

## **RECUPERACIÓN DE LA ASIGNATURA PENDIENTE**

Todos los alumnos que no superen la asignatura en la convocatoria final o extraordinaria (1º Bachillerato) deben presentar **TODOS los trabajos propuestos** del curso suspendido con el fin de valorar contenidos de forma teórica.

**La no presentación en la fecha propuesta por el departamento de cualquiera de los trabajos exigidos supone no poder realizar el resto de pruebas físicas, y por consiguiente la obtención de una calificación negativa.** Así mismo estos alumnos deben ceñirse a la normativa existente para la realización de estos trabajos teóricos.

En el bloque de Condición Física, las marcas o puntuaciones obtenidas en el curso presente, serán válidas para aprobar siempre que se obtengan 5 puntos, respecto al baremo del curso pendiente. Todos los alumnos tienen a su disposición planes de trabajo sobre las pruebas físicas en el tablón de anuncios del gimnasio y en la WEB del instituto.



En el bloque de Cualidades Motrices, Juegos y Deportes, Expresión Corporal, Actividades en el Medio Natural y teoría (si procede), se evaluará a los alumnos con la asignatura pendiente mediante los contenidos y estándares de aprendizaje del curso presente ya que son comunes en todos los cursos.

En cualquier caso, **si un alumno supera holgadamente el curso presente, aprobará el curso con la materia pendiente**, quedando como obligatoria la presentación de los trabajos teóricos correspondientes al curso suspendido.

La Actitud, se evaluará con la misma calificación obtenida en el curso actual.

En la asignatura de Educación Física tanto los aprendizajes como la mejora de las Capacidades Físicas llevan bastante tiempo para que el organismo se adapte. A tenor de lo anteriormente expuesto, el Departamento establecerá un calendario a principio del curso, expuesto en tablón de anuncios del gimnasio, para que el alumno esté informado de cuándo se van a realizar las recuperaciones.

Todos los alumnos con la materia pendiente, al igual que aquellos alumnos que hayan suspendido alguna evaluación del curso ordinario, tienen en el tablón de anuncios, planes de trabajo conducentes a la mejora de las capacidades físicas, con la finalidad de mejorarlas y así poder superar la asignatura.

## **CALIFICACIÓN DE LOS ALUMNOS CON LA ASIGNATURA PENDIENTE**

Queda de la siguiente manera:

- ✚ Criterios de evaluación referidos a APTITUD: **80%**
  - **Pruebas prácticas del curso actual:** habilidades deportivas, gimnásticas, expresivas, pruebas físicas, etc. (70%).
  - **TRABAJOS TEÓRICOS DEL CURSO SUSPENDIDO:** (15%)

- Contenidos: 80% (todos los puntos señalados en la descripción, 10% la bibliografía)
- Presentación: 20%
- **EXAMEN TEÓRICO DEL CURSO SUSPENDIDO:** (15%)
- ✚ Criterios de evaluación referidos a ACTITUD: **20%** (nota del curso actual).

La calificación de los alumnos con **MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**, se desglosa de la siguiente forma:

- ✚ Criterios de evaluación referidos a APTITUD: **80%**
  - Pruebas prácticas del curso actual: habilidades deportivas, gimnásticas, expresivas, pruebas físicas, etc. y/o malabares (**mínimo 2 puntos en cada prueba** para poder promediar) o el **EXAMEN ORAL** de los trabajos teóricos presentados (en el caso de que no puedan realizarse las pruebas prácticas) (70%)
  - **TRABAJOS TEÓRICOS DEL CURSO SUSPENDIDO:** (15%)
    - Contenidos: 80% (todos los puntos señalados en la descripción, 10% la bibliografía)
    - Presentación: 20%
  - **EXAMEN TEÓRICO DEL CURSO SUSPENDIDO:** (15%)
- ✚ Criterios de evaluación referidos a ACTITUD: **20%** (nota del curso actual).

Para poder promediar será **necesario presentar todas las pruebas teóricas, si las hubiere, y ejecutar todos los exámenes prácticos**. Si se incumple alguno de los dos aspectos anteriores, no se promediará y se suspenderá la evaluación correspondiente. Entendemos que es necesario exigir que el alumno se respete a sí mismo y a toda la comunidad educativa, responsabilizándose de su cometido. Además, para poder promediar, será necesario **tener un 4 como mínimo en cada bloque de contenido evaluado**: condición física, habilidades gimnásticas, expresión, actividades en el medio natural y habilidades deportivas.

