



## Departamento de Educación Física

4º ESO

**Prueba extraordinaria 2017**



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

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
<p><b>1. Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física.</b></p>	<p>13. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.</p> <p>14. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.</p> <p>15. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.</p> <p>16. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.</p> <p>17. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</p> <p>18. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.</p> <p>19. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.</p> <p>20. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.</p> <p>21. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.</p> <p>22. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.</p> <p>23. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.</p> <p>33. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.</p> <p>34. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.</p> <p>35. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.</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. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.</p> <p>2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.</p> <p>3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.</p> <p>4. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo</p>

	<p>previsto.</p> <p>5. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.</p> <p>6. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.</p> <p>7. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.</p> <p>8. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.</p> <p>9. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.</p> <p>10. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.</p> <p>11. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.</p> <p>12. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.</p>
<p><b>3. Colaborar en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, y participar activamente en estos, identificando los elementos estructurales que definen al deporte y adoptando posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.</b></p>	<p>24. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.</p> <p>25. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.</p> <p>26. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.</p> <p>27. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades re-conociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.</p> <p>28. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.</p> <p>29. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.</p> <p>30. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.</p> <p>31. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.</p> <p>32. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.</p> <p>36. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.</p> <p>37. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.</p>

**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