

APRENDIZAJES Y CALIFICACIÓN 3º ESO

1. Criterios de evaluación y competencias específicas de educación física. ¿Qué aprenden nuestros alumnos en educación física?

En este apartado se recogen los aprendizajes recogidos en la actual ley de educación y por tanto los que deberán adquirir nuestros alumnos.

Educación Física 3º ESO

Competencia específica de educación física 1: *Adaptar la motricidad para resolver diferentes situaciones motrices según su lógica interna para consolidar actitudes de superación y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. A continuación se detallan los **Criterios de Evaluación de cada competencia.***

1.1. Resolver situaciones motrices de carácter individual, aplicando los principios operacionales específicos de la especialidad, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

1.2. Resolver situaciones motrices de oposición, aplicando los principios operacionales del juego, para encadenar acciones tácticas más complejas propias de la lógica interna de dichas situaciones, evidenciando un mayor control en la codificación y decodificación de las conductas motrices propias y del rival.

1.3. Resolver situaciones motrices de cooperación, utilizando los recursos adecuados para solucionar los retos o problemas motores propios de la lógica interna de dichas situaciones, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

1.4. Resolver situaciones motrices basadas en la colaboración y la oposición, aplicando los principios operacionales tácticos propios de estas situaciones motrices, para desarrollar conductas ofensivas y defensivas de mayor complejidad.

1.5. Resolver situaciones motrices que se desarrollan en un medio físico con incertidumbre mostrando habilidades para la adaptación, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera autónoma procesos de percepción, decisión y acción en contextos reales, como el centro escolar o el entorno próximo, o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos, aplicando normas de seguridad.

1.6. Crear y representar composiciones individuales o colectivas, mediante el desarrollo de una motricidad simbólica a través de la expresión y la comunicación, con o sin base musical, de manera coordinada y estética y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas entre compañeros y compañeras u otras personas de la comunidad.

Competencia específica de educación física 2: *Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que*

ofrece la acción motriz y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social.

2.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte y otras manifestaciones motrices, en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.

2.2. Adoptar y mostrar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.

2.3. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física y cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de las actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas.

Competencia específica de educación física 3: Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto y a las reglas sobre los resultados, procesos de autorregulación emocional

3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida buscando posibilidades de inclusión y participación y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad y posicionándose activamente frente a los estereotipos, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás

Competencia específica de educación física 4: Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y contribuir a la conservación del medio natural y urbano.

4.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, disfrutando de ellos de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

Competencia específica de educación física 5: *Adoptar un estilo de vida activo y saludable mediante la práctica física, incorporando intencionalmente actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas, partiendo de la aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás.*

5.1. Incorporar de forma autónoma rutinas de higiene antes y después de las sesiones, dosificar el esfuerzo durante toda la práctica e interiorizar cuestiones de educación postural en las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

5.2. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

5.3. Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.

5.4. Planificar y autorregular la práctica de actividad física (en el medio natural, urbano o en el centro escolar) orientada a la salud integral y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses para un periodo concreto de tiempo, utilizando dinámicas de autoevaluación que tengan en consideración las actividades físicas que realiza en su semana habitual.

2. Procedimientos e instrumentos de evaluación. ¿Cómo evaluamos a nuestros alumnos?

En este apartado se recogen las herramientas utilizadas por el profesorado para obtener la nota del alumnado. Se entiende por instrumento de evaluación todos aquellos documentos y/o registros utilizados por el profesorado para la observación sistemática y el proceso de aprendizaje del alumnado. Los instrumentos y procedimientos de evaluación permiten registrar los aprendizajes del alumnado. Nuestro objetivo es que la evaluación del alumno sea formativa, continua y permanente. Desde el departamento de educación física se han elegido los siguientes instrumentos de evaluación que podrán ser ligeramente modificados o ampliados en función de la evolución del alumnado:

- Rúbricas descriptivas y escalas de valoración.
- Listas de control
- Prueba teórico-conceptual escrita.
- Producciones de los alumnos.
- Trabajos grupales.
- Pruebas de valoración motriz: test motores, circuitos, pruebas técnicas y tácticas.
- Listas de control.
- Diario anecdótico.
- cuestionarios o pruebas con preguntas contextualizadas, productivas y complejas. Contextualizadas: Relacionadas con situaciones reales.
- Cuestionarios o pruebas complejas con activación de otros saberes e interrelación de ideas.

