámbito de su clase, puede plantear al alumno alguna prueba de valoración, ejercicio, tarea o ampliación de programa concretos para llegar a considerar que este alumno "recupere la materia pendiente". A consecuencia de este proceso de evaluación continuo, el profesor responsable del alumno en el curso presente emitirá en las fechas propuestas por la dirección del centro (para cada evaluación) una calificación del estado de recuperación de la materia pendiente por parte del alumno.

Para bachillerato, este caso no existe en 1º y en el caso de existir en 2º se remitirá al alumnado a un programa de recuperación de la materia que le será dado a conocer en los blogs de este departamento.

El mencionado programa constará de las siguientes fases:

- a) **ORDINARIA:** el alumnado pendiente puede realizar los trabajos de recuperación (uno por evaluación) que le serán solicitados con fechas concretas de entrega, así mismo realizará las pruebas teóricas (a través de Moodle o correo electrónico) y de condición física y de los deportes pactados o en su defecto de los juegos (siempre dentro de la programación para este nivel) (ej. Palas) previamente acordados con los alumnos implicados. Si con su corrección aprobase todos ellos, y las pruebas físicas y las pruebas de los deportes establecidos, superadas; se le consideraría definitivamente con la materia superada.
- b) **EXTRAORDINARIA:** si no superase los trabajos y pruebas solicitados el alumnado debería presentarse a las pruebas específicas de pendientes de las cuales se dará fecha concreta durante el curso y cuyo contenido coincidirá con el de la prueba final de 1º de bachillerato.

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA  
IES LAS LLAMAS