

## CARACTERÍSTICAS PRUEBAS EXTRAORDINARIAS SEPTIEMBRE 2021 1º ESO

### MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

#### DURACIÓN DE LA PRUEBA

El exámen de desarrollo durará una hora y treinta minutos.

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

**Criterio 1:** Incrementar las capacidades físicas y coordinativas básicas, previa valoración del nivel inicial, utilizando los valores de la frecuencia cardíaca como indicadores para la dosificación y control del esfuerzo y adoptando hábitos higiénicos, alimentarios y posturales asociados a una actividad física segura y saludable.

**Criterio 2:** Aplicar las habilidades motrices a la resolución de distintos problemas motores en distintos entornos y en situaciones motrices individuales y colectivas, aceptando el nivel alcanzado y utilizando los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo y la motricidad, con especial atención a las prácticas motrices, rítmicas y expresivas tradicionales de Canarias, valorándolas como situaciones motrices con arraigo cultural.

**Criterio 3:** Realizar la activación y la vuelta a la calma de manera autónoma.

**Criterio 4:** Mostrar tolerancia y deportividad en las actividades físico-motrices y artístico-expresivas, aceptando las reglas y normas establecidas, considerando la competición y la cooperación como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo y valorándolas como formas de recreación y de ocupación saludable del tiempo libre.

**Criterio 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.

#### ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

- 1.- Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- 2.- Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
- 3.- Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
- 4.- Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.
- 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.
- 6.- Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
- 7.- Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- 8.- Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
- 9.- Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
- 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.

- 11.- Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
- 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.
- 13.- Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
- 14.- Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
- 15.- Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
- 16.- Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva
- 17.- Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
- 18.- Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
- 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.
- 20.- Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
- 21.- Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
- 22.- Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- 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.
- 24.- Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.
- 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.
- 27.- Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
- 28.- Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
- 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.
- 31.- Respeta el entorno y lo valora como un lugar común 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.
- 36.- Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
- 37.- Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

## CARACTERÍSTICAS DE LA PRUEBA

La prueba extraordinaria constará de **dos partes**:

- 1.- **Un trabajo de campo**: A realizar durante los meses de verano y que será entregado a través del Google Classroom. Las características de este trabajo se describen en el Classroom de materia.

2.- **Una prueba teórica:** Examen de desarrollo de conocimientos. Constará de cuatro preguntas de desarrollo.

#### CRITERIOS ESPECÍFICOS DE CALIFICACIÓN

- \* El **trabajo de campo** tendrá un valor de **dos puntos**.
- \* Cada una de las **preguntas** de la **prueba teórica** valdrá **dos puntos**.
- \* Se entenderá que el alumno/a ha **aprobado la materia** cuando el resultado de la suma de los diferentes instrumentos de los que consta esta prueba extraordinaria sea **igual o superior a cinco**.

## CARACTERÍSTICAS PRUEBAS EXTRAORDINARIAS SEPTIEMBRE 2021 2º ESO

### MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

#### DURACIÓN DE LA PRUEBA

El exámen de desarrollo durará una hora y treinta minutos.

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

**Criterio 1:** Incrementar las capacidades físicas y coordinativas, con especial incidencia en la resistencia aeróbica y flexibilidad, previa valoración del nivel inicial, utilizando los índices de la frecuencia cardíaca, la conciencia de la movilidad articular y la elasticidad muscular como indicadores para la dosificación y control del esfuerzo, vinculando los hábitos higiénicos y posturales a una práctica físico-motriz y expresiva segura y saludable.

**Criterio 2:** Aplicar las habilidades motrices y coordinativas específicas a distintas situaciones psicomotrices y sociomotrices en distintos entornos, considerando tanto los aspectos básicos de su lógica en la resolución de problemas motores como los fenómenos socioculturales que se manifiestan en ellas, aceptando el nivel de ejecución alcanzado y utilizando los recursos expresivos de la motricidad, con especial atención a las manifestaciones prácticas lúdicas y expresivas tradicionales de Canarias, valorándolas como situaciones motrices con arraigo cultural.

**Criterio 3:** Realizar la activación (general y específica) y la vuelta a la calma, de manera autónoma.

**Criterio 4:** Mostrar tolerancia y solidaridad en la realización de actividades físico-motrices para la consecución de objetivos comunes y considerando la competición y la cooperación como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo, valorándolas como formas de organización saludables del tiempo libre.

**Criterio 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.

#### ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

- 1.- Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- 2.- Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
- 3.- Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
- 4.- Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.
- 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.
- 6.- Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
- 7.- Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.

- 8.- Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
- 9.- Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
- 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.
- 11.- Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
- 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.
- 13.- Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
- 14.- Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
- 15.- Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
- 16.- Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva
- 17.- Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
- 18.- Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
- 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.
- 20.- Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
- 21.- Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
- 22.- Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- 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.
- 24.- Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.
- 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.
- 27.- Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
- 28.- Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
- 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.
- 31.- Respeta el entorno y lo valora como un lugar común 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.
- 36.- Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
- 37.- Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

## CARACTERÍSTICAS DE LA PRUEBA

La prueba extraordinaria constará de **dos partes**:

- 1.- **Un trabajo de campo**: A realizar durante los meses de verano y que será entregado a través del

Google Classroom. Las características de este trabajo se describen en el Classroom de materia.

