



**HOJA INFORMATIVA DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO**

**1. TEMPORALIZACIÓN. DISTRIBUCIÓN DE LOS CONTENIDOS A LO LARGO DEL CURSO**

BLOQUE DE CONTENIDOS	1º TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3º TRIMESTRE
<b>A. VIDA ACTIVA Y SALUDABLE</b>  - <b>SALUD FÍSICA</b> - <b>SALUD SOCIAL</b> - <b>SALUD MENTAL</b>	-Calentamiento -Educación postural -Estiramientos. -La actividad física como fuente de disfrute, cohesión social y superación personal.	-Nutrición. -Efectos sobre la salud de malos hábitos: alcohol y tabaco	-Carrera Solidaria  -Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física.
<b>B. Organización y gestión de la actividad física.</b>	-Prevención durante la práctica deportiva	-Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas: Conducta PAS Protocolo 112. Soporte Vital Básico (SVB). -Carrera Solidaria	
<b>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</b>	-Atletismo -Desarrollo de las capacidades físicas básicas -Balonmano,colpbol	-Atletismo/Lanzamientos:jabalina, elaboración de las mismas, peso. - Combas - Hockey	-Deportes de red y muro: minitenis -Ultimate -Retos motrices y deportivos Vallas , circuitos de agilidad
<b>D. Emociones y relaciones sociales.</b> - Análisis y reflexión de conductas antideportivas (género,raza,etc.)	-Gestión emocional. tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. -Respeto a las reglas.	-Habilidades sociales: ayuda, colaboración,cooperación, empatía y solidaridad en situaciones motrices colectivas	-Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices
<b>E. Manifestaciones de la cultura motriz.</b>	-Deporte y género.	- Habilidades gimnásticas -Danza aeróbica	-Mimo y juego dramático -coreografías básicas
<b>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</b>	-Senderismo	-Transporte saludable al centro (Ciclismo urbano)	-Autoconstrucción de materiales.

**2.CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN EN 1º ESO**

**Trabajo diario de clase: 30% de la nota del trimestre.**

- Será obligatoria la asistencia a clase, con ropa deportiva.
- Participación, esfuerzo y superación diaria. Atención en las explicaciones.
- Cuidado del material e instalaciones del centro.
- Respeto por los compañeros, solidaridad, juego limpio, colaboración con el profesor.
- Registro anecdótico para su valoración



**Teoría: 20% de la nota del trimestre.**

- Realización de tareas teóricas, cuestionarios y exámenes escritos de temas dados en clase y Aulas Virtuales. La nota mínima en la parte teórica de la materia debe ser 3 para considerar el resto de apartados. Obligación de presentar y realizar todas las tareas propuestas en el trimestre. La recuperación de las tareas teóricas se realizará mediante examen escrito y será necesario obtener un 5 para recuperar.

**Habilidades y destrezas- Procedimientos: 50% de la nota del trimestre**

**Alumnos/as que no pueden realizar las prácticas de la asignatura:**

El alumnado con impedimento físico debe presentar el justificante médico indicando limitaciones y pautas de trabajo recomendadas y otras observaciones. Y realizar las siguientes tareas:

- Ficha diaria de clase.
- Trabajo escrito de cada Unidad Didáctica en la que no pueda participar.
- Colaborar en clase con el profesorado.
- Ejercicios o tareas indicados por el profesor/a acorde a sus posibilidades.

**3. PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES**

Si un alumno suspende la educación física en una evaluación aplicaremos los siguientes principios:

- Si el alumno sólo suspende los contenidos prácticos, deberá realizar las pruebas y tareas necesarias de refuerzo para su recuperación y mostrar mejora de los resultados durante el siguiente trimestre.
- Si el alumno suspende la parte teórica con menos de 3 deberá recuperarla durante el siguiente trimestre, mediante examen escrito con un 5.
- Si suspende todos los apartados, deberá recuperar todas las pruebas no realizadas y mostrar mejora de sus propios resultados. Las pruebas teóricas se recuperan con 5.

Si suspende dos o más evaluaciones: deberá realizar los exámenes prácticos y teóricos suspensos,

- Realizar todas las actividades que sean propuestas por el profesor/a para la mejora de las diferentes capacidades físicas básicas. Se facilitarán propuestas individualizadas de refuerzo.
- Realizar pruebas de las acciones técnicas y principios tácticos en los deportes y habilidades expresivas indicados por el profesor/a tratados en clase.
- Realizar los exámenes escritos de los temas teóricos desarrollados en el Aula Virtual.
- Presentación de trabajos y fichas relacionadas con las unidades didácticas trabajadas en clase.

Para superar la asignatura es necesario presentarse y cumplir con todos los apartados anteriores. Se realizará una media aritmética siempre que realice todas las actividades prácticas y teóricas y el examen escrito sea igual o superior al 5.

**4. PROCEDIMIENTOS Y ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN PARA ALUMNOS CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.**

Los alumnos con evaluación suspensa en cursos anteriores tendrán la oportunidad de recuperar la materia de cursos anteriores cuando cumplan cada uno de los tres requisitos:

1. Presentar un trabajo durante el 1º trimestre y otro en el 2º trimestre de contenidos relacionados con el curso anterior indicados por el/la profesor/a, en las fechas establecidas.

2. Aprobar el 1º y 2º trimestre del curso, mostrar interés por la materia y mantener una participación activa en cada tarea de clase.

3. Superar las pruebas físicas y los test de valoración de la Condición Física fuerza y de resistencia correspondiente al curso suspendido.

Cumpliendo con los 3 apartados anteriores se dará por recuperada la asignatura. En caso contrario, deberá realizar los siguientes 3 apartados:



### **1.Examen Práctico que consiste en:**

- Pruebas prácticas de mejora de la condición física: fuerza, flexibilidad, coordinación.
- Pruebas de habilidades y destrezas motrices específicas de dos deportes.
- Prueba práctica de resistencia de 15 minutos.

### **2.Trabajo escrito:**

- Mínimo de 6 folios, sin contar portada, ni índice, Los puntos a desarrollar serán indicados por el profesor/a

### **3.Examen teórico:**

- Temas del Aula Virtual o desarrollados en clase.

En caso de no presentarse en cualquiera de los apartados anteriores, se considera no aprobado. Las tareas prácticas suponen un 50% y las teóricas un 50% de la nota de la recuperación, siendo necesario obtener un 5 en el examen teórico, sólo se aplicarán estos porcentajes cuando se realicen todas los apartados teóricos y prácticos indicados.

Las fechas de estas pruebas serán fijadas por la jefatura de estudios.