

1º ESO	1º TRIMESTRE			
UNIDAD DIDÁCTICA	INDICADOR DE LOGRO	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	CRITERIO CALIFICACIÓN	% U.D.
Condición Física: RESISTENCIA, FUERZA Y FLEXIBILIDAD.	<ul style="list-style-type: none"> - Conoce las capacidades físicas básicas e identifica ejercicios para desarrollar las mismas. - Relaciona las adaptaciones orgánicas con el ejercicio físico. - Conoce y utiliza la frecuencia cardiaca como indicador del esfuerzo. - Conoce los test físicos y los relaciona con las capacidades físicas básicas. 	Examen teórico.	25%	50%
	<ul style="list-style-type: none"> - Realiza los ejercicios de forma correcta, aplicando los fundamentos de higiene corporal como medio de prevención de lesiones - Trabaja las capacidades físicas básicas siguiendo las indicaciones del profesor y mostrando una actitud de esfuerzo. - Conoce cómo ha de ser la postura corporal correcta en diferentes posiciones (de pie, sentado, tumbado...). 	Escala de observación.	25%	
	<ul style="list-style-type: none"> - Alcanza niveles de condición física acordes a su edad, poniendo énfasis en la resistencia aeróbica (10' de carrera continua uniforme). 	Test de condición física.	15%	
	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexiona críticamente sobre su estado de forma. 	Ficha individual.	10%	
	<ul style="list-style-type: none"> - Participa y colabora en las tareas planteadas, respetando a los compañeros, al profesor y las normas que rigen el funcionamiento de la clase de Educación Física (vestimenta y calzado adecuados, hábitos higiénicos, no comer chicle...). 	Escala de observación.	25%	
Actividades atléticas: velocidad, técnica de carrera y relevos.	<ul style="list-style-type: none"> - Conoce aspectos básicos del atletismo, tal y como las dimensiones y partes de una pista de atletismo, las modalidades atléticas y ejemplos de sus pruebas, etc., así como la técnica y la reglamentación de las modalidades atléticas practicadas. 	Examen teórico.	20%	30%
	<ul style="list-style-type: none"> - Reconoce la capacidad física básica y/o coordinativa que más se desarrolla durante la práctica de las actividades atléticas. 			

	Realiza la técnica de carrera, la salida de velocidad y la carrera de relevos de acuerdo con los criterios técnicos establecidos.	Escala de observación de frecuencia y/o prueba específica.	30%	
	<u>Se esfuerza durante la ejecución de los ejercicios de aprendizaje del atletismo.</u>	Escala de observación	25%	
	Participa y colabora en las tareas planteadas, respetando a los compañeros, al profesor y las normas que rigen el funcionamiento de la clase de Educación Física (vestimenta y calzado adecuados, hábitos higiénicos, no comer chicle...).	Escala de observación	25%	
Floorball	Ejecuta con efectividad los elementos técnicos del floorball aprendidos en clase.	Examen teórico.	50%	20%
	Se esfuerza durante la ejecución de los ejercicios de aprendizaje del floorball.	Escala de observación	25%	
	Participa y colabora en las tareas planteadas, respetando a los compañeros, al profesor y las normas que rigen el funcionamiento de la clase de Educación Física (vestimenta y calzado adecuados, hábitos higiénicos, no comer chicle...).	Escala de observación	25%	

