

# **CURSO 2024/2025**

## **IES VALLE DEL HENARES**

### **(JADRAQUE)**

**Profesor: Juan Carlos Bosque Flor**

**CURSOS: 1º ESO, 2º ESO, 3º ESO Y 4º ESO**

#### **Criterios de evaluación y calificación de secundaria en Educación Física.**

Atendiendo a la naturaleza de la materia de Educación Física, los criterios de calificación que se establecen son los siguientes:

##### **1. Competencia en comunicación lingüística (descriptores del perfil de salida).**

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

##### **2. Competencia en comunicación plurilingüe (descriptores del perfil de salida).**

CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.

CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

### **3. Competencia matemática en ciencias, tecnología e ingeniería (descriptores del perfil de salida).**

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

### **4. Competencia digital (descriptores del perfil de salida).**

CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.

CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.

CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

## **5. Competencia social, personal y de aprender a aprender (descriptores del perfil de salida).**

CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.

CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.

CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.

CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.

CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

## **6. Competencia de conciencia y expresiones culturales (descriptores del perfil de salida).**

CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.

CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.

CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.

CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

## **7. Competencia ciudadana (descriptores del perfil de salida).**

CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.

CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.

CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.

## 8. Competencia emprendedora (descriptores del perfil de salida).

CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.

CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.

CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

1º - 2º ESO	
SABERES BÁSICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<b>A. VIDA ACTIVA Y SALUDABLE</b>	
– Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del <i>core</i> (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.	<b>1.1; 1.2</b>
– Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.	<b>1.5</b>
– Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.	
<b>B. ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA</b>	

<p>– Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: el atletismo, running, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia, como pueden ser el castillo, atrapa la bandera y otros, para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. Práctica de situaciones deportivas cooperativas. Deportes de adversario en los que se apliquen, de forma integrada, los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el kickbol, ringo, datchball u otros, que propicien el desarrollo de experiencias grupales mediante situaciones de aprendizaje ajustadas a nuestras potencialidades.</p>	<b>2.2; 2.3</b>
<p>– Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.</p>	
<p>– La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</p>	<b>1.5</b>
<p>– Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p>	<b>1.6; 2.1</b>
<p>– Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</p>	<b>1.3; 1.5</b>
<p>– Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).</p>	<b>1.4</b>

### **C. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES**

<p>– Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/ tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p>	<b>2.2; 3.2</b>
<p>– Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.</p>	<b>2.3</b>
<p>– Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.</p>	<b>1.1</b>
<p>– Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.</p>	
<p>– Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.</p>	<b>2.3; 3.2</b>
<p>– Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.</p>	

### **D. AUTOREGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES**

<p>– Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.</p>	<b>3.3</b>
--	------------

– Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.	<b>3.1</b>
– Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.	
– Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.	<b>3.3</b>
<b>E. MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ</b>	
– Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.	<b>4.1</b>
– Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.	<b>4.3</b>
– Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.	
– Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).	<b>4.2</b>
– Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.	<b>1.5</b>

<b>F. INTERACCIÓN EFICIENTE Y SOSTENIBLE CON EL ENTORNO</b>	
– Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.	<b>5.2</b>
– La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.	
– Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad ( <i>parkour</i> , <i>skate</i> o similares).	<b>5.1; 1.6</b>
- Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento: Rally fotográfico u otras.	
- Iniciación en diversas actividades físico-deportivas de bajo impacto como rastreo, senderismo, marcha nórdica, escalada u otras, que le permitan al alumnado conocer su entorno natural, disfrutar del mismo y ayudar a su cuidado, conservación y mejora.	<b>5.1</b>
- Aproximación a las herramientas digitales, como medio de adquisición de información y análisis, en la práctica de nuestras actividades.	<b>1.6</b>
– Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos.	<b>1.3</b>
– Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.	<b>5.1</b>
– Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.	<b>5.2</b>
– Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.	<b>1.5</b>

## 3º - 4º ESO

SABERES BÁSICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<b>A. VIDA ACTIVA Y SALUDABLE</b>	
<p>– <b>Salud física:</b> control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica). Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.</p>	<b>1.1; 1.2</b>
<p>– <b>Salud social:</b> Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.</p>	<b>1.5</b>
<p>– <b>Salud mental:</b> exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.</p>	
<b>B. ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA</b>	
<p>– Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.</p>	<b>1.1</b>
<p>– Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.</p>	<b>1.5</b>
<p>– Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.</p>	
<p>– Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p>	<b>1.6; 2.1</b>
<p>– Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.</p>	<b>1.3</b>
<p>– Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).</p>	<b>1.4</b>
<b>C. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES</b>	

