

8.- Contenidos mínimos exigibles

A la hora de tratar los contenidos tengo en cuenta aquellos **contenidos mínimos** que sirven para que el alumno y alumna de 1º de Bachillerato alcance los objetivos marcados y, en ningún momento, deben impedir la consecución de los objetivos generales de la etapa. Los contenidos mínimos se han seleccionado a partir de los objetivos, de los criterios de evaluación y de los contenidos generales propuestos, haciendo especial hincapié en los contenidos conceptuales y, en menor medida, en las actividades.

Unidad 1: Las fuentes de información

- El artículo científico: estructura y bases para su publicación en revistas especializadas.

Unidad 2 : Organización básica del cuerpo humano

- Los niveles de organización.

- Los niveles de organización del cuerpo humano: células, tejidos, órganos, aparatos y sistemas.

- La célula humana

- La estructura básica de la célula humana.

- Los orgánulos celulares.

- La forma y el tamaño de las células.

- Los tejidos del cuerpo humano.

- La diferenciación celular.

- El tejido epitelial.

- El tejido conectivo.

- El tejido muscular.

- El tejido nervioso.

- Órganos, aparatos y sistemas del cuerpo humano.

- Anatomía: sistemas de referencia y términos de orientación:

- Planos y ejes anatómicos
- Cavidades y regiones anatómicas

Unidad 3 : El aparato locomotor

- El sistema esquelético.
 - Funciones.
 - Estructura de un hueso.
 - Los tipos de huesos.
- Los huesos del cuerpo humano.
 - Los huesos de la cabeza.
 - Los huesos del tronco.
 - Los huesos de las extremidades.
- El sistema articular.
 - Componentes y clasificación de las articulaciones.
 - Tipos de movimientos articulares según los planos y ejes implicados.
- El sistema muscular.
 - Funciones.
 - Estructura de un músculo esquelético.
 - Tipos de músculos.
 - Clasificación.
- La contracción muscular
 - Fisiología.
 - Tipos

Unidad 4 : Las características del movimiento y la biomecánica

- Los elementos que intervienen en una acción motora.
- El movimiento.
- La acción motora.
- La biomecánica.
- Mecánica, cinemática y dinámica aplicadas al movimiento corporal.
- Fuerzas que participan en el movimiento.

- Las palancas
- Las palancas en el ser humano.
- La postura
- La ergonomía.

Unidad 5 : El sistema cardiopulmonar

- El sistema circulatorio: componentes, estructura y funcionamiento de este.
- Concepto de latido cardíaco.
- El sistema linfático:
 - El plasma intersticial.
- El sistema linfático.
- El sistema respiratorio: componentes, estructura y funcionamiento de este.
- Parámetros respiratorios: conceptos de volumen respiratorio y capacidad pulmonar.
- Tipos de respiración.
- El aparato fonador: componentes, estructura y funcionamiento de este.

Unidad 6: El sistema de aporte y utilización de la energía

- Los nutrientes, alimentación y nutrición.
- Tipos de nutrientes.
- Necesidades nutricionales, actividad física y salud.
- El metabolismo humano. Catabolismo y anabolismo.
- Metabolismo aeróbico y anaeróbico.
- Metabolismo energético y la actividad física.
- Los alimentos. Dieta equilibrada.

Unidad 7 : Los sistemas de coordinación y regulación

- Organización del sistema nervioso.
 - Sistema nervioso central, sistema nervioso periférico y sistema nervioso autónomo.
 - El funcionamiento del sistema nervioso.
- El sistema endocrino. Las hormonas: clasificación y función como reguladores de la actividad

física.

- Eje neuroendocrino. Regulación de la secreción hormonal.
- Termorregulación y regulación de agua y sales minerales. Importancia en la actividad física y artística.

9.- Criterios de evaluación mínimos exigibles

UNIDAD 1

1. Conocer, comprender y describir los diferentes elementos que forman parte de la estructura de un artículo académico.

- 1.2. Reconoce los apartados que conforman un artículo científico.