1º ESO	2º TRIMESTRE			
UNIDAD DIDÁCTICA	INDICADOR DE LOGRO	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	CRITERIO CALIFICACIÓN	% U.D.
El calentamiento general.	<ul style="list-style-type: none"> -Conoce los objetivos del calentamiento, los cambios que produce en el organismo, las pautas que deben regir su puesta en práctica y sus partes. -Conoce el tipo de ejercicios que debe realizarse en cada fase del calentamiento. 	Examen teórico.	20%	10%
	<ul style="list-style-type: none"> -Conoce y realiza los ejercicios propios del calentamiento y de la vuelta a la calma. -Participa activamente en las actividades de aprendizaje del calentamiento, realizando correctamente los ejercicios (evita ejercicios contraindicados). -Respeto a los compañeros, al profesor y las normas que rigen el funcionamiento de la clase de Educación Física (vestimenta y calzado adecuados, hábitos higiénicos, no comer chicle...). 	Escala de observación.	50%	
	<ul style="list-style-type: none"> - Elabora un trabajo sobre el calentamiento general en el que demuestra conocer sus partes y los ejercicios más apropiados para cada una de éstas. 	Trabajo teórico.	30%	
Habilidades gimnásticas.	<ul style="list-style-type: none"> -Describe la ejecución técnica de los elementos gimnásticos practicados y conoce los aspectos básicos de la competición y el reglamento de la gimnasia deportiva. -Reconoce la capacidad física básica y/o coordinativa que más se desarrolla durante la práctica de las habilidades gimnásticas. 	Examen teórico.	20%	30%
	<ul style="list-style-type: none"> -Ejecuta los elementos técnicos gimnásticos trabajados en clase de manera correcta (con control corporal, posturas alineadas, etc.), ya sea de manera autónoma o con ayuda de sus compañeros (inversiones, saltos, giros y volteos, equilibrios...). -Ejecuta combinaciones y elementos básicos de enlaces entre los elementos realizados. 	Escala de observación de frecuencia y/o prueba específica.	40%	
	<ul style="list-style-type: none"> -Se esfuerza durante la ejecución de los ejercicios de aprendizaje de las habilidades gimnásticas. 	Escala de observación.	20%	

	Actúa con seguridad, evitando riesgos y adoptando posturas corporales correctas durante la realización de los ejercicios.	Escala de observación.	20%	
Danzas y bailes tradicionales.	-Realiza secuencias de movimientos adaptadas a la música. -Comprende y reconoce en la práctica la estructura rítmica de una canción (pulso, frase, estrofa...).	Escala de observación y/o rúbricas.	50%	30%
	- Participa en las actividades propuestas de manera desinhibida, independientemente del compañero/a con quien le toque danzar, mostrando respeto por sus compañeros y el profesor, las actividades y las normas que rigen el funcionamiento de la clase de Educación Física (vestimenta y calzado adecuados, hábitos higiénicos, no comer chicle...)	Escala de observación.	50%	
Deportes colectivos: baloncesto I.	Conoce el reglamento básico del baloncesto.	Examen teórico.	20%	30%
	Ejecuta con efectividad los elementos técnicos del baloncesto aprendidos en clase.	Escala de observación.	40%	
	Participa y colabora en las tareas planteadas, respetando a los compañeros, al profesor y las normas que rigen el funcionamiento de la clase de Educación Física (vestimenta y calzado adecuados, hábitos higiénicos, no comer chicle...).	Escala de observación.	40%	

1º ESO	3º TRIMESTRE			
UNIDAD DIDÁCTICA	INDICADOR DE LOGRO	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	CRITERIO CALIFICACIÓN	% U.D.
Deportes colectivos: balonmano I.	Conoce el reglamento básico del balonmano.	Examen teórico.	20%	30%
	Ejecuta con efectividad los elementos técnicos del balonmano aprendidos en clase.	Escala de observación.	40%	
	Participa y colabora en las tareas planteadas, respetando a los compañeros, al profesor y las normas que rigen el funcionamiento de la clase de Educación Física (vestimenta y calzado adecuados, hábitos higiénicos, no comer chicle...).	Escala de observación.	40%	
. Indiacas, palas y tenis de mesa.	Conoce el reglamento básico del tenis de mesa.	Examen teórico.	20%	50%
	Ejecuta con efectividad los elementos técnicos aprendidos en clase.	Escala de observación.	40%	
	Participa y colabora en las tareas planteadas, respetando a los compañeros, al profesor y las normas que rigen el funcionamiento de la clase de Educación Física (vestimenta y calzado adecuados, hábitos higiénicos, no comer chicle...).	Escala de observación.	40%	
Rastreos y orientación.	<ul style="list-style-type: none"> - Realiza recorridos señalizados con ayuda de un mapa, identificando puntos señalados y orientándose de manera correcta, aplicando los principios básicos aprendidos. - Es capaz de finalizar un recorrido de orientación dentro del tiempo establecido. 	Prueba específica.	50%	20%
	Participa y colabora en las tareas planteadas, respetando a los compañeros, al profesor y las normas que rigen el funcionamiento de la clase de Educación Física (vestimenta y calzado adecuados, hábitos higiénicos, no comer chicle...).	Escala de observación.	50%	