<p>– Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p>	<b>2.1</b>
<p>– Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.</p>	<b>2.2</b>
<p>– Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.</p>	<b>2.3</b>
<p>– Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.</p>	
<p>– Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.</p>	
<p>– Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.</p>	
<b>D. AUTOREGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES</b>	
<p>– Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.</p>	<b>3.3</b>
<p>– Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.</p>	<b>3.1; 3.3</b>
<p>– Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.</p>	
<p>– Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p>	<b>3.3</b>
<b>E. MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ</b>	
<p>– Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</p>	<b>4.1</b>
<p>– Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.</p>	<b>4.3</b>
<p>– Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.</p>	



– Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.	<b>4.2</b>
– Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.	<b>4.1</b>
<b>F. INTERACCIÓN EFICIENTE Y SOSTENIBLE CON EL ENTORNO</b>	
– Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. – La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.	<b>5.2</b>
– Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas ( <i>crossfit</i> , gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).	
- Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como por ejemplo: adventure lab. - Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carreras de Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura.	<b>1.6; 5.1</b>
- Utilidades de las herramientas digitales para facilitar la geolocalización, el registro y seguimiento de actividades, la navegación en entornos naturales no conocidos y la interpretación del entorno.	
– Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.	<b>5.2</b>
– Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.	<b>5.1</b>
– Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.	<b>5.2</b>
– Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.	<b>5.1</b>

### **PROCEDIMIENTO DE EVALUACION**

La evaluación desarrollada a lo largo de los cursos de Educación Secundaria Obligatoria servirá para medir el grado de consecución de los objetivos y de las competencias establecidas, siendo este el criterio que deberán tenerse en cuenta a la hora de decidir la promoción de un curso a otro.

El equipo docente mantendrá un seguimiento continuo del proceso de enseñanza-aprendizaje a través de documentos compartidos y reuniones tanto presenciales como digitales a través de la plataforma TEAM y Educamos.

En la Orden 186 /2022 de 27 de septiembre se expone la finalidad de la evaluación en la Educación Secundaria Obligatoria siendo esta la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y del logro de los objetivos de etapa, respetando los principios del DUA. La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua, formativa e integradora.

La evaluación continua implica un seguimiento permanente por parte de los profesores/as, con la aplicación de diferentes procedimientos de evaluación en el proceso de aprendizaje.

El alumnado será evaluado a través de trabajo, la progresión y la calidad del resultado de las diferentes actividades de evaluación. Se contempla el uso de instrumentos de evaluación diversos que permitan una mejor adaptación del alumnado.

En el proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o de una alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo educativo. Estas medidas se adoptarán en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades, con especial seguimiento a la situación del alumnado con necesidades educativas especiales y estarán dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias imprescindibles para continuar el proceso educativo, con los apoyos que cada uno precise.

La evaluación integradora implica que desde todas y cada una de las materias o ámbitos deberá tenerse en cuenta la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y del correspondiente desarrollo de las competencias. El carácter integrador de la evaluación no impedirá que el profesorado realice de manera diferenciada la evaluación de cada materia o ámbito, teniendo en cuenta sus criterios de evaluación.

Es importante destacar que la participación del profesor en el proceso de evaluación no se limitará a la mera corrección de las tareas entregadas por los alumnos, sino que estará involucrado en el proceso, indicando a los alumnos aquellas cosas que se pueden mejorar en la forma de trabajar y en la producción de las soluciones, proporcionando alternativas y valorando después de forma conjunta con el alumno los resultados.

#### **a) Momentos**

El proceso de enseñanza aprendizaje se evaluará de forma continua, formativa y diferenciada a lo largo del curso, pero hay cuatro momentos donde se transmite oficialmente a la comunidad educativa.

- Diagnóstico o inicial: junto a las propuestas de mejora es el punto de partida para elaborar la programación.
- Diaria: a través del uso de los instrumentos de evaluación para determinar el nivel competencial y la calificación.
- Trimestral: donde se comparte oficialmente el grado de desempeño del alumnado y se asigna calificación. Se comunica oficialmente en boletín.
- Final: donde se acuerda la promoción del alumnado. La promoción estará sujeta al desarrollo de las competencias y el logro de los objetivos. Se comunica oficialmente en el boletín.

#### **b) Tipos: Heteroevaluación, coevaluación y autoevaluación**

- Heteroevaluación: el docente valora unos conocimientos y habilidades.
- Coevaluación: realizada entre pares (alumnado).
- Autoevaluación: por el propio discente.

