

DÍA Y HORA DEL EXAMEN: Martes 3 de Septiembre a las 11:00. Aula de 1ºA y 4ºC.

INFORME PARA LA EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Probablemente estás leyendo esta hoja porque una pequeña (o una gran) parte de la asignatura no has conseguido superarla durante el curso, pero el curso no ha terminado...

Recuerda que la prueba extraordinaria de Septiembre es una excelente oportunidad para superar aquellas partes de la asignatura que no has superado, de lo contrario tendrás que recuperarla durante el próximo curso unida a todas las demás nuevas asignaturas que vas a cursar o puede que repitas curso; así que no la desaproveches y prepárala a conciencia, para ello empieza por leer atentamente estas instrucciones y asegúrate de tener claro todo lo que tienes que hacer.

Si te queda alguna duda (sobre cómo realizar la prueba de septiembre) trata de localizar al profesor antes de irnos de vacaciones.

Material: para la 2ª y 3ª parte es obligatorio venir con equipamiento deportivo completo, en caso contrario NO se realizará la prueba. La prueba escrita se realizará a bolígrafo.

Desarrollo de la prueba:

La prueba tiene una duración variable de hasta dos horas dependiendo de los apartados que tengas suspensos de la asignatura **(SOLO TIENES QUE REALIZAR LAS ACTIVIDADES QUE VIENEN MARCADAS EN TU INFORME QUE TE HA DADO EL TUTOR/A):**

- **1ª Parte: Desarrollo de los exámenes teóricos y entrega de actividades:** Tendrás que realizar el examen teórico de la evaluación que tienes suspensa y marcada en este informe. Para preparar el examen debéis estudiar las fotocopias de los temas que ya deberías tener y, en el caso, de que no los tuviera todavía, podéis volver a recogerlo en Consejería. La tenéis en classroom también, pero no olvidéis la clave. También tienes que entregar las actividades solicitadas y marcada por trimestre en este informe: actividades escritas, actividades de construcción de material...
- **2ª Parte: Realización de las pruebas de habilidades prácticas:** Ahora realizaremos en el gimnasio las pruebas específicas que tengáis que recuperar (las que tengáis marcadas en el informe del tutor/a). Se os dará un tiempo para calentar y ensayar y a continuación el profesor os irá haciendo individualmente la prueba o pruebas que correspondan. Esta parte la tendréis que preparar por vuestra cuenta o con la ayuda de amigos, familiares o profesores durante el verano; tratar de mejorar las habilidades físicas que no habéis conseguido os servirá para aprobar, y además para estar mejor preparado para el próximo curso y también para usar de forma activa vuestro tiempo de ocio estival.
- **3ª Parte: Realización práctica de una clase de educación física:** Esta última prueba sólo la realizarán quienes tengan señalado el apartado “Clase práctica”. En ella desarrollaremos una clase completa de educación física y el profesor evaluará aspectos actitudinales y de trabajo en la asignatura que no habéis superado durante el curso. Para preparar esta prueba reflexiona sobre tu modo de trabajar en clase durante el pasado curso: tu asistencia a clase, el uso de material adecuado, el cumplimiento de normas de clase, tu modo de relacionarte con los demás y con el profesor, la atención y el esfuerzo en las tareas, el uso de ropa deportiva, el cuidado del material, etc...

A partir de aquí es cuestión de que organices tu estudio y la práctica física... ¡no lo dejes para el día antes!, te garantizo que no funcionará. Cuídate durante el verano, practica ejercicio físico, vigila tu alimentación, disfruta con los amigos y la familia de las vacaciones, reserva algo de tiempo para estudiar.... ¡y carga la batería para el próximo curso!

¡Feliz Verano! Nos vemos en Septiembre.

Departamento de EF

DÍA Y HORA DEL EXAMEN: Martes 3 de Septiembre a las 11:00. Aula de 1ºA y 4ºC.

