



## INFORMACIÓN PARA LAS FAMILIAS CURSO ACADÉMICO 2021 –2022

**MATERIA:** EDUCACIÓN FÍSICA

**Curso:** 1º de BACHILLERATO

### 1. ORGANIZACIÓN DEL CURSO

La Educación Física en esta etapa persigue el desarrollo de la persona en su globalidad, lo que implica aspectos motores, biológicos, cognitivos, de relación interpersonal y afectivo-emocionales. La Educación Física en el Bachillerato continúa la progresión de los aprendizajes de las etapas anteriores y proporciona al alumnado la ayuda necesaria para que adquiera las competencias relacionadas con la autogestión y la autonomía que están implicadas en el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable.

En cuanto a la organización de la materia de Educación Física, se han establecido seis bloques de contenido, cinco de ellos vinculados a diferentes situaciones motrices y uno conectado con aprendizajes de carácter transversal. Los cinco bloques vinculados a la acción motriz configuran los ejes específicos de la Educación Física, ya que nos permitirán transferir saberes comunes dentro de un itinerario de enseñanza aprendizaje al agrupar situaciones y actividades con rasgos comunes de lógica interna.

Los primeros cinco bloques de contenido establecidos en este currículo ayudan a precisar con mayor rigor las actividades.

Adquiridos en la ESO unos aprendizajes fundamentales sobre la materia, es el momento de ampliar y perfeccionarlos.

Hacer partícipes a los estudiantes, aprovechando sus intereses e inquietudes en la elección de algunos contenidos para la configuración de la programación a desarrollar durante el curso, puede suponer una mayor motivación e implicación en las clases.

### 2. OBJETIVOS

La enseñanza de la Educación Física en bachillerato tendrá como objetivo el desarrollo de las siguientes capacidades:

- Obj.EF.1.** Resolver situaciones motrices deportivas, dando prioridad a la toma de decisiones y utilizando elementos técnicos aprendidos en la etapa de secundaria y diseñar y practicar, en pequeños grupos, composiciones con o sin base musical, como medio de expresión y de comunicación.
- Obj.EF.2.** Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural aplicando conductas motrices específicas con seguridad, demostrando actitudes que contribuyan a su conservación y conociendo las posibilidades de la Comunidad Autónoma de Aragón.
- Obj.EF.3.** Conocer y valorar los efectos positivos de la práctica regular de la actividad física en el desarrollo personal y social, facilitando la mejora de la salud y la calidad de vida, así como conocimiento de las diferentes salidas profesionales en este ámbito.
- Obj.EF.4.** Elaborar y poner en práctica un programa de actividad física y salud, incrementando la gestión de las cualidades físicas implicadas, a partir de la evaluación del estado inicial, como medio de conocimiento personal y como recurso para reducir desequilibrios y tensiones producidas en la vida diaria, incluyendo técnicas de relajación y mostrando valores positivos personales y sociales.



**Obj.EF.5.** Anticipar los posibles accidentes y aplicar los protocolos que deben seguirse para la realización de la RCP, lesiones y situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.

**Obj.EF.6.** Organizar y participar en actividades físicas como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva.

### 3. CONTENIDOS

Los bloques de contenidos son los siguientes:

#### **Bloque 1. Acciones motrices individuales.**

Este tipo de situaciones se suelen presentar en actividades de desarrollo del esquema corporal, conciencia corporal (relajación, respiración, etc.), de adquisición de habilidades individuales, etc.

#### **Bloque 2. Acciones motrices de oposición.**

A estas acciones corresponden las actividades de enfrentamiento en los que puede existir contacto corporal entre los adversarios, actividades modificadas de cancha dividida, entre otros.

#### **Bloque 3. Acciones motrices de cooperación y colaboración-oposición.**

Este bloque presenta dos tipos de aprendizajes específicos: los relacionados con las acciones de cooperación y los relacionados con las acciones de colaboración y oposición. En los primeros un grupo de estudiantes debe cooperar para conseguir un mismo objetivo. En los segundos el contexto es la acción colectiva de enfrentamiento codificado. Algunos juegos tradicionales, juegos en grupo, juegos de estrategia, deportes adaptados y emergente, juegos y deportes modificados basados en la comprensión (TGfU).

#### **Bloque 4. Acciones motrices en el medio natural.**

El senderismo, la marcha nórdica, las rutas en BTT, utilizar las vías verdes, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza, las actividades en la nieve, la escalada, las actividades que combinan algunas de las anteriores prácticas físicas forman parte, entre otras, de las actividades de este bloque.