#### **c) Criterios de evaluación y calificación. Recuperación de pendientes**

La evaluación se realizará a través de los criterios de evaluación que han sido baremados previamente en relación a las competencias específicas. El valor porcentual de los criterios de evaluación en cada curso está reflejado en las tablas previas que relacionan competencias específicas, criterios de evaluación, descriptores operativos del perfil de salida. La calificación final de curso se hará en base al cálculo porcentual, indicado antes en las tablas, de las competencias específicas de curso. La calificación en cada competencia se obtiene por la nota media de los diferentes criterios de evaluación relacionados con cada competencia específica. Al tener que realizar una evaluación trimestral de cara a los padres, madres o tutores legales de los alumnos; se informará del grado de consecución de los criterios de evaluación trabajados en cada una de las

evaluaciones. Sin embargo, la nota final del alumno no será la media aritmética de esas notas informativas en cada evaluación, sino el cálculo porcentual, indicado antes en las tablas, de las competencias específicas de curso que llevan una nota de 1 a 10 cada una de ellas, respetando así el marco de evaluación continúa establecida en la LOMLOE.

Cada criterio de evaluación podrá ser dividido en diferentes indicadores de logro al objeto de ser lo más preciso y fiable posible en el proceso de evaluación, siempre respetando el peso concreto del criterio de evaluación. Para la evaluación de dichos criterios se utilizarán diversos instrumentos de evaluación descritos más adelante. La materia se considerará aprobada cuando la media de las calificaciones obtenidas por el alumnado en las tres evaluaciones parciales sea igual o superior a 5.

Las notas resultantes de calificación de cada unidad didáctica se obtendrán según la ponderación de cada uno de los criterios de evaluación especificados en la programación de cada curso. Dichos criterios se encuentran conectados con los descriptores operativos del perfil de salida del alumnado, de tal manera que se pueda evaluar el grado de adquisición del nivel competencial de cada alumno.

### **Plan de evaluaciones suspensas**

En caso de evaluación negativa (insuficiente), sabremos en todo momento cuáles son los criterios en los que el alumno/a debe mejorar para recuperarlos.

- Si no lograra alcanzar el suficiente (5) en alguna Situación de Aprendizaje, habrá la posibilidad de recuperarla al término de dicha evaluación, siempre y cuando se disponga de tiempo. Sino deberá de esperar a recuperarla al inicio del siguiente trimestre.
- En caso de suspender una evaluación, tendrán derecho a recuperarla en el siguiente periodo temporal (trimestre) o en prueba extraordinaria a realizar al final del curso.

Para ello, se recogerán aquellos saberes básicos y criterios de evaluación que han sido causa del suspenso, así como las actuaciones y/o los cambios que debe presentar el alumno o alumna para poder recuperar los contenidos mediante un instrumento o instrumentos adecuados para su medida en cada caso particular.

### **Plan de recuperación de materia pendiente.**

Para que el alumnado con la Educación Física pendiente del curso anterior en la ESO supere la materia, deberá cumplir 2 requisitos: por un lado, deberá aprobar las dos primeras evaluaciones de la materia de EF en el curso en el que esté durante el presente curso escolar; por otro lado, deberá entregar un trabajo por trimestre sobre los saberes correspondientes al curso que tiene pendiente. Para ello, se le entregará un plan de refuerzo con la información pertinente a través de la plataforma EducamosCLM, llevando un seguimiento del mismo y estando siempre a disposición del alumnado para solventar cualquier duda.

### **Repetición de pruebas.**

La repetición de cualquier prueba de evaluación, así como la entrega de trabajos fuera de plazo, únicamente se llevarán a cabo ante causas debidamente justificadas (enfermedad del alumno/a o causa de fuerza mayor).

Para la repetición de un examen es prescriptivo que el alumno presente al profesor de la materia un justificante oficial el día de su incorporación al centro. La prueba repetida será análoga a la ya realizada y se desarrollará en un día fijado entre el profesor y el alumno.

Las faltas injustificadas a alguna prueba serán calificadas con la mínima puntuación, no teniendo el profesor obligación de realizarlas de nuevo.

### **Alumnado inhabilitado temporal o completamente de la práctica.**

Los alumnos lesionados o incapacitados temporalmente deberán entregar al profesor un justificante médico donde se indique la situación del alumno. Deberán asistir a clase, si el justificante médico no indica lo contrario, adaptándoles el profesor las actividades y tareas al tiempo que dure la lesión o incapacidad. Si como consecuencia de su incapacidad o lesión el alumno no pudiera ser evaluado de determinados criterios de evaluación, y debido a ello no pudiera aprobar la evaluación o curso, se adaptará la fecha de recuperación a la mejora de su lesión o incapacidad. En cualquier caso, este tipo de situaciones requerirán de un análisis individualizado. Este hecho, conlleva la modificación en el tratamiento de los elementos curriculares, fundamentalmente en relación a los saberes básicos y los instrumentos a evaluar.

