

Educación Física

1º ESO

Información web
Curso 2025/2026



IES Luis Buñuel
Dpto. Educación Física

Sumario

1.- Procedimientos e instrumentos de evaluación.....	2
2.- Criterios de evaluación	3
3.- Criterios de calificación	5
4.- Recuperación de la materia pendiente de cursos anteriores	6

1.- Procedimientos e instrumentos de evaluación

Los **instrumentos** de evaluación serán los medios a utilizar para llevar a cabo la evaluación, mientras que los mecanismos de evaluación se refieren al modo de llevar a cabo la evaluación. Los **mecanismos** que se van a utilizar van a ser de experimentación, en actividades de evaluación diseñadas con esa intención, y de observación, en actividades cotidianas de enseñanza y aprendizaje, donde el docente de forma continua irá anotando y registrando información en sus listas de control, o escalas de valoración.

Vamos a utilizar diferentes instrumentos de evaluación para evaluar los contenidos de las unidades didácticas del curso:

-Trabajos o portafolios. Se intentará potenciar que para su desarrollo se utilicen las Tecnologías de Información y Comunicación. A los alumnos lesionados o con faltas justificadas de asistencia se les puede exigir trabajos como medida de refuerzo o ampliación. No presentar un trabajo escrito solicitado por el profesor de la asignatura, supondrá la evaluación negativa del trabajo.

-Cuestionarios o exámenes. Se diseñarán bajo dos puntos de vista, para verificar el aprendizaje de los conceptos y como actividades de recuperación para los alumnos con dificultades. Normalmente no se realizará un examen por unidad didáctica, sino que se agruparán contenidos para realizar uno o dos exámenes por evaluación con los contenidos que creamos oportunos de las unidades didácticas que hayamos realizado.

-Escala (descriptiva/rúbricas, numéricas, gráficas, etc.). Elemento cualitativo en el que se hace un juicio de valor de la conducta del alumno. Se realizan para la evaluación de aspectos cualitativos como: gestos técnicos, movimientos, comportamientos, etc.

-Test motores y pruebas de habilidad. Suelen estar estandarizados, utilizaremos baterías de test de condición física según bibliografía especializada. A principio de curso se realizarán los siguientes test físicos para conocer el nivel inicial de los alumnos, y se volverán a realizar al final de la UD de condición física:

- Test ritmo de carrera.
- Test de Salto horizontal.
- Test de lanzamiento de balón medicinal.
- Test de 10 x 5 metros.

-Lista de control: son frases que expresan conductas, secuencias de acciones, ante las cuales el educador señalará su ausencia o presencia. Exigen solamente un sencillo juicio: sí, no, a veces. Se realizará mediante mecanismos de observación.

2.- Criterios de evaluación

CE.EF.1. Adaptar la motricidad para resolver diferentes situaciones motrices según su lógica interna (las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución) para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

- 1.1. Aplicar los principios operacionales básicos en las situaciones motrices individuales, para resolver las situaciones propias de la especialidad.
- 1.2. Resolver situaciones motrices de oposición, aplicando los principios operacionales básicos del juego, para encadenar acciones tácticas sencillas propias de la lógica interna de dichas situaciones.
- 1.3. Resolver situaciones motrices de cooperación, utilizando los recursos adecuados para solucionar los retos o problemas motores propios de la lógica interna de dichas situaciones.
- 1.4. Resolver situaciones motrices basadas en la colaboración y la oposición, aplicando los principios operacionales básicos para elaborar acciones tácticas sencillas propias de estas situaciones motrices.
- 1.5. Descodificar la incertidumbre generada por un entorno físico inestable para resolver las situaciones motrices que se lleven a cabo en dichos espacios de acción, aprovechando las posibilidades del centro escolar y del entorno próximo, aplicando normas de seguridad, individuales y colectivas.
- 1.6. Expresar y comunicar a través del desarrollo de la motricidad simbólica mediante la representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas, con y sin base musical, creando de forma guiada su propio proyecto expresivo.

CE.EF.2. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrece la acción motriz y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

- 2.1. Gestionar su participación, individual o colectiva, en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, teniendo en cuenta su lógica interna, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.
- 2.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.
- 2.3. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales, reconociendo su potencial e identificando su presencia y aplicabilidad en la cultura motriz, así como los riesgos para su uso en el ámbito de las actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas.

CE.EF.3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios conectados con el contexto social próximo en los que se participa.

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. 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, respetando las normas consensuadas

3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales en la práctica motriz trabajando la cohesión grupal, el dialogo 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, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

CE.EF.4 Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

4.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, disfrutando de ellos de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.

CE.EF.5. Adoptar un estilo de vida activo y saludable mediante la práctica física, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas, partiendo de la aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, para tomar decisiones encaminadas hacia la salud integral (física, mental y social), y hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre, mejorando su calidad de vida.

5.1 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía rutinas de higiene antes y después de las sesiones, utilizando el atuendo adecuado e interiorizando cuestiones de educación postural en las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

5.2. 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.

5.3. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.

5.4. Establecer y organizar retos individuales o colectivos de actividad física orientada al concepto integral de salud y al desarrollo de un estilo de vida activo, a partir de una valoración inicial del mismo.

5.5 Analizar y valorar las limitaciones y facilitadores de la realización de actividad física, los efectos que ciertos comportamientos habituales tienen en nuestra salud, tomando decisiones reales encaminadas a mejorar su bienestar.

3.- Criterios de calificación

Las Unidades Didácticas del curso tienen diferente ponderación en función de los criterios de calificación que se han trabajado, número de sesiones, o relevancia de los contenidos tratados. El reparto del porcentaje total (100 %) en las distintas Unidades Didácticas es el siguiente:

1	La sesión: Calentamiento General I	5%
2	Condición física y capacidades físicas I	30%
3	Hábitos saludables I: Alimentación, actividad física y sueño. Primeros auxilios I	5%
4	Iniciación a las situaciones motrices de cooperación - oposición. Juegos y deportes alternativos: Datchball	10%
5	Baloncesto	20%
6	Habilidades motrices básicas y cualidades motrices. Iniciación a la Gimnasia Deportiva. ACROSPORT	20%
7	Actividades en el medio natural: senderismo y juegos de pistas	10%

Los **criterios de calificación** en cada unidad didáctica serán los siguientes:

- El indicador vinculado al **criterio 5.1.** (relacionado con rutina de higiene, atuendo adecuado y educación postural en las rutinas de la práctica motriz) tiene un peso del 10% de cada unidad didáctica.
- El indicador vinculado al **criterio 5.2.** (relacionado con la realización del calentamiento y la vuelta a la calma, el cumplimiento de normas y el cumplimiento de las normas de seguridad) tiene un peso del 10% de cada unidad didáctica.
- El indicador relacionado con el del **criterio 3.1.** (relacionada participación activa) tiene un valor 20% de cada unidad didáctica
- **El resto de criterios de evaluación y su concreción en indicadores**, si se especifica, tiene un valor del 70% de la nota, que se especificará en cada una de las unidades didácticas anteriormente expuestas.

Los **criterios** para trasladar los resultados numéricos a los **boletines cualitativos** serán los siguientes:

- Insuficiente: de 0 a 4,99.
- Suficiente: de 5 a 5,99.
- Bien: de 6 a 6,99.
- Notable: de 7 a 8,99.
- Sobresaliente: de 9 a 10.

4.- Recuperación de la materia pendiente de cursos anteriores

No procede.