



JUNTA DE ANDALUCÍA

I.E.S. LA PEDRERA BLANCA
Callejón de la Pedrera s/n
11130 Chiclana de la Frontera (CÁDIZ)

DOCUMENTO INFORMATIVO PARA LA RECUPERACIÓN DE MATERIAS PENDIENTES		
Departamento: EDUCACIÓN FÍSICA	Materia: EDUCACIÓN FÍSICA	Nivel: Pendiente de 1º
SECUENCIACIÓN CURRICULAR POR TRIMESTRES (Contenidos que se van a trabajar en cada trimestre)		
<p>Primer trimestre:</p> <p>TRABAJOS ESCRITOS 1. SALUD Y CALIDAD DE VIDA. CALENTAMIENTO</p> <p>Definición, tipos, partes, beneficios y riesgos de no realizarlo.</p> <p>Crea tres calentamientos y explícalos.</p> <p>PRUEBAS DE PRÁCTICA FÍSICA Realización de las PRUEBAS DE APTITUD FÍSICA con una nota mínima de “Normal” según el baremo adecuado a su edad.</p>	<p>Segundo trimestre:</p> <p>TRABAJOS ESCRITOS 2. CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ: CAPACIDADES FÍSICAS:</p> <p>Cuáles son, cómo se pueden mejorar, Por qué mejoran nuestra salud. ¿Qué parte del cuerpo mejora cada capacidad?</p> <p>Crea una clase para cada capacidad explicando cómo la trabajarías.</p> <p>3. JUEGOS Y DEPORTES:</p> <p>Define deporte individual, colectivo y de adversario.</p> <p>Crea una clase para cada tipo de deporte. Puedes elegir el deporte que quieras de cada tipo.</p> <p>PRUEBAS DE PRÁCTICA FÍSICA</p> <p>Participación activa y autoarbitraje en la práctica de uno de los deportes del trabajo de “JUEGOS Y DEPORTES”.</p>	<p>Tercer trimestre:</p> <p>TRABAJOS ESCRITOS 4. ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL:</p> <p>Explica qué beneficios se obtienen realizando deporte en la naturaleza.</p> <p>Busca 4 deportes que se realicen en la naturaleza y explícalos.</p> <p>Imagina que tienes que organizar dos días de deporte en la naturaleza con tus compañeros. Explica qué deportes podríais hacer y cómo los organizarías.</p> <p>5. EXPRESIÓN CORPORAL:</p> <p>Busca en youtube 5 vídeos de uno o más estilos de baile que te gusten. Escribe el título de cada vídeo y el enlace y explica en unas 10/15 líneas qué te ha gustado y que no te ha gustado del vídeo, y qué puedes aprender de él.</p> <p>PRUEBAS DE PRÁCTICA FÍSICA Ejecución correcta de cinco pasos de uno de los BAILES elegidos en el trabajo de Expresión Corporal.</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		
<ol style="list-style-type: none">1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las		

posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.

6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artísticoexpresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de educación Física.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.
12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.
13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	CRITERIOS DE CALIFICACIÓN
Rúbrica de expresión escrita y hoja de observación de práctica física.	Media entre todos los trabajos y pruebas prácticas, calificadas sobre 10.
MATERIALES NECESARIOS	
Acceso a internet	
SEGUIMIENTO	

DOCUMENTO INFORMATIVO PARA LA RECUPERACIÓN DE MATERIAS PENDIENTES

Departamento: EDUCACIÓN FÍSICA	Materia: EDUCACIÓN FÍSICA	Nivel: Pendiente de 2º
--	-------------------------------------	----------------------------------

SECUENCIACIÓN CURRICULAR POR TRIMESTRES
(Contenidos que se van a trabajar en cada trimestre)

<p>Primer trimestre:</p> <p>TRABAJOS ESCRITOS 1. SALUD Y CALIDAD DE VIDA. CALENTAMIENTO</p> <p>Definición, tipos, partes, beneficios y riesgos de no realizarlo.</p> <p>Crea tres calentamientos y explícalos.</p> <p>PRUEBAS DE PRÁCTICA FÍSICA Realización de las PRUEBAS DE APTITUD FÍSICA con una nota mínima de “Normal” según el baremo adecuado a su edad.</p>	<p>Segundo trimestre:</p> <p>TRABAJOS ESCRITOS 2. CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ: CAPACIDADES FÍSICAS:</p> <p>Cuáles son, cómo se pueden mejorar, Por qué mejoran nuestra salud. ¿Qué parte del cuerpo mejora cada capacidad?</p> <p>Crea una clase para cada capacidad explicando cómo la trabajarías.</p> <p>3. JUEGOS Y DEPORTES:</p> <p>Define deporte individual, colectivo y de adversario.</p> <p>Crea una clase para cada tipo de deporte. Puedes elegir el deporte que quieras de cada tipo.</p> <p>PRUEBAS DE PRÁCTICA FÍSICA</p> <p>Participación activa y autoarbitraje en la práctica de uno de los deportes del trabajo de “JUEGOS Y DEPORTES”.</p>	<p>Tercer trimestre:</p> <p>TRABAJOS ESCRITOS 4. ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL:</p> <p>Explica qué beneficios se obtienen realizando deporte en la naturaleza.</p> <p>Busca 4 deportes que se realicen en la naturaleza y explícalos.</p> <p>Imagina que tienes que organizar dos días de deporte en la naturaleza con tus compañeros. Explica qué deportes podrías hacer y cómo los organizarías.</p> <p>5. EXPRESIÓN CORPORAL:</p> <p>Busca en youtube 5 vídeos de uno o más estilos de baile que te gusten. Escribe el título de cada vídeo y el enlace y explica en unas 10/15 líneas qué te ha gustado y que no te ha gustado del vídeo, y qué puedes aprender de él.</p> <p>PRUEBAS DE PRÁCTICA FÍSICA Ejecución correcta de cinco pasos de uno de los BAILES elegidos en el trabajo de Expresión Corporal.</p>
---	--	---

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características,

- colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
 9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.
 10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.
 11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.
 12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	CRITERIOS DE CALIFICACIÓN
Rúbrica de expresión escrita y hoja de observación de práctica física.	Media entre todos los trabajos y pruebas prácticas, calificadas sobre 10.
MATERIALES NECESARIOS	
Acceso a internet.	
SEGUIMIENTO	