INFORME DE EVALUACIÓN NEGATIVA DE SEPTIEMBRE 3º ESO

Criterio de Evaluación	Objetivos Didácticos	Contenidos	PRUEBAS A REALIZAR
<p>Criterio de Evaluación</p> <p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SI EP.</p> <p>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. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC</p> <p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>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 cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p> <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 la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. CMCT, CAA.</p> <p>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. CMCT, CAA, CSC.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Clasificar las capacidades físicas básicas y reconocer su implicación en el desarrollo de las principales modalidades deportivas. 2. Reconocer y vivenciar las adaptaciones agudas de los sistemas corporales implicados en la práctica de actividad física. 3. Conocer y llevar a la práctica los principales métodos para el desarrollo de las capacidades físicas básicas relacionadas con la salud. 4. Incrementar el grado de desarrollo de las capacidades físicas respecto al nivel de partida. 5. Mejorar las capacidades físicas coordinativas posibilitando la adquisición de los gestos específicos propios de los deportes. 6. Profundizar en el desarrollo y estudio de los deportes habituales del entorno, perfeccionando los aspectos técnicos y tácticos. 7. Desarrollar los aspectos técnicos-tácticos y reglamentarios de los deportes de equipo y aplicarlos para la resolución de situaciones deportivas. 8. Conocer, valorar, practicar y crear juegos para la ocupación del tiempo de ocio, valorando su carácter participativo. 9. Conocer y practicar juegos recreativos con material alternativo y desarrollar habilidades para solucionar situaciones motrices caracterizadas por el uso de dicho material. 10. Conocer y practicar juegos caracterizados por la utilización de estrategias de cooperación. 11. Conocer y practicar diferentes tipos de bailes y danzas. 12. Estructurar, conocer y practicar la música, pasos básicos, enlaces, evoluciones y figuras de danzas y bailes. 13. Bailar por parejas o en grupo, indistintamente con cualquier miembro del mismo, mostrando respeto 	<p><u>1ª Evaluación</u></p> <p>Calentamiento general y específico (efectos, pautas de elaboración...).</p> <p>Hábitos alimenticios y salud.</p> <p>Capacidades Físicas Básicas (Autoevaluación, medios de desarrollo de la resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia: forma jugada).</p> <p>Métodos de relajación.</p> <p>Primeros Auxilios Básicos (PAS, etc.)</p> <p>Prevención y seguridad en las actividades físico-deportiva TIC</p> <p><u>2ª Evaluación</u></p> <p>Deportes Colectivos (transición ataque-defensa): Balonmano Voleibol 2 Deportes de raqueta: Bádminton, padel, tenis de mesa, etc. Deportes alternativos. Historia de los JJOO. Deporte en Andalucía</p>	<p><input type="checkbox"/> CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA</p> <p style="text-align: center;"><u>1ª EVALUACIÓN</u></p> <p><input type="checkbox"/> ACTIVIDAD 1: Examen teórico de las fichas de 3º ESO del Tema 1 al 3. Rellenar los ejercicios de dichos temas.</p> <p style="text-align: center;"><u>2ª EVALUACIÓN</u></p> <p><input type="checkbox"/> ACTIVIDAD 1: Examen teórico de las fichas de 3º ESO del Tema 4 al 6. Rellenar los ejercicios de dichos temas.</p> <p style="text-align: center;"><u>3ª EVALUACIÓN</u></p> <p><input type="checkbox"/> ACTIVIDAD 1: Trabajo sobre el Voleibol. Historia y Reglas.</p> <p><input type="checkbox"/> ACTIVIDAD 2: Trabajo sobre el montaje de una coreografía de acrosport.</p>

DÍA Y HORA DEL EXAMEN: Martes 3 de Septiembre a las 11:00. Aula de 1ºA y 4ºC.

<p>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. CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>14. Conocer los aspectos reglamentarios fundamentales de las carreras de orientación y aplicarlos mediante la participación en una carrera en el medio natural.</p> <p>15. Desarrollar técnicas de las carreras de orientación en grupos, participando de forma activa en las mismas.</p>	<p>3ª Evaluación</p> <p>Béisbol 3</p> <p>Acrosport</p> <p>Carrera orientación</p> <p>Senderismo 3</p> <p>Deportes de playa: Surf, padel surf</p> <p>Escalada 2 (rapela, escala y asegura, boulder)</p> <p>Actividades rítmico expresivas2: (Bailes, danzas y juegos expresivos)</p> <p>Coreografías (batuka, aerobic...)</p> <p>Bailes de salón, danzas del mundo y bailes latinos</p>
<p>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. CMCT, CAA, CSC.</p>	<p>16. Conocer y aceptar las normas de seguridad para la realización de recorridos de orientación en el medio urbano y natural.</p> <p>17. Participar en juegos y deportes desarrollando una actitud crítica ante situaciones de violencia, agresividad o desprecio hacia los demás y valorando positivamente las actitudes de cooperación, ayuda e igualdad.</p>	
<p>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.</p>	<p>18. Conocer y practicar actividades de calentamiento general y específico, sus pautas de elaboración y efectos, y valorarlo como medio para prevenir lesiones.</p> <p>19. Conocer y valorar los principios básicos de la dieta y su relación con la mejora de la salud.</p>	
<p>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.</p>	<p>20. Conocer los hábitos alimenticios idóneos para cada modalidad deportiva.</p> <p>21. Conocer las pautas de realización de ejercicios de acondicionamiento físico atendiendo a criterios de higiene postural como estrategia para la prevención de lesiones.</p>	
<p>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. CMCT, CAA, CSC, SIEP</p>	<p>22. Conocer y prevenir las lesiones y/o accidentes habituales propios de cada modalidad deportiva aceptando y tomando conciencia de la importancia del cumplimiento de las normas de las mismas.</p>	
<p>12. recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.</p>	<p>23. Conocer, valorar y saber utilizar las técnicas de relajación que nos permitan reducir el tono muscular y controlar la tensión emocional.</p>	