



EDUCACIÓN FÍSICA. 2ª Evaluación.

A continuación se reflejan los contenidos y estándares de aprendizaje estipulados en el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria y Bachillerato de la asignatura de Educación Física que se trabajarán durante la 2ª evaluación. También se incluye las actividades programadas para esta evaluación.

CONTENIDOS	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES
El calentamiento: concepto y fases. La vuelta a la calma como una parte fundamental de la sesión, valorando su importancia como medio de prevención de lesiones.	BL.1.3 Clasificar adecuadamente las actividades de calentamiento y vuelta a la calma, relacionándolas con la parte principal de la sesión y ponerlas en práctica graduando progresivamente su intensidad.	--Realización del calentamiento al empezar la clase.
Juegos y actividades de mejora de la resistencia aeróbica, de fuerza general y flexibilidad buscando la cooperación del alumnado en su práctica.	BL.1.1. Establecer la relación de las capacidades físicas con los sistemas metabólicos de obtención de energía, y el control de la intensidad de la actividad física, mediante pruebas de valoración utilizando estos conocimientos para mejorar su salud y su condición física	--Realización de actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza resistencia, velocidad (de reacción, gestual y desplazamiento) y flexibilidad
Pruebas de valoración de las capacidades físicas: resistencia aeróbica, fuerza resistencia, velocidad de reacción y flexibilidad como medio para determinar el equilibrio entre los valores obtenidos y la mejora de la condición física y la contribución de esta a la salud y al bienestar personal.		--Realización de un test de velocidad, test de salto con pies juntos, test de lanzamiento de balón medicinal.
Exposición y práctica de juegos y deportes recreativos, concienciando de la importancia de estas actividades como marco de relación con los demás y de fomento de la amistad y compañerismo en el ámbito personal,	BL.5.1. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, y participar en deportes adaptados y otras actividades expresivas del nivel educativo	Participación y animación en las Olimpiadas dando importancia a la deportividad.

<p>social y cultural. Colaboración en el diseño de actividades deportivas en el centro. Comprensión del reto que supone competir con los demás sin que eso implique actitudes de rivalidad, entendiendo la oposición como una estrategia del juego y no como una actitud contra los demás. Sensibilizando de la importancia de la deportividad por encima de la búsqueda desmesurada de resultados.</p>	<p>mostrando actitudes de empatía y colaboración</p>	
<p>Explicación y realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos y tácticos de un deporte individual, como por ej. actividades atléticas,etc</p>	<p>BL.2.1. Realizar habilidades individuales básicas implicadas en actividades físico-deportivas de cooperación, competitivas y no competitivas, y preservar la seguridad individual y colectiva mientras las realiza</p>	<p>--Práctica de la técnica de atletismo: Técnica de carrera, salida de velocidad, entrega de relevos, lanzamiento de peso. -- Aplicación edpuzzle : Vídeo de lanzamiento de peso y preguntas sobre él.</p>
<p>Glosario términos conceptuales del nivel educativo.</p>	<p>BL.4.5. Reconocer la terminología conceptual de la asignatura y del nivel educativo y utilizarla correctamente en actividades orales y escritas del ámbito personal, académico, social o profesional</p>	<p>Classroom: Glosario sobre atletismo.</p>
<p>Estrategias de búsqueda y selección de la información. Estrategias de comprensión oral: activación de conocimientos previos, mantenimiento de la atención, selección de la información, memorización y retención de la información. Planificación de textos orales.</p>	<p>BL.5.5. Crear y editar contenidos digitales del nivel educativo utilizando aplicaciones informáticas, BL.4.3. Expresar oralmente textos previamente planificados, del ámbito personal, académico, social o profesional.</p>	<p>Classroom: Trabajo sobre la mujer y deporte. Búsqueda de información de una mujer que haya influido en el deporte de forma positiva. Con la posibilidad de entregar el trabajo en formato digital: Keynote, power point, vídeo o en cartulina. Exponer el trabajo oral a las compañeras.</p>