#### **Bloque 5. Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas.**

Las actividades que engloban este tipo de acciones se articulan entorno a una doble exigencia: la expresión y la comunicación ya que ambas caminan juntas en el proceso creativo. Las acciones propias de este bloque se apoyan en la motricidad expresiva, la simbolización y la comunicación.

#### **Bloque 6. Gestión de la vida activa y valores.**

La salud sigue siendo un eje de actuación primordial, entendida no sólo como ausencia de enfermedad, sino como responsabilidad individual y colectiva; y para ello, se ha de profundizar en los conocimientos teóricos y prácticos referidos a los factores de la condición física y al control de los riesgos asociados a las actividades, así como en la adquisición de hábitos posturales correctos y de una ejecución técnica que prevenga o evite lesiones. Asimismo, hay que plantear la mejora de las estrategias apropiadas para la solución de las diferentes situaciones motrices, el análisis crítico de los productos que oferta el mercado y que están relacionados con las actividades físicas y el desarrollo de la autoestima.

### 4.. CONTENIDOS MÍNIMOS

- Evaluar sus capacidades físicas y coordinativas, considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.
- Elaborar su propio programa personal de actividad física, conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.



- Perfeccionar las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.
- Plantear estrategias ante las situaciones de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.
- Conocer e incorporar en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.
- Diseñar, organizar y participar en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.
- Prever los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y/o del grupo, sabiendo realizar la RCP y acciones de primeros auxilios.
- Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.
- Solucionar de forma creativa situaciones de colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica, desempeñando las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
- Mostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno de la actividad física.

## 5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Crit.EF.1.1.** Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica, aplicando habilidades motrices específicas buscando un cierto grado de fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.
- Crit.EF.2.3.** Solucionar de forma creativa situaciones de oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.
- Crit.EF.3.1.** Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica, aplicando habilidades motrices específicas buscando un cierto grado de fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.
- Crit.EF.3.3.** Solucionar de forma creativa situaciones de colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica
- Crit.EF.4.1.** Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica, aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.
- Crit.EF.4.3.** Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.
- Crit.EF.5.2.** Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición
- Crit.EF.6.4.** Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.
- Crit.EF.6.5.** Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.



**Crit.EF.6.6.** Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las

posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física

**Crit.EF.6.7.** Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo

**Crit.EF.6.8.** Mostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno de la actividad física.

**Crit.EF.6.9.** Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.

## 6. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Los criterios de calificación que se van a llevar para la asignatura de Educación física se obtienen partiendo de la evaluación de los criterios de evaluación y sus respectivos estándares de aprendizaje utilizando los procedimientos de evaluación según la clasificación de **Castillo y Cabrerizo (2011)**.

INSTRUMENTO	PONDERACIÓN
Pruebas escritas individuales y/o cooperativas. (15%)  Trabajos cooperativos/proyectos (15%)  <i>(en caso de no realizarse uno de estos dos apartados, el otro ponderará un 30%. En caso de que una Unidad Didáctica, por su carácter eminentemente práctico, no incluya la realización de una de estas pruebas, el apartado de procedimientos ponderará un 70%)</i>	30%
Procedimientos	40%
<ul style="list-style-type: none"><li>● Seguimiento de las normas de la asignatura y asistencia. (15%)</li><li>● Respeto a los valores del deporte: aceptación de la victoria y la derrota, actitudes positivas hacia compañeros y rivales, cooperación, esfuerzo y superación (15%)</li></ul>	30%

\* Observaciones:

Cuando el alumno/a, debido a alguna lesión deportiva, no realice al menos el 75% de las sesiones de la evaluación, se sustituirá en su calificación la parte de procedimientos por la de conceptos, debiendo realizar algún trabajo teórico sobre temas propuestos por el profesor.



El curso se divide en tres evaluaciones con calificación de 1 a 10 sin decimales. Para aprobar la evaluación, se deberá obtener un mínimo de 5 puntos. Una vez aprobada la evaluación y puesto que la calificación ha de ser entera se redondeará por exceso si la parte decimal fuera superior o igual a 0,75 y por defecto si fuera inferior.

A lo largo del curso se le dará oportunidades para recuperar aquellos contenidos que no haya superado, siempre que el alumno presente los trabajos obligatorios, pruebas escritas y realice las prácticas.

