**CUADROS: CRITERIOS DE EVALUACIÓN POR BLOQUES DE CONTENIDOS DE EF PARA 1º ESO, junto a las técnicas y los instrumentos de evaluación a utilizar**

Bloque de contenidos: **Salud y Calidad de vida.** Curso: **1º E.S.O.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CRITERIOS DE EVALUACIÓN** | **TÉCNICAS DE EVALUACIÓN** | **CALIFICACIÓN** |
| **O.D.** | **O.I.** | **Prueba escrita / oral** | **Prueba práctica** | **%** | **Puntuación** |
| 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. | Registro de la participación saludable en los juegos de CFB y motrices (40%) | Diario de los juegos por CFB (20%) | Preguntas de desarrollo y tipo test (20%) | Registro del nivel desarrollado en Juegos de CFB y motrices (20%) | 40% | 4 puntos |
| 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.  | Registro de la participación activa y diferenciada de cada fase (20%) | Propuesta escrita de calentamiento y vuelta a la calma (20%) | Preguntas de desarrollo y tipo test (20%) | Registro de propuesta individual de calentamiento general (40%) | 20% | 2 puntos |
| 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. | Registro de la participación activa y responsable (100%) |  |  |  | 20% | 2 puntos |
| 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.  |  | Trabajos de investigación o búsqueda de información por internet (100%) |  |  | 10% | 1 punto |
| 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.  | Registro de participación activa y responsable (100%) |  |  |  | 10% | 1 punto |

Bloque de contenidos: **Condición física y motriz**  Curso: **1º E.S.O.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CRITERIOS DE EVALUACIÓN** | **TÉCNICAS DE EVALUACIÓN** | **CALIFICACIÓN** |
| **O.D.** | **O.I.** | **Prueba escrita / oral** | **Prueba práctica** | **%** | **Puntuación** |
| 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. | Registro de su percepción, toma de decisiones y ejecución en juegos de CFB (70%)  |  | Preguntas de desarrollo y tipo test (10%) | Registro de toma de ppm dentro del calentamiento (20%) | 30% | 3 puntos |
| 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. | Registro de la participación saludable en los juegos de CFB y motrices (40%) | Diario de los juegos por CFB (20%) | Preguntas de desarrollo y tipo test (20%) | Registro del nivel desarrollado en Juegos de CFB y motrices (20%) | 60% | 6 puntos |
| 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. |  | Trabajos de investigación o búsqueda de información por internet (100%) |  |  | 10% | 1 punto |

Bloque de contenidos: **JyD**  Curso: **1º E.S.O.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CRITERIOS DE EVALUACIÓN** | **TÉCNICAS DE EVALUACIÓN** | **CALIFICACIÓN** |
| **O.D.** | **O.I.** | **Prueba escrita / oral** | **Prueba práctica** | **%** | **Puntuación** |
| 1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.  | Registro capacidad técnico táctica (40%) |  | Preguntas de desarrollo y tipo test (10%) | Registro capacidad técnico táctica (50%) | 30% | 3 Puntos |
| 3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. | Registro capacidad técnico táctica (40%) |  | Preguntas de desarrollo y tipo test (10%) | Registro capacidad técnico táctica (50%) | 30% | 3 puntos |
| 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. | Registro de la participación solidaria e inclusiva (100%) |  |  |  | 15% | 1,5 puntos |
| 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. | Registro de respeto a normas de seguridad en clases prácticas (80%) |  | Preguntas de desarrollo y tipo test (20%) |  | 15% | 1,5 puntos |
| 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. |  | Trabajos de investigación o búsqueda de información por internet (100%) |  |  | 10% | 1 punto |

Bloque de contenidos: **Expresión Corporal**  Curso: **1º E.S.O.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CRITERIOS DE EVALUACIÓN** | **TÉCNICAS DE EVALUACIÓN** | **CALIFICACIÓN** |
| **O.D.** | **O.I.** | **Prueba escrita / oral** | **Prueba práctica** | **%** | **Puntuación** |
| 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. | Registro de adaptación de movimientos a ritmo (30%) |  |  | Propuesta de baile (70%) | 50% | 5 puntos |
| 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. | Registro de la participación solidaria e inclusiva (100%) |  |  |  | 30% | 3 puntos |
| 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. | Registro de participación respetando normas de seguridad (80%)  |  | Preguntas de desarrollo y tipo test (20%) |  | 20% | 2 puntos |

Bloque de contenidos: **AFMN**  Curso: **1º E.S.O.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CRITERIOS DE EVALUACIÓN** | **TÉCNICAS DE EVALUACIÓN** | **CALIFICACIÓN** |
| **O.D.** | **O.I.** | **Prueba escrita / oral** | **Prueba práctica** | **%** | **Puntuación** |
| 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.  | Registro de la participación activa y respetuosa (100%) |  |  |  | 35% | 3,5 puntos |
| 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.  | Registro de participación respetando normas de seguridad (80%) |  | Preguntas de desarrollo y tipo test (20%) |  | 30% | 3 puntos |
| 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. | Registro de la participación activa y respetuosa (100%) |  |  |  | 35% | 3,5 puntos |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Salud y Calidad de vida 1ºeso** | **Condición física y motriz** | **JyD** | **Expresión Corporal** | **AFMN** |
| Características de las actividades físicas saludables | Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices | Juegos predeportivos | Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad | Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc |
| La alimentación y la salud. | Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud | Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico deportivas individuales y colectivas.  | El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión | Técnicas de progresión en entornos no estables |
| Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas. | Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices | Desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas | Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas | Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc |
| Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural. | Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz | Equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc.  | Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. | Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo |
| Técnicas básicas de respiración y relajación | La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria | Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración.  | Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión | Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc |
| La estructura de una sesión de actividad física | Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas. | Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc.  | Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento | Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas. |
| El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física |  | La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición.  | Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal |  |
| Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana. |  | Objetivos del juego de ataque y defensa | Juegos rítmicos, malabares, combas, etc |  |
| Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana. |  | Juegos alternativos, como por ejemplo: hockey escolar, ultimate, rugby escolar, etc.  |  |  |
| Las normas en las sesiones de Educación Física |  | Juegos cooperativos |  |  |
| Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico. |  | Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas |  |  |
| Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.) |  | Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora |  |  |