2.- **Una prueba teórica:** Examen de desarrollo de conocimientos. Constará de cuatro preguntas de desarrollo.

#### CRITERIOS ESPECÍFICOS DE CALIFICACIÓN

- \* El **trabajo de campo** tendrá un valor de **dos puntos**.
- \* Cada una de las **preguntas** de la **prueba teórica** valdrá **dos puntos**.
- \* Se entenderá que el alumno/a ha **aprobado la materia** cuando el resultado de la suma de los diferentes instrumentos de los que consta esta prueba extraordinaria sea **igual o superior a cinco**.

## CARACTERÍSTICAS PRUEBAS EXTRAORDINARIAS SEPTIEMBRE 2021 3º ESO

### MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

#### DURACIÓN DE LA PRUEBA

El exámen de desarrollo durará una hora y treinta minutos.

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

**Criterio 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.

**Criterio 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.

**Criterio 3:** Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de Educación Física relacionándolas con las características de las mismas.

**Criterio 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.

**Criterio 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.

#### ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

- 1.- Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- 2.- Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
- 3.- Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
- 4.- Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.
- 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.
- 6.- Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
- 7.- Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- 8.- Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
- 9.- Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
- 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.

- 11.- Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
- 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.
- 13.- Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
- 14.- Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
- 15.- Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
- 16.- Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva
- 17.- Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
- 18.- Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
- 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.
- 20.- Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
- 21.- Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
- 22.- Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- 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.
- 24.- Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.
- 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.
- 27.- Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
- 28.- Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
- 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.
- 31.- Respeta el entorno y lo valora como un lugar común 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.
- 36.- Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
- 37.- Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

## CARACTERÍSTICAS DE LA PRUEBA

La prueba extraordinaria constará de **dos partes**:

- 1.- Entrega de un **trabajo individual**. Diseñar y elaborar una presentación de diapositivas, con texto explicativo, acerca de un deporte de los siguientes: fútbol, voleibol, baloncesto, lucha canaria, carrera de



orientación. (SEFI03C02 y SEFI03C05)

2.- **Prueba objetiva** con 4 preguntas a desarrollar relacionada con 4 criterios de evaluación (SEFI03C01, SEFI03C02, SEFI03C03 y SEFI03C04). Cada pregunta valdrá 2,5 puntos.

**Nota:** Para poder acceder a la prueba objetiva será requisito imprescindible que el alumnado haya entregado previamente el “trabajo individual” a través de la plataforma Classroom.

#### CRITERIOS ESPECÍFICOS DE CALIFICACIÓN

- \* El **trabajo individual** tendrá su pondrá el **30%** de la nota de la prueba extraordinaria.
- \* Cada una de las **preguntas** de la **prueba objetiva** valdrá **dos puntos y medio**, y su pondrá el **70%** de la nota de la prueba extraordinaria
- \* Se entenderá que el alumno/a ha **aprobado la materia** cuando el resultado de la media de los diferentes instrumentos de los que consta esta prueba extraordinaria sea **igual o superior a cinco**.

## CARACTERÍSTICAS PRUEBAS EXTRAORDINARIAS SEPTIEMBRE 2021 4º ESO

### MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

#### DURACIÓN DE LA PRUEBA

El exámen de desarrollo durará una hora y treinta minutos.

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

**Criterio 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.

**Criterio 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.

**Criterio 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.

**Criterio 4:** 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.

#### ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

- 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.
- 2.- Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
- 3.- Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.
- 4.- Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.
- 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.
- 6.- Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.
- 7.- Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.
- 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.

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.

10.- Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.

11.- Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

12.- Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.

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.

14.- Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.

15.- Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.

16.- Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.

17.- Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

18.- Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

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.

20.- Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.

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.

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.

23.- Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

24.- Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.

25.- Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.

26.- Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.

27.- Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

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.

29.- Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.

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.

31.- Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.

32.- Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.

33.- Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.

34.- Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.

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.

36.- Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.

37.- Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.

38.- Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.

39.- Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.

40.- Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

### CARACTERÍSTICAS DE LA PRUEBA

La prueba extraordinaria constará de **dos partes**:

1.- **Un trabajo de campo**: A realizar durante los meses de verano y que será entregado a través del Google Classroom. Las características de este trabajo se describen en el Classroom de materia.

2.- **Una prueba teórica**: Examen de desarrollo de conocimientos. Constará de cuatro preguntas de desarrollo.

### CRITERIOS ESPECÍFICOS DE CALIFICACIÓN

\* El **trabajo de campo** tendrá un valor de **dos puntos**.

\* Cada una de las **preguntas** de la **prueba teórica** valdrá **dos puntos**.

\* Se entenderá que el alumno/a ha **aprobado la materia** cuando el resultado de la suma de los diferentes instrumentos de los que consta esta prueba extraordinaria sea **igual o superior a cinco**.