## **PROGRAMA Y CALIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD DE MALABARES**

### **1º E.S.O.**

Serán **calificados positivamente** aquellos alumnos que consigan:

- ✓ **1ª evaluación:** Ser capaz de lanzar dos pelotas alternativamente, primero con la mano derecha y después con la mano izquierda, en el sitio sin parar, durante 8 segundos, como mínimo, con cada mano.
- ✓ **2ª evaluación:** Ser capaz de lanzar tres pelotas alternativamente con las dos manos en el sitio, sin parar, durante 8 segundos, como mínimo.
- ✓ **3ª evaluación:** Ser capaz de hacer los dos ejercicios anteriores en movimiento atrás y adelante, recorriendo la anchura del gimnasio durante 8 segundos, como mínimo.

La calificación se definirá en **tramos de 1 segundo**.

## 2º E.S.O.

Serán **calificados positivamente** aquellos alumnos que consigan:

- ✓ 1ª evaluación: Ser capaz de lanzar dos pelotas primero con una mano y después con la otra en el sitio, sin parar, durante 10 segundos, como mínimo, con cada mano.
- ✓ 2ª evaluación: Ser capaz de lanzar tres pelotas alternativamente con las dos manos en el sitio, sin parar, durante 10 segundos, como mínimo.
- ✓ 3ª evaluación: Ser capaz de hacer los dos ejercicios anteriores en movimiento atrás y adelante, recorriendo la anchura del gimnasio durante 10 segundos, como mínimo.

La calificación se definirá en **tramos de 1 segundo**.

## 3º E.S.O.

Serán **calificados positivamente** aquellos alumnos que consigan:

- ✓ 1ª evaluación: Ser capaz de lanzar dos pelotas primero con una mano y después con la otra en el sitio, sin parar, durante 12 segundos, como mínimo, con cada mano.
- ✓ 2ª evaluación: Ser capaz de lanzar tres pelotas alternativamente con las dos manos en el sitio, sin parar, durante 12 segundos, como mínimo.
- ✓ 3ª evaluación: Ser capaz de hacer los dos ejercicios anteriores en movimiento atrás y adelante, recorriendo la anchura del gimnasio durante 12 segundos, como mínimo.

La calificación se definirá en **tramos de 1 segundo**.

## 1º BACH

Serán **evaluados positivamente** aquellos alumnos que consigan:

- ✓ 1ª evaluación: Ser capaz de lanzar dos pelotas alternativamente, primero con la mano derecha y después con la mano izquierda, colocadas en pronación, haciendo 10 repeticiones con cada mano.
- ✓ 2ª evaluación: Ser capaz de lanzar tres pelotas con las dos manos colocadas en pronación, en el sitio, sin parar durante 8 segundos.
- ✓ 3ª evaluación: Ser capaz de lanzar tres pelotas con las dos manos colocadas en pronación, en movimiento atrás y adelante toda la anchura del gimnasio, durante 8 segundos.

La calificación se definirá en **tramos de 1 segundo y de 1 repetición**.

## **TRABAJOS PROPUESTOS PARA ALUMNOS CON LA ASIGNATURA PENDIENTE**

### **1º ESO**

#### **1ª Evaluación**

- + El calentamiento:
  - Concepto
  - Clases.
  - Efectos sobre el organismo.
  - Bibliografía.
- + Confección de un calentamiento general:
  - Partes de calentamiento.
  - Descripción de los ejercicios y partes corporales que trabajan.
  - Dibujos esquemáticos.
  - Bibliografía.

#### **2ª Evaluación**

- + La Gimnasia Artística:
  - Historia.
  - Descripción del deporte y sus aparatos.
  - Descripción de tres elementos básicos de tres aparatos.
  - Bibliografía.
- + Hábitos higiénicos en la actividad física:
  - Antes de la actividad física.
  - Durante la actividad física.
  - Después de la actividad física.
  - Bibliografía.

#### **3ª Evaluación**

- + Cualidades físicas:
  - Concepto.
  - Clasificación.
  - Definición de cada una de ellas.
  - Bibliografía.
- + Esquema de las pruebas del programa olímpico del Atletismo:
  - Especificación de las pruebas de carreras, saltos, lanzamientos y pruebas combinadas.
  - Bibliografía.
- + La Orientación deportiva:
  - ¿Qué es? Historia.
  - Elementos técnicos.
  - Normas de participación.
  - Bibliografía.

## **2º ESO**

### **1ª Evaluación**

- ✚ La Resistencia:
  - Concepto, clases.
  - Efectos sobre el organismo.
  - Esquema sobre los métodos de trabajo.
  - Bibliografía.
- ✚ El Control postural:
  - Causas del mal control postural
  - Enfermedades más comunes que se producen.
  - Ejercicios recomendados para corregir el mal control postural.
  - Bibliografía.