2. Conocer, comprender y describir las principales bases científicas a las que se puede acceder para obtener información.

- 2.2. Sabe discernir qué información es posible encontrar en cada tipo de fuente.

3. Recopilar información, utilizando las Tecnologías de la Información y la Comunicación, de forma sistematizada y aplicando criterios de búsqueda que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.

- 3.3. Comunica y comparte la información encontrada, a través de un informe, una presentación, la elaboración de un póster, etc.

4. Comprender informaciones, adquirir vocabulario sobre los contenidos de la unidad, expresar conocimientos y opiniones de forma oral y escrita, y mostrar interés por la lectura de textos.

- 4.1. Comprende los textos y las diferentes informaciones presentados a lo largo de la unidad, adquiere vocabulario adecuado, expresa conocimientos y opiniones de forma oral y escrita, y muestra interés por la lectura de textos.

5. Elaborar trabajos con pulcritud y sentido estético.

- 5.1. Elabora trabajos con pulcritud.

6. Demostrar de manera activa motivación, interés y capacidad para el trabajo en grupo y para la asunción de tareas y responsabilidades.

- 6.1. Participa en la planificación de las tareas, asume el trabajo encomendado, y comparte las decisiones tomadas en grupo.
- 6.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras apoyando el trabajo de los demás.

UNIDAD 2

1. Describir los distintos niveles de organización de la materia viva.

- 1.1. Diferencia los distintos niveles de organización del cuerpo humano.

2. Conocer los diferentes componentes de la célula y las funciones que realizan.

- 2.1. Describe la estructura básica de la célula humana.
- 2.2. Identifica cada uno de los orgánulos que contiene la célula eucariota.

- 2.3. Explica las funciones que realiza cada uno de los componentes celulares.

3. Conocer los principales tipos de tejidos del cuerpo humano, sus principales características morfológicas, su localización y la función que desempeñan en el organismo.

- 3.1. Clasifica los principales tipos de tejidos epiteliales, y señala sus características, su función y su localización en el organismo.
- 3.2. Describe las características de los tejidos conjuntivos, adiposos y cartilagosos, e indica su función y su localización en el organismo.
- 3.3. Enumera las características del tejido óseo; señala su composición, su función y su localización.
- 3.4. Describe las características morfológicas y funcionales del tejido sanguíneo.
- 3.5. Explica las características morfológicas y funcionales del tejido muscular, y señala las diferencias entre los distintos tipos de tejidos musculares.
- 3.6. Explica las características del tejido nervioso, y describe los diferentes tipos celulares que lo forman.

4. Localizar los principales órganos y sistemas del ser humano y relacionarlos con las funciones que realizan.

- 4.1. Localiza los principales órganos y sistemas del cuerpo humano y los relaciona con sus funciones.

UNIDAD 3

1. Conocer las funciones del sistema esquelético y los tipos de huesos y explicar la estructura de un hueso.

- 1.1. Relaciona la estructura y las funciones del sistema esquelético con la movilidad del cuerpo humano.
- 1.2. Conoce los tipos de tejidos que forman la estructura de un hueso.

2. Identificar los distintos tipos de huesos y las funciones que desempeñan, utilizando la terminología adecuada.

- 2.1. Conoce la situación y las características de los huesos de la cabeza.
- 2.2. Conoce la situación y las características de los huesos del tronco.
- 2.3. Conoce la situación y las características de los huesos de las extremidades superiores e inferiores.

3. Diferenciar los tipos de articulaciones y los movimientos que permiten, y clasificar estos movimientos según los planos y ejes del espacio en que se producen.

- 3.1. Diferencia los distintos tipos de articulaciones y los movimientos que permiten.
- 3.2. Enumera los elementos de una articulación sinovial.
- 3.3. Conoce los principales movimientos articulares.