- **Alumnos exentos totales:** En función del caso particular, se dispondrá una prueba lo más acorde posible a su condición, intentado separarse lo menos posible del currículo programado para el resto de sus compañeros. Quedará reflejado en su plan de trabajo.
- **Alumnos exentos parciales:** Los porcentajes serán los mismos que el resto de sus compañeros, si bien, deberán mantener un rol activo en el desarrollo de las sesiones, ayudando al profesor, animando a los compañeros, motivando en la práctica, etc. En cuanto a la evaluación de los conceptos (examen teórico), el profesor podrá ampliar dicha prueba en cuanto al número y/o extensión de las preguntas.

### **Procedimientos y actividades de evaluación para los alumnos que pierden el derecho a la evaluación continua.**

De forma general, los alumnos que se encuentren en esta situación, así como los que no hayan superado la materia en la evaluación ordinaria, podrán recuperar según el plan de refuerzo que el profesor elaborará de forma individualizada para cada uno de ellos. En este plan se establecerán los saberes básicos y criterios de evaluación que serán objeto de recuperación. También se establecerán las actividades que sean requeridas para poder evaluar al alumno y la fecha de los exámenes, si también se hace uso de este instrumento de evaluación. El profesor guiará al alumno en el proceso de recuperación de la materia, previa entrega del plan de refuerzo, durante los periodos lectivos que desde el centro sean asignados para este propósito.

### **Procedimiento para que el alumnado y, en su caso las familias, conozcan los criterios de evaluación y calificación.**

El alumnado será informado de los objetivos, saberes básicos, competencias y criterios de evaluación y calificación durante las primeras sesiones del curso. Además, dicha información aparece recogida en la programación didáctica de la materia, accesible a cualquier persona que solicite su consulta. A su vez, tanto los criterios de evaluación como los criterios de calificación, se publicarán en la página web del instituto.

#### **d) Instrumentos de evaluación**

Dada la diversidad de contenidos a trabajar en el área, consideramos vital utilizar gran diversidad de procedimientos de evaluación que nos permitan obtener datos de todos los agentes que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Lejos de limitarnos a test físicos o deportivos, entre los procedimientos a utilizar tenemos los siguientes:

- **Procedimientos de observación directa e indirecta:** son muy valiosos para recoger todo lo que sucede en clase, en el progreso del día a día, etc. Siempre que estos registros sean sistemáticos y continuos y no sólo contengan elementos cuantitativos de la actividad, sino que además recojan aspectos cualitativos (atención, esfuerzo, etc. Dentro

de estos sistemas podemos utilizar registros anecdóticos, escalas o listas de control, rúbricas, dianas de evaluación, escalas descriptivas...

- Pruebas de ejecución escrita: entre ellas destacan el examen, portafolio, trabajos de comentarios de texto, mapas conceptuales...
- Pruebas de ejecución motora: permiten poner de manifiesto la eficacia del aprendizaje. Estas pueden ser útiles tanto para la evaluación del producto como la del proceso. Además de atender al resultado esta prueba permite también atender a su realización. Ejemplos: coreografías grupales, entrada a canasta, circuitos de agilidad etc.
- Test o baterías: son situaciones experimentales estandarizadas. Los más utilizados son los test de condición física que permiten evaluar mediante la comparación con otros individuos, así como a partir de sus progresos.

Cabe destacar que en el proceso de evaluación también debemos involucrar a nuestros discentes. Esto se hará a través de la coevaluación (evaluación entre ellos mismos) y autoevaluación, sin perjuicio de la heteroevaluación (evaluación del profesor a los alumnos) cuando este lo crea conveniente.

#### **e) Documento de plan de trabajo.**

Se proveerá al alumno/a de un plan de trabajo individualizado que puede ser de recuperación, de refuerzo, de profundización o para el alumnado que requiera ser atendido según sus características individuales.

Al final de cada curso se elaborará un plan de refuerzo para el alumnado con materias no superadas del curso anterior.