### **2ª Evaluación**

- ✚ La Flexibilidad:
  - Concepto.
  - Factores de los que depende.
  - Esquema de los métodos de trabajo.
  - Bibliografía.
- ✚ Deportes autóctonos de Castilla y León
  - Concepto
  - Descripción de un deporte de lucha.
  - Descripción de un deporte de puntería.
  - Bibliografía.

### **3ª Evaluación**

- ✚ La Velocidad:
  - Concepto, clases.
  - Factores de los que depende.
  - Esquemas de los métodos de trabajo.
  - Bibliografía.
- ✚ El Atletismo. Los saltos y los lanzamientos:
  - Descripción de las pruebas.
  - Records olímpicos actualizados.
  - Records mundiales actualizados.
  - Bibliografía.
- ✚ La Orientación deportiva:
  - ¿Qué es? Historia.
  - Elementos técnicos.
  - Normas de participación.
  - Bibliografía.

## **3º ESO**

### **1ª Evaluación**

- ✚ Métodos de entrenamiento en la resistencia.
  - Descripción.
  - Esquema.
  - Describir y dibujar un ejemplo de cada método.
  - Bibliografía
- ✚ Floorball:
  - Descripción del juego y materiales.
  - El campo de juego. Descripción y dibujos.
  - Descripción de los principales elementos técnicos.
  - Bibliografía.

### **2ª Evaluación**

- ✚ El aeróbic.
  - Concepto.
  - Prepara una sesión práctica con descripción, dibujos y coreografía para una clase de educación física.
  - Bibliografía.
- ✚ Efectos de la actividad física sobre el organismo:
  - Modificaciones funcionales que se producen: a corto y a largo plazo.
  - Bibliografía.

### **3ª Evaluación**

- ✚ El Acrosport:
  - Concepto.
  - Elementos básicos. Diferencias entre figuras y pirámides.
  - Ejercicios aplicados por tríos: descripción y dibujos de tres figuras y tres pirámides de distintos elementos.
  - Bibliografía.
- ✚ El Voleibol:
  - El juego. Materiales y campo de juego.
  - Descripción de los siguientes elementos: saque de abajo, toque de dedos, pase de antebrazos y remate.
  - Descripción y dibujo de tres ejercicios de trabajo del toque de dedos, de antebrazo, del remate y del saque de abajo.
  - Bibliografía.

## **BACHILLERATO**

### **1ª Evaluación**

- ✚ Programa personalizado de mantenimiento físico para realizar tres días por semana durante 1 mes.
  - Bibliografía.
- ✚ El Judo.
  - Técnicas básicas.
  - Reglamento.
  - Bibliografía..
- ✚ Métodos de entrenamiento en la flexibilidad.
  - Descripción.
  - Esquema.
  - Descripción de un ejercicio de flexibilidad de los siguientes grupos musculares: deltoides, pectoral, abdominales, trapecio, dorsal, bíceps, tríceps, glúteos, cuádriceps, isquiotibiales y gemelos.
  - Bibliografía.

### **2ª Evaluación**

- ✚ Métodos de entrenamiento en la fuerza.
  - Descripción.
  - Esquema.
  - Descripción de un ejercicio de fuerza de los siguientes grupos musculares: deltoides, pectoral, abdominales, trapecio, dorsal, bíceps, tríceps, glúteos, cuádriceps, isquiotibiales y gemelos.
  - Bibliografía.
- ✚ Las drogas y el deporte.
  - Bibliografía.
- ✚ El Acrosport:
  - Ejercicios aplicados por grupos (5 ó 6): descripción y dibujos de tres figuras y tres pirámides de distintos elementos.
  - Describir las transiciones de cada miembro para pasar de una formación a otra y su recorrido por el practicable dibujado en un plano.
  - Bibliografía.

### **3ª Evaluación**

- ✚ La actividad física y la salud.
  - Bibliografía.
- ✚ La actividad física en la tercera edad.
  - Bibliografía.

## **NORMATIVA SOBRE LA REALIZACIÓN DE TRABAJOS**

- Los trabajos **deben presentarse** escritos **a mano**.
- Se debe **cuidar la caligrafía, la ortografía y la presentación**.
- **Deben incluir una portada, un índice y la bibliografía** (libros de consulta, artículos periodísticos, páginas de internet, etc.) que has utilizado. Debe ir al final del trabajo.
- Cada trabajo debe ocupar, **AL MENOS, 4 páginas** (sin contar la portada, el índice y la bibliografía)
- La **valoración** será la siguiente:
  - Contenidos 80% (todos los puntos señalados en la descripción, 10% la bibliografía)
  - Presentación 20% (caligrafía, elementos decorativos: fotos, dibujos, esquemas, rótulos, etc)

## **FECHA LÍMITE PARA LA ENTREGA DE LOS TRABAJOS**

**24 DE MAYO DE 2024**