4. Conocer las funciones del sistema muscular y los tipos de músculos.
 - 4.1. Conoce la estructura y función del sistema muscular y su papel activo en el movimiento.
 - 4.2. Identifica los diferentes tipos de músculos.
5. Identificar los principales músculos del cuerpo humano, utilizando la terminología adecuada.
 - 5.1. Conoce qué músculos son los encargados de la expresión facial, de mover la mandíbula y el globo ocular.
 - 5.2. Conoce qué músculos son los encargados de mover las extremidades.
6. Explicar cómo se produce la contracción muscular, conocer sus tipos y los músculos que intervienen en ella.
 - 6.1. Comprende la fisiología de la contracción muscular.

UNIDAD 4

1. Analizar los mecanismos que intervienen en una acción motora y su relación con la finalidad expresiva de las actividades artísticas.
 - 1.1. Define acción motora.
 - 1.2. Describe los mecanismos de percepción, decisión ejecución y control que intervienen en una acción motora.
 - 1.3. Identifica y describe la relación entre la ejecución de una acción motora y su finalidad.
3. Analizar la ejecución de movimientos aplicando los principios anatómicos funcionales y las bases de la biomecánica implicadas en ellos.
 - 3.1. Conoce los principios de la mecánica implicados en el movimiento del cuerpo humano.
 - 3.2. Relaciona la estructura muscular con su función en la ejecución de un movimiento y las fuerzas que actúan en él.
5. Conocer cómo controlar la postura y los diferentes biotipos.
 - 5.1. Conoce el objetivo de la postura y sabe cómo controlarla.
 - 5.2. Describe los patrones estructurales o biotipos.
6. Reconocer la importancia que tienen los principios ergonómicos en las artes escénicas.
 - 6.1. Define ergonomía.
 - 6.2. Conoce cuáles son los conceptos más importantes a tener en cuenta desde el punto de vista ergonómico en las artes escénicas.
7. Comprender la importancia de mantener una postura correcta y evitar malos hábitos

posturales para evitar lesiones.

- 7.1. Controla su postura y aplica medidas preventivas en la ejecución de movimientos propios de las actividades artísticas, valorando su influencia en la salud.
- 7.2. Reconoce algunas alteraciones derivadas de una mala postura y propone alternativas saludables.

8. Conocer algunas enfermedades relacionadas con el movimiento en las diferentes actividades artísticas.

- 8.1 Conoce algunas enfermedades y las causas que las provocan relacionadas con el movimiento en la danza, la música, etc.

9. Reconocer la importancia de la actividad física para el aparato locomotor.

- 9.1. Reconoce los beneficios que tiene la actividad física para el aparato locomotor y propone actividades saludables.

UNIDAD 5

1. Describir la estructura y función del sistema cardiovascular, explicando la regulación e integración de cada uno de sus componentes.

- 1.1. Relaciona la estructura de los diferentes tipos de vasos sanguíneos con la función que desempeñan.
- 1.2. Conoce la estructura del corazón y su vascularización.

2. Describir cómo suceden la circulación sanguínea y el ciclo cardíaco.

- 2.1. Explica cómo se producen la circulación pulmonar y la circulación general.
- 2.2. Conoce los elementos implicados en el latido cardíaco.
- 2.3. Conoce qué es la frecuencia cardíaca.

3. Conocer el sistema linfático y las funciones que realiza.

- 3.1. Distingue los componentes y las funciones del sistema linfático, y conoce cómo sucede la circulación linfática.

4. Describir la anatomía del aparato respiratorio.

- 4.1. Conoce la anatomía de las vías respiratorias.
- 4.2. Conoce la anatomía de los pulmones.

5. Comprender los procesos relacionados con el intercambio gaseoso.

- 5.1. Describe el intercambio de gases que tiene lugar en los pulmones y la dinámica de ventilación pulmonar asociada a él.
- 5.2. Conoce los conceptos de volumen respiratorio y ventilación pulmonar.