En cuanto a la ponderación del comportamiento relacionado con la actitud, este se realizará de la siguiente manera:

<b>ACTITUDES EN EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>No participación</b>	<b>-0,30</b>
<b>Falta de Aseo/Material</b>	<b>-0,20</b>
<b>Falta de comportamiento leve (negativo)</b>	<b>-0,15</b>
<b>Comportamiento que mejora lo esperado (positivo)</b>	<b>+0,20</b>

## **CURSO: 1º BACHILLERATO**

### **Criterios de evaluación y calificación de bachillerato en Educación Física.**

Atendiendo a la naturaleza de la materia de Educación Física, los criterios de calificación que se establecen son los siguientes:

#### **1. Competencia lingüística (descriptores del perfil de salida).**

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

#### **2. Competencia plurilingüe (descriptores del perfil de salida).**

CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.

CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

#### **3. Competencia matemática en ciencias, tecnología y ingeniería (descriptores del perfil de salida).**

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los

conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

#### **4. Competencia digital (descriptores del perfil de salida).**

CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.

CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.

CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

#### **5. Competencia social y de aprender a aprender (descriptores del perfil de salida).**

CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.

CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.

CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.

CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.

CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

#### **6. Competencia en conciencia y expresiones culturales (descriptores del perfil de salida).**

CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.

CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.

CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.

CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

## **7. Competencia ciudadana (descriptores del perfil de salida).**

CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.

CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.

CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.

## **8. Competencia emprendedora (descriptores del perfil de salida).**

CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.

CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.

CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.



<b>1º BACHILLERATO</b>	
<b>SABERES BÁSICOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>
<b>A. VIDA ACTIVA Y SALUDABLE</b>	
<p>– Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo- pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.</p>	<b>1.1; 1.2</b>
<p>– Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.</p>	<b>1.4</b>
<p>– Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.</p>	
<b>B. ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA</b>	
<p>– Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva, como el tipo de deporte, los juegos y los deportes alternativos, el material necesario, los objetivos de la preparación, las actividades y similares.</p>	<b>2.1</b>
<p>– Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.</p>	
<p>– Hábitos higiénicos. Importancia y aplicación de los mismos, de forma autónoma y adecuándolos a los rasgos de las prácticas físicas.</p>	<b>1.2</b>
<p>– Autogestión de proyectos personales de carácter motor en todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similares). Herramientas digitales para la planificación, gestión, control y mejora de la actividad física.</p>	<b>1.5</b>
<p>– Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.</p>	<b>1.3</b>
<p>– Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS (Proteger, Avisar, Socorrer). Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (Reanimación Cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).</p>	<b>1.3</b>
<p>– Protocolos ante alertas escolares.</p>	

<b>C. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES</b>	
<p>– Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.</p>	<b>2.1; 3.2</b>
<p>– Plan deportivo. Desarrollo y diseño de propuestas deportivas secuenciadas y ajustadas a las características del escenario de aplicación. Sesiones autogestionadas.</p>	
<p>– Preparación y puesta en marcha de un evento deportivo solidario o en favor a la comunidad.</p>	
<p>– Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención, para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.</p>	<b>2.2</b>
<p>– Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.</p>	
<p>– Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.</p>	<b>2.3</b>
<p>– Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.</p>	
<b>D. AUTOREGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES</b>	
<p>– Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</p>	<b>4.1</b>
<p>– Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.</p>	<b>3.1</b>
<p>– Normas extradeporativas para garantizar la igualdad en el deporte, vinculadas tanto con aspectos económicos (sostenibilidad financiera, contratos, ingresos publicitarios, premios, subvenciones, becas y ayudas) como con aspectos sociales (comportamientos y actitudes adecuadas en aficiones y seguidores, análisis en distintos medios de comunicación, coeducación en deporte base y similares).</p>	<b>2.1</b>
<p>– Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.</p>	<b>3.1</b>
<p>– Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBI fóbicas).</p>	<b>3.3</b>
<b>E. MANIFESTACIÓN DE LA CULTURA MOTRIZ</b>	
<p>– Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.</p>	<b>4.1</b>
<p>– Técnicas específicas de expresión corporal.</p>	
<p>– Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico- expresiva.</p>	<b>4.2</b>

– Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.	<b>4.1</b>
– Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico- deportivos. Presencia en medios de comunicación.	
– Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.	
<b>F. INTERACCIÓN EFICIENTE Y SOSTENIBLE CON EL ENTORNO</b>	
– Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.	<b>5.1</b>
– Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.	
– Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como, por ejemplo: raid de multiaventura y orientabike.	
– Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).	
– Diseño y creación de propuestas educativas, a través de los recursos físico-deportivos en el medio natural adquiridos en los cursos previos, que permitan conocer y aprovechar las potencialidades del entorno que nos rodea.	
– Posibilidades de las herramientas digitales en el diseño de propuestas educativas.	<b>1.5</b>
– Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.	<b>5.2</b>
– Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.	<b>5.1</b>
– Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.	