Si se detecta que un alumno ha copiado de otro los trabajos realizados el copiador y el copiado tendrá un cero en la ponderación de ese apartado. Si se detecta que un alumno ha copiado en una prueba escrita suspende con un cero la prueba.

A lo largo de cada trimestre el alumno podrá conseguir un punto extra "realizando una serie de actividades descritas por el profesor. Estos "puntos" serán sumados una vez el alumno/a ha conseguido superar la materia, nunca servirá para llegar al aprobado.

## **7. PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES**

Para recuperar una evaluación pendiente, si el alumno ha suspendido la TEORIA se le realizara un nuevo examen o presentará corregidos aquellos trabajos con calificación negativa, si ha suspendido la PRACTICA la recuperara siempre que supere la evaluación siguiente. De no recuperar, tendrá otra oportunidad a fin de curso y se le respetaran las evaluaciones que tenga aprobadas.

De no superar la asignatura en junio pasará con toda la asignatura a la prueba extraordinaria de Septiembre.

## **8. CRITERIOS DE PROMOCIÓN QUE SE VAN A APLICAR PARA EL PRIMER CURSO DE BACHILLERATO, CON ESPECIAL REFERENCIA A LOS MÍNIMOS EXIGIBLES.**

Tomando en consideración las posibilidades de desarrollo de los alumnos y teniendo en cuenta las disposiciones legales vigentes y los acuerdos tomados por el Claustro de Profesores, se plantean desde el área de E.F. como criterios o indicadores básicos para decidir la evaluación positiva en la materia de los alumnos los siguientes:

Haber participado de manera activa, continuada y constructiva en las actividades enseñanza-aprendizaje y de evaluación programadas por el profesor para las clases de E.F.

No haber dejado abandonada deliberadamente la materia (como puede constatarse a través de faltas injustificadas superiores al 20% del total de las sesiones en cada una de las evaluaciones y/o de asistencias a clase, en un porcentaje similar, sin llevar a cabo las actividades prácticas en reiteradas ocasiones, a pesar de no presentar ningún tipo de justificación válida). De cara a la evaluación final de curso, para estos alumnos se establecerá una prueba teórico-práctica que permita valorar el nivel adecuado de consecución de los objetivos y criterios de evaluación básicos establecidos para el curso.

En el caso de asistencia a clase sin poder realizar la práctica por motivos justificados o de ausencias puntuales justificadas, deberán compensarse mediante la realización de un trabajo/cuestionario escrito o de una prueba teórico/práctica individual sobre los contenidos que se hayan impartido en el día o días en cuestión.

Haber consolidado una serie de aprendizajes elementales que son básicos para que el alumno/a pueda satisfacer sus propias necesidades de desarrollo personal y social.

Superar una prueba escrita de conocimientos mínimos sobre la asignatura.

## **9. PRUEBAS EXTRAORDINARIAS DE SEPTIEMBRE**



Si el alumno/a no supera la evaluación final ordinaria de Educación Física o pierde el derecho a la evaluación

continua, será convocado para realizar la prueba extraordinaria de septiembre con toda la materia conceptual (independientemente si tiene aprobados algunas unidades didácticas), además de las pruebas prácticas que no haya superado a lo largo del curso. Esta prueba extraordinaria será diseñada por el departamento didáctico de acuerdo a los mínimos exigibles establecidos.

Cuando el alumnado no se presente a las pruebas extraordinarias se consignará No Presentado (NP), que tendrá la consideración de calificación negativa.

Cuando al alumnado se le hayan aplicado convalidaciones o exenciones en determinadas materias de Bachillerato, se hará constar esta circunstancia con la expresión "CV" en cada materia objeto de convalidación o "EX" en la materia objeto de exención.

## **10. PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN DE MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES**

No procede. Hay cambio de etapa de Secundaria a BTO.

## **11. PÉRDIDA DEL DERECHO A LA EVALUACIÓN CONTINUA**

Según lo estipulado en el Reglamento de Régimen Interno del Centro.

## **12. RECOMENDACIONES**

La Educación Física tendrá como finalidades que el alumnado:

- a) mostrar conductas motrices perfeccionadas que le permitan actuar en contextos y actividades variadas;
- b) se aproxime y descubra, de forma activa, los conocimientos que constituyen la cultura de las prácticas motrices;
- c) adopte principios cívicos y de valores que le permitan interactuar con otros en los contextos sociales de práctica de actividad física;
- d) adopte un estilo de vida activo y saludable siendo capaces de organizarla y programarla.