

Educación Física

1º Bachillerato

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.

-Escalas (descriptivas/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 Course Navette.
- Test de Salto horizontal.
- Test de lanzamiento de balón medicinal.
- Test de 10 x 5 metros.
- Test de abdominales en 60 segundos.
- Test de flexión de tronco.

-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 autónomamente la motricidad para resolver situaciones motrices según la lógica interna de las mismas (capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución), y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

1.1. Desarrollar proyectos motores mediante la resolución de situaciones motrices de carácter individual, en un medio con o sin incertidumbre, aplicando principios operacionales propios del tipo de práctica, siendo capaces de gestionar autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma reflexiva, cognitiva, eficiente y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.

1.2. Resolver situaciones motrices de cooperación en un medio con o sin incertidumbre, aplicando con fluidez y control procesos de percepción, decisión y aplicación práctica, adaptando las estrategias para ajustarse a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

1.3. Resolver situaciones motrices de oposición o colaboración-oposición, aplicando principios operacionales complejos propios de estas situaciones, basados en la descodificación de las conductas motrices del oponente y/o del compañero o compañera para ajustar la propia acción motriz.

1.4. Crear y representar composiciones mediante una motricidad simbólica, individuales o colectivas, con o sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante públicos diferentes.

CE.EF.2. Analizar críticamente e indagar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y de los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para defender, desde una postura ética y contextualizada, los valores que pueden transmitir.

2.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en la actualidad 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.

2.2. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad vinculada a la difusión pública de datos personales, siendo capaces de interpretar de manera crítica la información transmitida sobre las manifestaciones culturales vinculadas a la motricidad, a través de los medios digitales sopesando sus pros y sus contras.

CE.EF.3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva 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 autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los

diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

3.1. Practicar diversas actividades motrices 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, valorando su potencial como posible salida profesional.

3.2. Cooperar y 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.

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.

CE.EF.4. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre las personas que forman la comunidad.

4.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas, interactuando con el 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.

4.2. Practicar, organizar y evaluar actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, asumiendo responsabilidades, 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.

CE.EF.5. Interiorizar un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal basada en información constatable, y llevándola a la práctica de manera consecuente, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal.

5.1. Incorporar de forma autónoma, los procesos de activación corporal y relajación, autorregulación y dosificación del esfuerzo, durante la práctica de actividades motrices.

5.2. 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,

5.3. 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, basado en información constatable, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas (inteligencia motriz), y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.

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	Actividades motrices dirigidas al acondicionamiento físico	30%
2	Deportes alternativos	5%
3	Planificación del entrenamiento	35%
4	Coreografiando	5%
5	Proyecto de sesión	25%

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.

4.- Recuperación de la materia pendiente de cursos anteriores

Para recuperar la materia pendiente de Educación Física de 1º de Bachillerato se propone al alumnado un plan de recuperación de materia pendiente, que consta de:

- Un classroom con acceso a los contenidos teóricos anuales.
- Una reunión trimestral de seguimiento con el Jefe de Departamento o profesor/a de 1º bachillerato para consultar posibles dudas.
- Una prueba final de **materia pendiente** que se realizará en mayo (fecha y hora exacta por determinar). Para superar el examen extraordinario el alumno debe superar con nota igual o superior a SUFICIENTE. El examen de pendientes tendrá las siguientes características:
 - o **Primera parte (50%)**: examen escrito de los saberes básicos trabajados en el curso.
 - o **Segunda parte (50%)**: examen práctico de los saberes básicos practicados en el curso.

Las actividades de orientación y apoyo que el departamento propone al alumno para la superación de las pruebas extraordinarias son las siguientes:

- Se informará al alumnado de la fecha y formato del examen, así como a los tutores legales y tutor de centro.
- Se facilitarán mediante classroom los contenidos teóricos correspondientes a los saberes básicos realizados durante el curso a recuperar.
- Una vez conocidas las notas se informará a cada alumno de los criterios de evaluación de curso no superados.