### **PROCEDIMIENTO DE EVALUACION**

La evaluación desarrollada a lo largo del **curso en bachillerato** servirá para medir el grado de consecución de los objetivos y de las competencias establecidas, siendo este el criterio que deberán tenerse en cuenta a la hora de decidir la promoción de un curso a otro.

El equipo docente mantendrá un seguimiento continuo del proceso de enseñanza-aprendizaje a través de documentos compartidos y reuniones tanto presenciales como digitales a través de la plataforma TEAM y Educamos.

En la Orden 187/2022 de 27 de septiembre se expone la finalidad de la evaluación en bachillerato siendo esta la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y del logro de los objetivos de etapa, respetando los principios del DUA. La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua, formativa e integradora.

La evaluación continua implica un seguimiento permanente por parte de los profesores as, con la aplicación de diferentes procedimientos de evaluación en el proceso de aprendizaje.

El alumnado será evaluado a través de trabajo, la progresión y la calidad del resultado de las diferentes actividades de evaluación. Se contempla el uso de instrumentos de evaluación diversos que permitan una mejor adaptación del alumnado.

En el proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o de una alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo educativo. Estas medidas se adoptarán en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades, con especial seguimiento a la situación del alumnado con necesidades educativas especiales y estarán dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias imprescindibles para continuar el proceso educativo, con los apoyos que cada uno precise.

La evaluación integradora implica que desde todas y cada una de las materias o ámbitos deberá tenerse en cuenta la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y del correspondiente desarrollo de las competencias. El carácter integrador de la evaluación no impedirá que el profesorado realice de manera diferenciada la evaluación de cada materia o ámbito, teniendo en cuenta sus criterios de evaluación.

Es importante destacar que la participación del profesor en el proceso de evaluación no se limitará a la mera corrección de las tareas entregadas por los alumnos, sino que estará involucrado en el proceso, indicando a los alumnos aquellas cosas que se pueden mejorar en la forma de trabajar y en la producción de las soluciones, proporcionando alternativas y valorando después de forma conjunta con el alumno los resultados.

#### **a) Momentos**

El proceso de enseñanza aprendizaje se evaluará de forma continua, formativa y diferenciada a lo largo del curso, pero hay cuatro momentos donde se transmite oficialmente a la comunidad educativa.

- Diagnóstico o inicial: junto a las propuestas de mejora es el punto de partida para elaborar la programación.
- Diaria: a través del uso de los instrumentos de evaluación para determinar el nivel competencial y la calificación.
- Trimestral: donde se comparte oficialmente el grado de desempeño del alumnado y se asigna calificación. Se comunica oficialmente en boletín.
- Final: donde se acuerda la promoción del alumnado. La promoción estará sujeta al desarrollo de las competencias y el logro de los objetivos. Se comunica oficialmente en el boletín.

#### **b) Tipos: Heteroevaluación, coevaluación y autoevaluación**

- Heteroevaluación: el docente valora unos conocimientos y habilidades.
- Coevaluación: realizada entre pares (alumnado).
- Autoevaluación: por el propio discente.

### **c) Criterios de evaluación y calificación. Recuperación de pendientes**

La evaluación se realizará a través de los criterios de evaluación que han sido baremados previamente en relación a las competencias específicas. El valor porcentual de los criterios de evaluación en cada curso está reflejado en las tablas previas que relacionan competencias específicas, criterios de evaluación, descriptores operativos del perfil de salida. La calificación final de curso se hará en base al cálculo porcentual, indicado antes en las tablas, de las competencias específicas de curso. La calificación en cada competencia se obtiene por la nota media de los diferentes criterios de evaluación relacionados con cada competencia específica. Al tener que realizar una evaluación trimestral de cara a los padres, madres o tutores legales de los alumnos; se informará del grado de consecución de los criterios de evaluación trabajados en cada una de las evaluaciones. Sin embargo, la nota final del alumno no será la media aritmética de esas notas informativas en cada evaluación, sino el cálculo porcentual, indicado antes en las tablas, de las competencias específicas de curso que llevan una nota de 1 a 10 cada una de ellas, respetando así el marco de evaluación continúa establecida en la LOMLOE.