3. Criterios de calificación. ¿Cómo obtienen la nota nuestros alumnos?

En este apartado distinguiremos dos situaciones.

- La nota trimestral se obtendrá por la ponderación de las competencias específicas
- La nota final la obtendremos adjudicando un porcentaje a cada criterio de evaluación.

En la siguiente tabla aparecen estos datos relacionados. En función de la propia evolución del curso los porcentajes aquí recogidos se podrán modificar levemente atendiendo a criterios pedagógicos.

Evaluación Trimestral (Calificación competencial)		Evaluación final (Calificación criterial)	
CE.EF.1	40%	1.1.	6.66%
		1.2.	6.66%
		1.3.	6.66%
		1.4.	6.66%
		1.5.	6.66%
		1.6.	6.66%
CE.EF.2.	15%	2.1.	5%
		2.2.	5%
		2.3.	5%
CE.EF.3	25%	3.1.	8.33%
		3.2.	8.33%
		3.3.	8.33%
CE.EF.4	4%	4.1.	4%
CE.EF.5	16%	5.1.	4%
		5.2.	4%
		5.3.	4%
		5.4.	4%

4. **Aprendizajes imprescindibles para aprobar la materia y criterios de promoción. ¿Qué es lo mínimo que deben aprender nuestros alumnos en educación física?** En este apartado se recogen los aprendizajes mínimos que debe alcanzar el alumnado para aprobar la materia.

Competencias específicas y aprendizajes imprescindibles 3ºESO

Competencia específica de educación física 1: *Adaptar la motricidad para resolver diferentes situaciones motrices según su lógica interna para consolidar actitudes de superación y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. A continuación se detallan los **aprendizajes imprescindibles** asociados a esta competencia.*

- 1.1. Resolver situaciones motrices de carácter individual, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación.
- 1.2. Resolver situaciones motrices de oposición, aplicando los principios operacionales del juego, para encadenar acciones tácticas más complejas.
- 1.3. Resolver situaciones motrices de cooperación, incluyendo estrategias de autoevaluación.
- 1.4. Resolver situaciones motrices basadas en la colaboración y la oposición, para desarrollar conductas ofensivas y defensivas de mayor complejidad.
- 1.5. Resolver situaciones motrices que se desarrollan en un medio físico con incertidumbre mostrando habilidades para la adaptación, aplicando normas de seguridad.
- 1.6. Crear y representar composiciones individuales o colectivas, mediante el desarrollo de una motricidad simbólica.

Competencia específica de educación física 2: *Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrece la acción motriz y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social. A continuación se detallan los **aprendizajes imprescindibles asociados a esta competencia.***

- 2.1. Comprender y practicar diversas modalidades de actividad física valorando el contexto social.
- 2.2. Adoptar y mostrar actitudes conscientes acerca de los distintos estereotipos de género.
- 2.3. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física manejando recursos digitales.

Competencia específica de educación física 3: *Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto y a las reglas sobre los resultados, procesos de autorregulación emocional. A continuación se detallan los **aprendizajes imprescindibles asociados a esta competencia.***

- 3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices actuando con deportividad y asumiendo diferentes roles de público, participante u otros.
- 3.2. Cooperar en actividades motrices para alcanzar logros individuales y grupales.
- 3.3. Usar habilidades sociales para respetar la diversidad.

Competencia específica de educación física 4: *Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y contribuir a la conservación del medio natural y urbano. A continuación se detallan los **aprendizajes imprescindibles asociados a esta competencia.***

- 4.1. Participar en actividades físico-deportivas fuera del centro respetando el entorno.

Competencia específica de educación física 5: *Adoptar un estilo de vida activo y saludable mediante la práctica física, incorporando intencionalmente actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas, partiendo de la aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás. A continuación se detallan los **aprendizajes imprescindibles asociados a esta competencia.***

5.1 Comenzar a incorporar rutinas de higiene en las sesiones ajustando el esfuerzo a mis posibilidades personales.

5.2. Adoptar medidas generales para la prevención de lesiones.

5.3. Aplicar medidas básicas de primeros auxilios.

5.4. Planificar actividades físicas orientadas a mejorar nuestra salud.