6. Explicar cómo se producen los diferentes tipos de respiración.

- 6.1. Comprende las diferencias entre la respiración abdominal, torácica y clavicular, y sabe discernir la más eficiente.

7. Describir la estructura del aparato fonador.

- 7.1. Conoce la anatomía de las estructuras que conforman el aparato fonador.

9. Describir las principales enfermedades del aparato fonador y los hábitos saludables para evitarlas.

- 9.1. Identifica las principales patologías que afectan a al aparato de fonación relacionándolas con las causas más habituales.
- 9.2. Conoce los principales tipos de disfonías y los principales hábitos saludables para el cuidado de la voz.

10. Identificar las principales patologías del aparato circulatorio y del aparato respiratorio.

- 10.1. Identifica las principales patologías del aparato circulatorio.
- 10.2. Identifica las principales patologías del aparato respiratorio.

11. Conocer los principales hábitos saludables relacionados con el sistema cardiopulmonar.

- 11.1. Enumera los principales hábitos y costumbres para conservar la salud del sistema cardiopulmonar.

12. Explicar las principales adaptaciones cardiovasculares y respiratorias al ejercicio físico.

- 12.1. Expone de forma razonada argumentos que apoyan la relación del sistema cardiopulmonar con el ejercicio físico, su adaptación y mejora del rendimiento.

UNIDAD 6

1. Conocer los principales tipos de nutrientes y sus funciones.

- 1.1. Conoce los tipos de nutrientes y las funciones que desempeñan en el organismo.

2. Conocer los conceptos de metabolismo aeróbico y metabolismo anaeróbico.

- 2.1. Describe los procesos metabólicos de producción de energía por las vías aérobicas y anaeróbicas, justificando su rendimiento energético.

3. Explicar con claridad la estructura de la molécula de ATP y su importancia biológica.

- 3.1. Justifica el papel del ATP como transportador de la energía libre asociándolo con el suministro continuo y adaptado a las necesidades del cuerpo humano.

4. Clasificar los alimentos en los diferentes grupos que existen y conocer su composición.

- 4.1. Conoce los diferentes tipos de alimentos y sabe interpretar las tablas de composición de estos.

5. Valorar los hábitos nutricionales que inciden favorablemente en la salud y en el rendimiento de las actividades artísticas corporales.

- 5.1. Reconoce hábitos alimentarios saludables y perjudiciales para la salud, obteniendo conclusiones para mejorar el bienestar personal. Asociado a él.
- 5.2. Elabora dietas equilibradas, considerando el balance energético entre ingesta y actividad, y argumentando su influencia en la salud y el rendimiento físico.

6. Conocer las necesidades hídricas de un individuo en diferentes actividades y circunstancias.

- 6.1. Relaciona la hidratación con el mantenimiento de un estado saludable, calculando el consumo de agua diario para mantener los estándares de salud en distintas circunstancias o actividades.

7. Reconocer las principales patologías relacionadas con el comportamiento alimentario.

- 7.1. Reconoce los factores sociales, incluyendo los derivados del propio trabajo artístico, que conducen a la aparición en los trastornos del comportamiento nutricional.

8. Conocer la anatomía del aparato digestivo relacionándolo con el proceso digestivo.

- 8.1. Identifica la estructura de los aparatos y órganos que intervienen en los procesos de digestión y absorción de los alimentos y nutrientes, relacionándolos con sus funciones en cada etapa.
- 8.2. Distingue los diferentes procesos que intervienen en la digestión y la absorción de los alimentos y nutrientes, vinculándolos con las estructuras orgánicas implicadas en cada uno de ellos.

9. Describir las principales enfermedades del aparato digestivo.

- 9.1. Identifica las principales patologías que afectan a al aparato digestivo relacionándolas con sus causas más habituales.

UNIDAD 7

1. Reconocer la estructura del tejido nervioso, explicar cómo sucede la sinapsis.

- 1.1. Conoce la estructura de una neurona y la glía.
- 1.2. Describe cómo sucede la estructura de una neurona y la glía.