## CARACTERÍSTICAS PRUEBAS EXTRAORDINARIAS SEPTIEMBRE 2021 1º BACHILLERATO

### MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

#### DURACIÓN DE LA PRUEBA

El exámen de desarrollo durará una hora y treinta minutos.

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

**Criterio 1:** Planificar, elaborar y poner en práctica programas de actividad física que incidan en la mejora y el mantenimiento de su propia salud teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, evaluando las mejoras obtenidas, las posibilidades de interacción social, y el entorno en que se realiza.

**Criterio 2:** Resolver problemas motores en diferentes contextos de práctica, utilizando de manera adecuada las habilidades motrices específicas y los conceptos estratégicos y estructurales propios de cada situación motriz.

**Criterio 3:** Organizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles en el centro, en sus inmediaciones o en el medio natural, (en este caso de bajo impacto ambiental)

**Criterio 4:** 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.

#### ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

- 1.- Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.
- 2.- Ajusta la realización de las habilidades específicas de las actividades de adversario que respondan a sus intereses.
- 3.- Adecua la realización de las habilidades específicas de las actividades de colaboración-oposición elegidas a las situaciones de juego.
- 4.- Elabora y representa composiciones / montajes de expresión corporal individuales o colectivos
- 5.- Modula la ejecución de los elementos técnicos de las actividades de ritmo y expresión al servicio de la intencionalidad de la composición.
- 6.- Describe y practica las modalidades y técnicas básicas de una actividad físico deportiva en entorno natural o no estable.
- 7.- Participa en la organización y en la realización de una actividad físico deportiva en entorno natural o no estable aplicando las técnicas aprendidas y demostrando hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
- 8.- Resuelve situaciones motrices en un contexto competitivo.
- 9.- Colabora con los participantes en las actividades físico deportivas en las que se produce colaboración u oposición y explica la aportación de cada uno.
- 10.- Adapta y fundamenta sus actuaciones en el desarrollo de las actividades físico deportivas y artístico expresivas focalizando la atención en los estímulos relevantes.

- 11.- Prevé las actuaciones del resto de los participantes en las situaciones en las que se produce colaboración u oposición y valora de antemano la oportunidad y el riesgo de su actuación.
- 12.- Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.
- 13.- Utiliza de forma autónoma las técnicas de relajación como medio de conocimiento personal, como técnica de recuperación y como recurso para reducir desequilibrios y tensiones producidas en la vida diaria.
- 14.- Conoce y practica técnicas elementales de masaje como forma de ayuda para la relajación muscular.
- 15.- Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.
- 16.- Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.
- 17.- Evalúa las necesidades de desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas en función de sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.
- 18.- Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.
- 19.- Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.
- 20.- Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas.
- 21.- Diseña, organiza y participa en actividades físicas como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas.
- 22.- Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.
- 23.- Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.
- 24.- Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico deportivas.
- 25.- Valora el impacto que ejercen las actividades físicas sobre el entorno en el que se realizan, proponiendo medidas que eviten la degradación del mismo y que colaboren en su cuidado.
- 26.- Prevé los riesgos asociados a las actividades y a la propia actuación en las mismas.
- 27.- Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.
- 28.- Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.
- 29.- Aplicar criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información para argumentar sobre los temas desarrollados en la etapa utilizando las tecnologías de la información y la comunicación.
- 30.- Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.
- 31.- Asume en el trabajo en red las funciones asignadas en función de las propias capacidades y de las necesidades del grupo.
- 32.- Colabora en la dinamización del trabajo en grupo.

## CARACTERÍSTICAS DE LA PRUEBA

La prueba extraordinaria constará de **dos partes**:

1.- Entrega de un **Proyecto de trabajo personal**. Diseñar y elaborar un programa de entrenamiento funcional (orientado para sí mismo) que implique a la mayoría de grupos musculares del cuerpo y que afecte a una o varias capacidades físicas básicas. Además se debe realizar temporalización y plan de acción que se llevaría a cabo en una semana. **(BEFI01C01 y BEFI01C04)**

2.- Prueba objetiva con 4 preguntas a desarrollar, relacionada con 4 criterios de evaluación **(BEFI01C01, BEFI01C02, BEFI01C03, BEFI01C04)**. Cada pregunta valdrá 2,5 puntos de la nota. 70% de la nota.

**Nota:** Para poder optar a la realización de la prueba objetiva es imprescindible que el alumnado haya entregado previamente el “Proyecto de trabajo personal” a través de la plataforma Google Classroom, y dentro del Classroom específico de la materia.

#### CRITERIOS ESPECÍFICOS DE CALIFICACIÓN

- \* El **Proyecto de trabajo personal** tendrá su pondrá el **30%** de la nota de la prueba extraordinaria.
- \* Cada una de las **preguntas** de la **prueba objetiva** valdrá **dos puntos y medio**, y su pondrá el **70%** de la nota de la prueba extraordinaria
- \* Se entenderá que el alumno/a ha **aprobado la materia** cuando el resultado de la media de los diferentes instrumentos de los que consta esta prueba extraordinaria sea **igual o superior a cinco**.