Cada criterio de evaluación podrá ser dividido en diferentes indicadores de logro al objeto de ser lo más preciso y fiable posible en el proceso de evaluación, siempre respetando el peso concreto del criterio de evaluación. Para la evaluación de dichos criterios de se utilizarán diversos instrumentos de evaluación descritos más adelante. La materia se considerará aprobada cuando la media de las calificaciones obtenidas por el alumnado en las tres evaluaciones parciales sea igual o superior a 5.

Las notas resultantes de calificación de cada unidad didáctica se obtendrán según la ponderación de cada uno de los criterios de evaluación especificados en la programación de cada curso. Dichos criterios se encuentran conectados con los descriptores operativos del perfil de salida del alumnado, de tal manera que se pueda evaluar el grado de adquisición del nivel competencial de cada alumno.

### **Plan de evaluaciones suspensas**

En caso de evaluación negativa (insuficiente), sabremos en todo momento cuáles son los criterios en los que el alumno/a debe mejorar para recuperarlos.

- Si no lograra alcanzar el suficiente (5) en alguna Situación de Aprendizaje, habrá la posibilidad de recuperarla al término de dicha evaluación, siempre y cuando se disponga de tiempo. Sino deberá de esperar a recuperarla al inicio del siguiente trimestre.
- En caso de suspender una evaluación, tendrán derecho a recuperarla en el siguiente periodo temporal (trimestre) o en prueba extraordinaria a realizar al final del curso.

Para ello, se recogerán aquellos saberes básicos y criterios de evaluación que han sido causa del suspenso, así como las actuaciones y/o los cambios que debe presentar el alumno o alumna para poder recuperar los contenidos mediante un instrumento o instrumentos adecuados para su medida en cada caso particular.

### **Evaluación extraordinaria en 1º de Bachillerato.**

Aparece reflejada en el artículo 6 de la Orden de 187/2022 de 27 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la evaluación en Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha. Es destinada a aquellos alumnos que no hayan superado la evaluación final ordinaria y tendrá lugar en las fechas que determine la Consejería competente en materia de Educación (artículo 6.2).

Esta prueba constará de dos partes diferenciadas: una parte "A" teórica y una parte "B" práctica. Cada una de ellas tendrá una duración de una hora. En la parte A se realizará un examen tipo test con preguntas sobre los saberes básicos vistos a lo largo del curso; en

cuanto a la parte B, se le pedirá al alumno pruebas prácticas relacionadas con los diferentes bloques de saberes básicos. Estas pruebas responderán a lo que consideramos como la práctica social de referencia, evaluando de esta manera, al igual que en la prueba ordinaria, mediante un formato competencial.

Esta evaluación se realizará de forma conjunta a todos los alumnos que hayan suspendido de 1º de Bachillerato, sin distinción de grupos. En caso de no ser suficiente el alumnado suspenso para realizar la evaluación práctica (partido de baloncesto, por ejemplo), se precisará la participación de alumnado voluntario. Para la calificación de esta prueba extraordinaria, tendrá como referentes el grado de logro de los objetivos y de adquisición de las competencias correspondientes, que serán determinados a partir de los criterios de evaluación de cada materia (artículo 6.3). En el caso de esta materia de Educación Física, la ponderación de los criterios está reflejada en las tablas expuestas anteriormente.

### **Repetición de pruebas.**

La repetición de cualquier prueba de evaluación, así como la entrega de trabajos fuera de plazo, únicamente se llevarán a cabo ante causas debidamente justificadas (enfermedad del alumno/a o causa de fuerza mayor).

Para la repetición de un examen es prescriptivo que el alumno presente al profesor de la materia un justificante oficial el día de su incorporación al centro. La prueba repetida será análoga a la ya realizada y se desarrollará en un día fijado entre el profesor y el alumno.

Las faltas injustificadas a alguna prueba serán calificadas con la mínima puntuación, no teniendo el profesor obligación de realizarlas de nuevo.

### **Alumnado inhabilitado temporal o completamente de la práctica.**

Los alumnos lesionados o incapacitados temporalmente deberán entregar al profesor un justificante médico donde se indique la situación del alumno. Deberán asistir a clase, si el justificante médico no indica lo contrario, adaptándose el profesor las actividades y tareas al tiempo que dure la lesión o incapacidad. Si como consecuencia de su incapacidad o lesión el alumno no pudiera ser evaluado de determinados criterios de evaluación, y debido a ello no pudiera aprobar la evaluación o curso, se adaptará la fecha de recuperación a la mejora de su lesión o incapacidad. En cualquier caso, este tipo de situaciones requerirán de un análisis individualizado. Este hecho, conlleva la modificación en el tratamiento de los elementos curriculares, fundamentalmente en relación a los saberes básicos y los instrumentos a evaluar.

