

Educación Física

2º ESO

Información web
Curso 2022/2023



IES Luis Buñuel
Dpto. Educación
Física

Sumario

1.- Contenidos mínimos exigibles	2
2.- Criterios de evaluación mínimos exigibles	3
3.- Criterios de calificación	4
4.- Recuperación de la materia pendiente de cursos anteriores	5

1.- Contenidos mínimos exigibles

- La sesión:

- . Partes de la sesión.
- . Pautas y recomendaciones antes, durante y después de la práctica deportiva.

- El calentamiento general:

- . Efectos del calentamiento.
- . Fases del calentamiento.
- . Normas del calentamiento

- Condición física:

- . Concepto.
- . Capacidades o cualidades físicas básicas.
- . Test para valorar las diferentes capacidades físicas básicas.
 - . Factores condicionantes de las diferentes capacidades físicas.

- El Aparato locomotor:

- . Articulaciones.
- . Huesos.
- . Músculos.
 - . Estiramientos.

- Capacidades complementarias:

- . Coordinación (Combas y Juegos malabares).
- . Agilidad y Equilibrio (Atletismo I: Vallas).

- Deportes colectivos:

- . Balonmano (Características técnicas, tácticas y reglamentarias básicas).

- Deportes individuales:

- . Atletismo – Carreras de atletismo (Elementos técnicos y reglamentarios básicos).

- Expresión corporal:

- . Malabares.

- Actividades físicas en la naturaleza:

- . Bicicleta y/o Senderismo.

2.- Criterios de evaluación mínimos exigibles

Criterios de evaluación / Criterios de evaluación mínimos para superar 2º de E.S.O.	SI	NO
<p>1.- Incrementar la resistencia aeróbica y resto de CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS respecto a su nivel inicial. Ser capaz de realizar una carrera continua de una duración mínima de 12 minutos a un ritmo no inferior a 6'/km; así como pruebas de flexibilidad, velocidad y fuerza de acuerdo a su nivel.</p> <p>2.- Reconocer a través de la práctica las actividades físicas que se desarrollan en una franja de actividad beneficiosa para la salud. Ser capaz de realizar un CALENTAMIENTO GENERAL autónomo, marcando sus fases. Conocer y respetar los hábitos saludables.</p> <p>3.- Realizar la acción motriz oportuna en función de la fase de juego que se desarrolle, ataque o defensa, en el juego o deporte colectivo propuesto. BALONMANO. Ser capaz de completar correctamente un circuito de ejecución de la técnica básica del balonmano con destreza. Ser tolerante con el nivel de ejecución de los compañeros.</p> <p>4.- Mejorar la ejecución y conocer los aspectos técnicos fundamentales de un deporte individual, aceptando el nivel alcanzado. ATLETISMO – CARRERAS. Secuenciar de forma armónica los gestos básicos de la técnica de carrera, de paso de vallas y cambio de testigo.</p> <p>5.- Realizar de forma autónoma un recorrido de SENDERISMO cumpliendo normas de seguridad básicas y mostrando una actitud de respeto hacia la conservación del entorno en el que se lleva a cabo la actividad. Respetar tanto en el medio urbano como el natural. Ser capaz de realizar las actividades en el medio natural propuestas respetando el medio ambiente.</p> <p>6.- Crear y poner en práctica una secuencia armónica de movimientos corporales a partir de un movimiento escogido. Conocer y realizar las actividades expresivas propuestas (COMBAS Y MALABARES). Ejecutar improvisaciones tanto individuales como colectivas de manera espontánea. Ser capaz de superar su timidez frente al grupo y respetar a los demás.</p> <p>7.- Identificar los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida cotidiana. El alumno debe cumplir con los hábitos y normas mínimas de la materia respecto a su propia higiene corporal relacionada con la actividad física.</p>		

3.- Criterios de calificación

Se evaluarán todos los criterios de evaluación, de forma que es necesario sacar una **nota igual o superior a 5** para superar la asignatura.

Los criterios de evaluación se evaluarán de acuerdo al bloque de contenidos al que están asociados:

Para todos los niveles de la E.S.O.:

- Los criterios de evaluación del Bloque 6, Cri.EF. 6.4, Cri.EF. 6.6, Cri.EF. 6.7., Cri.EF. 6.8., Cri.EF. 6.9., suponen un **20% de la nota final**
- Los criterios de evaluación de los bloques 1, 2, 3, 4 y 5, Cri.EF. 6.5., y Cri.6.10 (cuaderno y/o trabajos) del bloque 6, suponen un **80 % de la nota final de forma proporcional entre todos ellos.**

Cabe recordar en este apartado una serie de condicionantes que ya se mencionaron en apartados anteriores de esta programación:

- Los trabajos se entregarán el día establecido por el profesor. En caso de presentarlo con posterioridad, se valorará con una nota máxima de 5, y en caso de no entregarlo en los dos días siguientes a la fecha establecida, se considerará como no presentado.

Es necesario obtener una **puntuación mínima de 3,5 puntos en todas las pruebas de evaluación** para poder obtener, si el resto de notas lo permiten, una evaluación positiva en la materia. Exceptuando los test de valoración de la condición física de inicio de curso.

- El trabajo diario se considerará como una prueba de evaluación, por lo que también se debe alcanzar una puntuación mínima. La no práctica de forma activa e injustificada a más del 20% de las sesiones supondrá no alcanzar la puntuación mínima establecida en el punto anterior.

- Para obtener una calificación positiva al final de la materia (5 o superior) se deben aprobar los contenidos mínimos de los tres trimestres por separado, al no darse una relación directa entre los mismos.

- Es decir, tanto en la evaluación final como en la evaluación extraordinaria, **se deben haber superado TODOS los contenidos mínimos exigibles del nivel educativo.** Así, un alumn@ no podrá alcanzar una calificación positiva sin haber superado todos los contenidos mínimos exigidos.

4.- Recuperación de la materia pendiente de cursos anteriores

Para recuperar los contenidos no superados en cursos anteriores, y debido a que los bloques de contenidos son los mismos en todos los cursos, se considerará "recuperada" la asignatura cuando se cumplan dos requisitos:

- El alumno presente aquellos trabajos que el profesor indique, relacionados con los contenidos suspensos. Mediante estos trabajos se intentará comprobar si el alumno ha adquirido los conceptos del curso anterior.
- El alumno presenta una mejoría respecto al curso anterior, lo que se constatará cuando éste apruebe la primera y segunda evaluación de la asignatura.

En caso de no cumplir con los requisitos establecidos, el alumno deberá presentarse a examen del nivel educativo pendiente que le corresponda en el mes de mayo, con similares características al examen extraordinario de cada nivel educativo.