2. Conocer las estructuras anatómicas y las funciones del sistema nervioso central y del sistema nervioso periférico.

- 2.1. Conoce la anatomía del sistema nervioso central y explica la función de cada una de las estructuras que lo constituyen.
- 2.2. Conoce la anatomía del sistema nervioso periférico y explica las funciones del sistema nervioso periférico somático y el sistema nervioso vegetativo o autónomo.
- 2.3. Reconoce las diferencias entre los movimientos reflejos y los voluntarios

asociándolos a las estructuras nerviosas implicadas en ellos.

3. Conocer las estructuras que conforman el sistema endocrino: las hormonas y las glándulas que las producen.

- 3.1. Explica qué son las hormonas y conoce la función de las principales hormonas que regulan el funcionamiento del organismo.
- 3.2. Conoce los principales órganos y glándulas donde se producen las hormonas.
- 3.3. Valora los beneficios del mantenimiento de una función hormonal para el rendimiento físico del artista.

4. Describir cómo se regula la secreción hormonal.

- 4.1. Describe los mecanismos de regulación endocrina.

6. Reconocer las principales patologías relacionadas con el sistema endocrino.

- 6.1. Reconoce algunas de las principales enfermedades del sistema endocrino.

7. Conocer algunos hábitos saludables para conservar la salud de los sistemas implicados en el control y la regulación de organismos.

- 7.1. Nombra algunos hábitos saludables para prevenir enfermedades relacionadas con los sistemas nervioso y endocrino.

10.- Criterios de calificación

La evaluación no será continua y los exámenes tendrán un carácter eliminatorio de materia. La valoración de los exámenes y el cuaderno de ejercicios escritos considerará: la adecuación de las respuestas a las cuestiones planteadas, la coherencia en los razonamientos y en el lenguaje científico. La ortografía y la presentación también se valorarán, pudiendo bajar la nota hasta un punto.

-El 80% de la nota se calificará mediante:

- Pruebas escritas

-El 20% de la nota se calificará a partir de:

- Asistencia , puntualidad, interés en clase y en prácticas.
- Tareas diarias, cuaderno de trabajo y de laboratorio
- Trabajos y exposición oral de los trabajos

Para realizar la media entre las diferentes pruebas escritas de una evaluación y aplicar los porcentajes con el resto de instrumentos evaluados , será necesario obtener una nota igual o superior a 4 en cada uno , y llegar a una puntuación de 5 con todos los apartados.

Recuperación

La recuperación se realizará después de finalizado el proceso de evaluación y tendrá las

mismas características que la evaluación ordinaria sólo se diferenciará en que el alumno tendrá una nueva oportunidad de realizar una nueva prueba escrita en los días y horas señalados para tal efecto. En la convocatoria extraordinaria el alumno se examinará de toda la asignatura.

En la nota final de todos los exámenes de recuperación se tendrá en cuenta, también, el trabajo realizado durante el curso.

Prueba extraordinaria

La prueba extraordinaria consistirá en la realización de una prueba escrita sobre todos los temas del curso, con el objeto de que el alumno recupere la asignatura.

La nota obtenida en la prueba, supondrá el 100% de la nota final y será necesario obtener una nota de 5 o más

Recuperación de la materia pendiente.

Las pruebas de recuperación se harán dividiendo la asignatura en tres partes, y sometiéndolas a prueba escrita a finales de diciembre, de febrero y de abril. La tercera prueba podrá incluir preguntas relativas a las anteriores y se considerará examen final.

Para hacer media entre las tres pruebas será necesario obtener una calificación igual o superior a cuatro puntos en las mismas.

En caso de no superar la materia podrán presentarse a la prueba extraordinaria de septiembre donde se realizará una prueba escrita con el objeto de que el alumno recupere el área, la nota obtenida supondrá el 100% de la nota final y será necesario obtener una nota de 5 o más