



## Departamento de Educación Física

3º ESO

**Prueba extraordinaria 2017**



### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE RELACIONADOS**

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
<p><b>1. Desarrollar las capacidades físicas y coordinativas de acuerdo con las posibilidades personales, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo personal, reconociendo y valorando los factores que intervienen en la acción motriz y en los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y vinculándolos a la mejora de la salud.</b></p>	<p>14.- Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>16.- Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</p> <p>17.- Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>19.- Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p> <p>20.- Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>21.- Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>22.- Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>23.- Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>
<p><b>2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.</b></p>	<p>1.- Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>2.- Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>3.- Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>4.- Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</p> <p>5.- Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p> <p>6.- Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>7.- Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>10.- Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>11.- Describe y pone en práctica, autónomamente, aspectos de organización de ataque - defensa en actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>12.- Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p>

	13.- Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
<b>3. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de Educación Física relacionándolas con las características de las mismas.</b>	25.- Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. 26.- Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.
<b>4. Valorar la práctica de las actividades físico-motrices y artístico-expresivas como formas de ocio activo y de inclusión social utilizando de forma segura y responsable el entorno en el que se desarrollan.</b>	29.- Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. 30.- Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. 32.- Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual. 33.- Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. 34.- Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. 35.- Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.
<b>5. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</b>	1.- Uso y valoración de las tecnologías de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia.

### **DURACIÓN DE LA PRUEBA**

1h y 30 min.

### **CARACTERÍSTICAS DE LA PRUEBA**

✓ El examen se realizará tomando como referencia los Criterios de evaluación y Estándares de aprendizaje descritos anteriormente, los cuales fueron desarrollados de forma práctica y teórica a lo largo de este curso.

✓ La prueba constará de dos partes:

\* 1ª Parte. De carácter práctico: El alumnado debe **desarrollar o ejecutar, de forma práctica**, algunas de los contenidos procedimentales que se han desarrollado a lo largo de este curso. Esta parte supondrá el **60%** de la nota de la prueba. Para la realización de la misma, el alumnado tendrá **60 minutos**.

\* 2ª Parte: De carácter teórico: Constará de **4 preguntas cortas** que se desarrollarán por **escrito** y que versarán sobre los contenidos teóricos desarrollados a lo largo del curso. Esta parte supondrá el **40%** de la nota de la prueba. Para la realización de la misma, el alumnado tendrá **30 minutos**. Todas las preguntas de esta parte tendrá la misma valoración.

## **ACLARACIONES**

✓ Dado que la prueba consta de una parte práctica, el alumnado que se presente a la misma debe asistir con **indumentaria deportiva** (Las características de dicha indumentaria es la misma que se ha pautado para el desarrollo de las clases de educación física a lo largo del curso). **ESTE REQUISITO ES INDISPENSABLE PARA PODER REALIZAR LA PARTE PRÁCTICA DE LA PRUEBA.**

✓ Si algún alumno o alumna, en el momento de presentarse a la prueba, tiene alguna lesión o enfermedad que le impida realizar la parte práctica, deberá presentar un certificado o justificante médico que contraindique la realización de actividad física en el momento de la prueba.

✓ En el caso de quedar demostrada la imposibilidad de realizar la parte práctica, el alumno o la alumna realizará únicamente la prueba teórica que, en este caso, constará de **10 preguntas** cortas que se **desarrollarán por escrito** y que versarán sobre los contenidos teóricos desarrollados a lo largo del curso. Todas las preguntas tendrán la misma valoración