	DEPARTAMENTO DE EDUCACION FÍSICA NIVEL: 4º DE E.S.O.	Curso 2015-16
	UNIDADES DIDÁCTICAS	Objetivos Básicos
Curso 2014 2015	PRIMER TRIMESTRE 1. El calentamiento y sus funciones y tipos. 2. La Resistencia, sistemas de entrenamiento 3. La fuerza, sistemas de entrenamiento. 4. La velocidad y la flexibilidad, sistemas de entrenamiento. 5. Primeros Auxilios. SEGUNDO TRIMESTRE 6. Deportes y juegos alternativos. 7. Expresión Corporal, Danza y dramatización. 8. Deportes de sala. Balonmano y Hockey sala. TERCER TRIMESTRE 9. Acrosport y malabares (circo I) 10. El Voleyball, técnica y táctica 11. Actividades en la Naturaleza. Orientación deportiva	- Practicar de forma habitual y sistemática actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de calidad de vida y de salud valorando su condición física. - Elaborar calentamientos específicos autónomos en función de la actividad física. - Planificar y llevar a cabo métodos de entrenamiento de la resistencia aeróbica, fuerza resistencia y flexibilidad que le permitan satisfacer sus propias necesidades. - Profundizar en el conocimiento de los hábitos que son perniciosos para la salud y cómo afectan a la condición física. - Conocer los primeros auxilios como método de actuación inmediata ante una lesión deportiva o un accidente cotidiano. - Desarrollar actitudes de autoexigencia y superación en la práctica de actividades físico-deportivas. - Planificar torneos y actividades desarrollando los aspectos organizativos y fomentando el fair play - Participar, con independencia del nivel de destreza alcanzado, en actividades físicas y deportivas desarrollando actitudes de cooperación y respeto, valorando los aspectos de relación que dichas actividades tienen. - Desarrollar actividades deportivo-recreativas con un nivel de autonomía aceptable en su planificación y ejecución, utilizándolas como recurso para la ocupación del tiempo libre. - Diseñar y realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que contribuyan a su conservación y mejora. - Practicar a nivel lúdico-recreativo los fundamentos técnicos propios de actividades de adaptación al medio, valorando y respetando el patrimonio cultural (fuente de relación de actividades de ocio y tiempo libre). - Reconocer y valorar en diversas actividades y manifestaciones culturales y artísticas, la riqueza expresiva del cuerpo y el movimiento como medio de comunicación y expresión creativa. - Diseñar composiciones coreográficas, teniendo en cuenta las variables de tiempo, espacio e intensidad. - Percibir el ritmo respiratorio y el tono muscular asociado a distintos estados de movimiento y de reposo como forma de conocerse mejor a sí mismo.

Estas Unidades didácticas están sujetas a modificación debido a la climatología que puede alterar el orden de las mismas, así como su propia realización.

CRITERIOS DE EVALUACION

Se establecen como criterios generales de evaluación, aplicables a todos los núcleos de contenidos, las siguientes consideraciones:

ASPECTOS ACTITUDINALES

Destacamos en este apartado dos aspectos significativos:

- Asistencia a clase (10% de la calificación)
  - Cada falta de asistencia sin justificar supondrá 0,75 punto menos en la calificación
  - Cada día sin la indumentaria adecuada y sin justificar supondrá 0,75 puntos menos.

Adquisición de hábitos, esfuerzo, actitud en clase...(20% de la calificación). Hábitos higiénicos, participación en tareas de organización de clase, participación en actividades extraescolares, actitud activa y participativa.

ASPECTOS COGNITIVO-TEÓRICOS (30% la calificación)

- Pruebas escritas u orales de
- Trabajos teóricos.
- Trabajos individuales o en grupos de exposición.

ASPECTOS PRÁCTICOS Y PROCEDIMENTALES (40% de la calificación)

Para su evaluación se tendrá en cuenta el nivel alcanzado por los alumnos y alumnas en los requerimientos prácticos, físicos o técnicos de cada uno de los núcleos de contenidos. (Estos requerimientos serán pormenorizados por el profesorado en cada Unidad Didáctica).

Adquisición de hábitos: Hábitos higiénicos, participación en tareas de organización de clase, participación en actividades extraescolares, actitud activa y participativa, hábitos de esfuerza y predisposición a la práctica.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN:

1. Observación directa del aprovechamiento máximo de la hora de clase.
2. Observación directa del trabajo individual y colectivo dentro del aula.
3. Exámenes escritos. Trabajos adicionales, etc.
4. Control de asistencia
5. Equipamiento deportivo

MATERIALES NECESARIOS: Ropa y calzado deportivo. Muda de camiseta limpia.

OBSERVACIONES

- El alumnado con la materia pendiente de años anteriores será evaluado de forma continua en el presente curso salvo indicación expresa del profesorado.
- Los grupos bilingües recibirán el 50% de la asignatura en inglés y serán evaluados en las dos lenguas.
- En todas las unidades didácticas se realizarán actividades adaptadas para el alumnado que lo necesite.
- Las competencias básicas que se trabajan en cada unidad didáctica son evaluadas en las mismas según indicadores de logro.

Este documento es de carácter informativo, se completa con la Programación Didáctica del Departamento. Para más información consultar con el profesorado.