

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FASES DE UNA SESIÓN DE E.F.: EL CALENTAMIENTO, PARTE PRINCIPAL Y VUELTA A LA CALMA.

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO-CONCRECCIÓN
<p>Crit.EF.6.6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas. CMCT-CAA-CCL.</p> <p>Crit.EF.6.10. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos de los contenidos/temas/proyectos impartidos durante el curso. CD-CCL.</p>	<p>Est.EF.6.6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma</p> <p>Est.EF.6.10.1. Elabora con la ayuda del docente documentos digitales facilitados por éste (texto, presentación, imagen, video, sonido...) y/o analógicos, como resultado del proceso de aprendizaje.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Realiza los ejercicios propios del calentamiento y de la vuelta a la calma. - Elabora un trabajo sobre el calentamiento específico en el que demuestra conocer sus partes y los ejercicios más apropiados para cada una de éstas.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CONDICIÓN FÍSICA III: RESISTENCIA AERÓBICA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD.

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO-CONCRECCIÓN
<p>Crit.EF.6.4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CAA-CMCT.</p> <p>Crit.EF.6.5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo. CIEE-CAA-CMT.</p>	<p>Est.EF.6.4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>Est.EF.6.5.1. Participa activamente en la gestión de la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>Est.EF.6.5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Realiza los test de condición física, se puntúa y saca conclusiones de su estado de forma física. - Trabaja las capacidades físicas básicas siguiendo las indicaciones del profesor y mostrando una actitud de esfuerzo. - 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...).

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PALAS.

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO-CONCRECCIÓN
<p>Crit.EF.2.3. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.</p>	<p>Est.EF.2.3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas.</p> <p>Est.EF.2.3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y defensa en las actividades físico-deportivas de oposición seleccionadas.</p> <p>Est.EF. 2.3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p>	<p>- <u>Se implica en las diferentes actividades y se esfuerza en realizar de manera correcta las diferentes situaciones de enseñanza-aprendizaje.</u></p>

UNIDAD DIDÁCTICA 4. HIDRATACIÓN Y NUTRICIÓN EN EL ÁMBITO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA.

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO-CONCRECCIÓN
<p>Crit.EF.6.10. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos de los contenidos/temas/ proyectos impartidos durante el curso.</p>	<p>Est.EF.6.10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante de los contenidos/temas/ proyectos impartidos durante el curso.</p> <p>Est.EF.6.10.2. Expone y defiende los trabajos elaborados sobre temas del curso y vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>	<p>Distingue los diferentes tipos de nutrientes y los detecta en los alimentos de .su dieta habitual, sacando conclusiones de cómo mejorar su dieta en función de las recomendaciones nutricionales beneficiosas para la salud.</p> <p>Es capaz de realizar un programa de “pérdida de peso” u objetivo calórico mediante el cálculo de la ingesta de calorías y la realización de diferentes tipo de actividad física.</p> <p>Identifica las necesidades que requiere el organismo respecto a la hidratación antes, durante y después de la realización de actividad física, detectando los efectos perjudiciales que conlleva una mala hidratación en el rendimiento deportivo.</p>

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ACROSPORT.

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO-CONCRECCIÓN
<p>Crit.EF.5.2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCEC-CSC-CCI.</p> <p>Crit.EF.6.7. 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 los demás, aceptando sus aportaciones y respetando las normas establecidas. CIEE-CSC.</p>	<p>Est.EF.5.2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado</p> <p>Est.EF.6.7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>Est.EF.6.7.3. Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Crea una coreografía de acrosport coordinando los movimientos con la música elegida y los compañeros. - Participa activamente en el diseño de la coreografía. - 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, normas de seguridad, no comer chicle...).

UNIDAD DIDÁCTICA 6. MALABARES.

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO-CONCRECCIÓN
<p>Crit.EF.1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT-CAA-CCL.</p> <p>Crit.EF.6.7. 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 los demás, aceptando sus aportaciones y respetando las normas establecidas. CIEE-CSC.</p>	<p>Est.EF.1.1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.</p> <p>Est.EF.6.7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>Est.EF.6.7.3. Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Se esfuerza durante la práctica. - 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...).

UNIDAD DIDÁCTICA 7. FÚTBOL SALA II.

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO-CONCRECCIÓN
<p>Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CAA-CMCT-CCL-CIEE.</p> <p>Crit.EF.6.7. Reconoce 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 independiente de sus características, colaborando con los demás, aceptando sus aportaciones y respetando las normas establecidas CIEE-CSC.</p>	<p>Est.EF.3.3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de cooperación o colaboración-oposición propuestas.</p> <p>Est.EF.3.3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de cooperación o colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>Est.EF.6.7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>Est.EF.6.7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>Est.EF.6.7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>	<p>- Se esfuerza durante la práctica.</p> <p>- 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...).</p>

UNIDAD DIDÁCTICA 8. BALONCESTO II.

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO-CONCRECCIÓN
<p>Crit.EF.3.3. Resolver situaciones motrices de cooperación o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CAA-CMCT-CCL-CIEE.</p> <p>Crit.EF.6.7. Reconoce 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 independiente de sus características, colaborando con los demás, aceptando sus aportaciones y respetando las normas establecidas CIEE-CSC.</p>	<p>Est.EF.3.3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de cooperación o colaboración-oposición propuestas.</p> <p>Est.EF.3.3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de cooperación o colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>Est.EF.6.7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>Est.EF.6.7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>Est.EF.6.7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>	<p>- Se esfuerza durante la práctica.</p> <p>- 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...).</p>

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ZUMBA.

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO-CONCRECCIÓN
<p>Crit.EF.5.2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCEC-CSC-CCIE.</p> <p>Crit.EF.6.7. Reconoce 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 independiente de sus características, colaborando con los demás, aceptando sus aportaciones y respetando las normas establecidas. CIEE-CSC.</p>	<p>Est.EF.5.2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>Est.EF.5.2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>Est.EF.6.7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>Est.EF.6.7.3. Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Elabora en grupo una coreografía siguiendo las pautas indicadas en clase, participando activamente en las clases. - Se esfuerza durante la práctica. - 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...).

UNIDAD DIDÁCTICA 10. ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA: SENDERISMO.

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO-CONCRECCIÓN
<p>Crit.EF.4.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CAA.</p>	<p>Est.EF.4.1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación u otras actividades adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Elabora un trabajo en el que explica la excursión que vamos a hacer y los aspectos necesarios para llevarla a cabo (meteorología, material necesario, duración de la actividad).