

PROGRAMACIÓN DE FINAL DE CURSO 2019-2020.

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO: 1º BACHILLERATO

El departamento de educación física, ante este final del presente curso sin clases presenciales, se plantea un triple objetivo:

- Fomentar la práctica de actividad física en casa, o en el exterior si se cumplen los pronósticos y el gobierno deja salir para ello, a partir de la próxima semana. Creemos que es fundamental seguir teniendo el hábito de realizar ejercicio físico por los beneficios para la salud tanto física como mental. En este sentido recomendaremos diferentes planes de trabajo físico adecuados a la edad de los alumnos.
- Desarrollar alguna/as de las unidades didácticas que están programadas para el tercer trimestre, mediante la realización de cuestionarios sobre los apuntes teóricos o trabajos de investigación y búsqueda de información sobre un tema concreto.
- Llevar a cabo un plan de recuperación del primer y/o segundo trimestre, para aquellos alumnos que hubieran suspendido, mediante trabajos o cuestionarios de los temas teóricos desarrollados.

1. ¿Qué vamos a evaluar?

Todo el alumnado trabajará las siguientes unidades didácticas correspondientes al tercer trimestre.

Unidad didáctica: Programa de acondicionamiento físico individualizado. Elaboración de un plan de entrenamiento físico (8 sesiones), tomando como referencia los resultados de los test de condición física del primer trimestre y el tema teórico “Planificación del entrenamiento”.

Unidad didáctica: La alimentación. Tema teórico sobre nutrición y mitos sobre alimentos.

Los alumnos con el primer y/o segundo trimestre suspensos, llevarán a cabo un plan de recuperación, trabajando las unidades didácticas desarrolladas.

Unidad didáctica: Condición física. Beneficios para la salud. Principales grupos musculares. Parte teórica del tema trabajado en el primer trimestre.

Unidad didáctica: Planificación del entrenamiento. Se desarrolló en la 1ª evaluación

Unidad Didáctica: Bádminton. Este tema ha sido trabajado en la 2ª evaluación.

Unidad didáctica: Posturas desaconsejadas en la práctica de ejercicio físico. También correspondiente al segundo trimestre.

A nivel teórico, que es lo que más se va a trabajar, la organización de contenidos ha sido la siguiente:

	1º bachillerato A, B, C, D y E
1ª eval.	<ul style="list-style-type: none">- Condición física, beneficios para la salud. Principales grupos musculares.- Planificación del entrenamiento
2ª eval.	<ul style="list-style-type: none">- Posturas desaconsejadas en el ejercicio físico.- Bádminton.
3ª eval	<ul style="list-style-type: none">- Programa de acondicionamiento físico individualizado.- Alientación.

2. ¿Cómo vamos a evaluar?

Mediante la realización de un cuestionario sobre los contenidos teóricos de la unidad didáctica de “alimentación” y un trabajo como he citado anteriormente, que supone diseñar un plan de entrenamiento individual de 8 sesiones, para el trabajo de las distintas capacidades físicas. Los temas teóricos y en algunos casos videos de apoyo a ellos, se trabajarán a través de Google Classroom. Posteriormente se enviará un cuestionario sobre el tema de entre 10 a 50 preguntas, que será evaluado de 0 a 10 puntos, siendo necesario un 5 para aprobar.

Los alumnos con algún o algunos trimestres suspensos realizarán igualmente un cuestionario para su recuperación. Un cuestionario correspondiente a la 1ª evaluación de los 2 temas citados anteriormente y otro sobre los temas de la 2ª evaluación. Será necesario al menos un 7 para recuperar, es decir, aprobar el trimestre en cuestión. En ningún caso aquel alumno que recupere un trimestre a través del cuestionario podrá tener una nota superior a un 6.

La nota final de curso, atendiendo a los apartados 39 y 40 de la Instrucción nº 4/2020 de 18 de abril, que se refieren específicamente a la Evaluación, Promoción y Titulación, estará ponderada al valor específico que se otorga a cada trimestre. La ponderación supone una valoración del 40% de la nota final de curso correspondiente al primer trimestre, 35% al segundo trimestre y un 25% al tercer trimestre. Siempre y cuando se están trabajando contenidos nuevos en esta evaluación, además de la recuperación de trimestres anteriores en los casos que sea necesario, la 3ª evaluación tendrá un peso del 25% de la nota final, pudiendo incluso suponer la aminoración de las calificaciones de trimestres anteriores. Se deduce por tanto, darle un mayor peso en la nota a los contenidos desarrollados de forma presencial en los dos primeros trimestres, sin dejar de trabajar y por tanto evaluar, aún siendo flexibles dada la situación especial en que se está desarrollando este final de curso.