

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO. CURSO 2021-2022

CRITERIOS 1º ESO	%
<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>1.1. Resuelve situaciones motrices que requieran de la utilización de las capacidades coordinativas.</p> <p>1.2. Demuestra conocimientos sobre los aspectos básicos de la técnica de la modalidad.</p> <p>1.3. Resuelve situaciones de práctica sencillas aplicando los aspectos básicos de la técnica de la modalidad y respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas básicas de la modalidad respecto a sus niveles previos.</p> <p>1.5. Describe de forma sencilla la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico de las situaciones motrices individuales propuestas.</p> <p>1.6 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>	10%
<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.</p> <p>2.1. Identifica las posibilidades expresivas de su cuerpo y del movimiento a través de la participación en juegos y actividades de expresión.</p> <p>2.2. Realiza improvisaciones y construcciones sencillas respondiendo a retos expresivos corporales de baja dificultad, como medio de comunicación interpersonal.</p>	10%
<p>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. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>3.1. Demuestra conocimientos sobre los aspectos básicos de la táctica de la modalidad.</p> <p>3.2. Aplica las acciones tácticas individuales adecuadas en ataque y defensa de las actividades físico-deportivas propuestas.</p> <p>3.3. Cita algunos de los elementos que se valoran en la toma de decisiones.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre su propia práctica y las dificultades tácticas que encuentra.</p>	10%
<p>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. CMCT, CAA.</p> <p>4.1. Identifica las capacidades físicas básicas predominantes en las diferentes actividades físico-deportivas realizadas y explica algunas de las características de las mismas.</p> <p>4.2. Conoce pautas básicas de correcta alimentación valorando su influencia en una adecuada calidad de vida.</p> <p>4.3. Identifica y conoce características básicas de los sistemas orgánicos más relacionados con la práctica de la AF y es capaz de identificar los beneficios que la práctica de AF provoca en la salud siendo consciente que también la AF tiene riesgos y contraindicaciones.</p> <p>4.4. Reconoce la FC como un indicador de la intensidad del esfuerzo y diferencia la FCR, FCA y FCM. Utiliza la frecuencia cardiaca para controlar la intensidad de su esfuerzo en la práctica de actividad física.</p> <p>4.5. Aplica los procedimientos para valorar su propia condición física respetando los protocolos de los test</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables.</p>	15%
<p>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 salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. CMCT, CAA.</p> <p>5.1. Participa activamente en la mejora de las CFB desde un enfoque saludable utilizando métodos básicos para su desarrollo</p>	15%

5.2. Mejora su nivel de condición física a lo largo del año.	
5.3. Reconoce qué son los malos hábitos posturales y deportivos la importancia de eliminarlos para prevenir lesiones.	
5.4. Identifica la relación existente entre los estilos de vida activos y la mejora sustancial de la CF y la calidad de vida de las personas.	
6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer los aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. CMCT, CAA, CSC.	10%
6.1. Identifica las distintas fases en la práctica de actividad física y el tipo de actividades de cada una de ellas.	
6.2. Conoce aspectos básicos del calentamiento y de la vuelta a la calma valorando su importancia en una práctica física segura.	
6.3. Prepara y pone en práctica actividades sencillas para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas 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. CAA, CSC, SIEP.	10%
7.1. Respeta y coopera con sus compañeros-as en las diferentes actividades, valora las intervenciones y aportaciones de los demás superando cualquier discriminación o prejuicio por razón de género, afinidad, nivel de habilidad motriz u origen.	
7.2. Presenta actitudes de esfuerzo y superación personal durante las actividades planteadas.	
7.3. Valora el juego limpio por encima de la búsqueda desmedida de resultados y es respetuoso con adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores.	
7.4. Es responsable y respeta las normas establecidas en clase aceptando la necesidad de las mismas.	
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 naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.	5%
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de educación física. CCL, CSC.	10%
9.1. Utiliza correctamente las instalaciones y el material de clase mostrando actitudes de cuidado de los mismos.	
9.2. Conoce el protocolo de actuación básico a seguir ante un accidente (conducta P.A.S.).	
9.3. Conoce y atiende a criterios básicos de seguridad en su participación en las distintas actividades de clase.	
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. CCL, CD, CAA	5%

Pedrerá, 15 de octubre de 2021

Firmado: Elena Fernández Caburrasi.

Jefa de departamento de EF