- **Alumnos exentos totales:** En función del caso particular, se dispondrá una prueba lo más acorde posible a su condición, intentando separarse lo menos posible del currículo programado para el resto de sus compañeros. Quedará reflejado en su plan de trabajo.
- **Alumnos exentos parciales:** Los porcentajes serán los mismos que el resto de sus compañeros, si bien, deberán mantener un rol activo en el desarrollo de las sesiones, ayudando al profesor, animando a los compañeros, motivando en la práctica, etc. En cuanto a la evaluación de los conceptos (examen teórico), el profesor podrá ampliar dicha prueba en cuanto al número y/o extensión de las preguntas.

### **Procedimientos y actividades de evaluación para los alumnos que pierden el derecho a la evaluación continua.**

De forma general, los alumnos que se encuentren en esta situación, así como los que no hayan superado la materia en la evaluación ordinaria, podrán recuperar según el plan de refuerzo que el profesor elaborará de forma individualizada para cada uno de ellos. En este plan se establecerán los saberes básicos y criterios de evaluación que serán objeto

de recuperación. También se establecerán las actividades que sean requeridas para poder evaluar al alumno y la fecha de los exámenes, si también se hace uso de este instrumento de evaluación. El profesor guiará al alumno en el proceso de recuperación de la materia, previa entrega del plan de refuerzo, durante los periodos lectivos que desde el centro sean asignados para este propósito.

**Procedimiento para que el alumnado y, en su caso las familias, conozcan los criterios de evaluación y calificación.**

El alumnado será informado de los objetivos, saberes básicos, competencias y criterios de evaluación y calificación durante las primeras sesiones del curso. Además, dicha información aparece recogida en la programación didáctica de la materia, accesible a cualquier persona que solicite su consulta. A su vez, tanto los criterios de evaluación como los criterios de calificación, se publicarán en la página web del instituto.

**d) Instrumentos de evaluación**

Dada la diversidad de contenidos a trabajar en el área, consideramos vital utilizar gran diversidad de procedimientos de evaluación que nos permitan obtener datos de todos los agentes que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Lejos de limitarnos a test físicos o deportivos, entre los procedimientos a utilizar tenemos los siguientes:

- Procedimientos de observación directa e indirecta: son muy valiosos para recoger todo lo que sucede en clase, en el progreso del día a día, etc. Siempre que estos registros sean sistemáticos y continuos y no sólo contengan elementos cuantitativos de la actividad, sino que además recojan aspectos cualitativos (atención, esfuerzo, etc. Dentro de estos sistemas podemos utilizar registros anecdóticos, escalas o listas de control, rúbricas, dianas de evaluación, escalas descriptivas...
- Pruebas de ejecución escrita: entre ellas destacan el examen, portafolio, trabajos de comentarios de texto, mapas conceptuales...
- Pruebas de ejecución motora: permiten poner de manifiesto la eficacia del aprendizaje. Estas pueden ser útiles tanto para la evaluación del producto como la del proceso. Además de atender al resultado esta prueba permite también atender a su realización. Ejemplos: coreografías grupales, entrada a canasta, circuitos de agilidad etc.
- Test o baterías: son situaciones experimentales estandarizadas. Los más utilizados son los test de condición física que permiten evaluar mediante la comparación con otros individuos, así como a partir de sus progresos. Cabe destacar que en el proceso de evaluación también debemos involucrar a nuestros discentes. Esto se hará a través de la coevaluación (evaluación entre ellos mismos) y autoevaluación, sin perjuicio de la heteroevaluación (evaluación del profesor a los alumnos) cuando este lo crea conveniente.

**e) Documento de plan de trabajo.**

Se proveerá al alumno/a de un plan de trabajo individualizado que puede ser de recuperación, de refuerzo, de profundización o para el alumnado que requiera ser atendido según sus características individuales. Al final de cada curso se elaborará un plan de refuerzo para el alumnado con materias no superadas del curso anterior. En cuanto a la ponderación del comportamiento relacionado con la actitud, este se realizará de la siguiente manera:

<b>ACTITUDES EN EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>No participación</b>	<b>-0,30</b>
<b>Falta de Aseo/Material</b>	<b>-0,20</b>
<b>Falta de comportamiento leve (negativo)</b>	<b>-0,15</b>
<b>Comportamiento que mejora lo esperado (positivo)</b>	<b>+0,20</b>

