

EDUCACIÓN FÍSICA 2º E.S.O.

PRIMER TRIMESTRE

UNIDAD DIDÁCTICA	BLOQUES DE CONTENIDOS	CONCRECIÓN TELEMÁTICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HERRAMIENTAS DE TRABAJO TELEMÁTICO			
UD 1.- La sesión de actividad física	1.- Calidad de vida y salud	5. Técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana. 9. El calentamiento general y específico.	6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.	Foro de debate Videoconferencias explicativas Vídeos explicativos Resúmenes y esquemas de contenidos Actividades de refuerzo Actividades de aplicación			
		13. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.				
TEMPORALIZACIÓN TELEMÁTICA	Septiembre - Octubre	INDICADORES DE LOGRO	ITEMS	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
			El alumno/la alumna participa activamente en la plataforma	1	2	3	4
			El alumno/la alumna tiene dificultades para acceder a la plataforma	1	2	3	4
			El alumno alcanza los criterios de evaluación establecidos	1	2	3	4

UNIDAD DIDÁCTICA	BLOQUES DE CONTENIDOS	CONCRECIÓN TELEMÁTICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HERRAMIENTAS DE TRABAJO TELEMÁTICO			
UD 2.- Un cuerpo sano y en forma	1.- Calidad de vida y salud 2.- Condición física y motriz	1. Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana. 2. Características de las actividades físicas saludables. 3. Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud. 4. El descanso y la salud. 7. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	Foro de debate Videoconferencias explicativas Vídeos explicativos Resúmenes y esquemas de contenidos Actividades de refuerzo Actividades de aplicación			
		6. Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables. 8. Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.				
		13. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.				
TEMPORALIZACIÓN TELEMÁTICA	Octubre a diciembre	INDICADORES DE LOGRO	ITEMS	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
			El alumno/la alumna participa activamente en la plataforma	1	2	3	4
			El alumno/la alumna tiene dificultades para acceder a la plataforma	1	2	3	4
			El alumno alcanza los criterios de evaluación establecidos	1	2	3	4

UNIDAD DIDÁCTICA	BLOQUES DE CONTENIDOS	CONCRECIÓN TELEMÁTICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HERRAMIENTAS DE TRABAJO TELEMÁTICO			
UD 3.- Alimentación saludable	1.- Calidad de vida y salud	3. Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud. 4. El descanso y la salud. 7. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	Foro de debate Videoconferencias explicativas Vídeos explicativos Resúmenes y esquemas de contenidos Actividades de refuerzo Actividades de aplicación			
TEMPORALIZACIÓN TELEMÁTICA	Un proyecto por trimestre	INDICADORES DE LOGRO	ITEMS	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
			El alumno/la alumna participa activamente en la plataforma	1	2	3	4
			El alumno/la alumna tiene dificultades para acceder a la plataforma	1	2	3	4
			El alumno alcanza los criterios de evaluación establecidos	1	2	3	4

UNIDAD DIDÁCTICA	BLOQUES DE CONTENIDOS	CONCRECIÓN TELEMÁTICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HERRAMIENTAS DE TRABAJO TELEMÁTICO			
UD 4.- Deportes diferentes, deportes alternativos	3. Juegos y deportes	22. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas. 24. Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición. 25. Las fases del juego en los deportes colectivos. 26. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. 29. Situaciones reducidas de juego. 31. Juegos alternativos y predeportivos.	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	Foro de debate Videoconferencias explicativas Videos explicativos Resúmenes y esquemas de contenidos Actividades de refuerzo Actividades de aplicación			
TEMPORALIZACIÓN TELEMÁTICA	Las UD que trabajen los contenidos de Juegos y Deportes se aplazarían esperando una vuelta a la presencialidad. Si no se diese el caso, se trabajarían de forma telemática los contenidos concretados.	INDICADORES DE LOGRO	ITEMS	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
			El alumno/la alumna participa activamente en la plataforma	1	2	3	4
			El alumno/la alumna tiene dificultades para acceder a la plataforma	1	2	3	4
			El alumno alcanza los criterios de evaluación establecidos	1	2	3	4

SEGUNDO TRIMESTRE

UNIDAD DIDÁCTICA	BLOQUES DE CONTENIDOS	CONCRECIÓN TELEMÁTICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HERRAMIENTAS DE TRABAJO TELEMÁTICO			
UD 5.- Juegos y deportes de pala y red	3. Juegos y deportes	22. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas. 24. Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición. 25. Las fases del juego en los deportes colectivos. 26. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. 29. Situaciones reducidas de juego.	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	Foro de debate Videoconferencias explicativas Vídeos explicativos Resúmenes y esquemas de contenidos Actividades de refuerzo Actividades de aplicación			
		34. Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas 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 las demás personas y aceptando sus aportaciones.				
TEMPORALIZACIÓN TELEMÁTICA	Las UD que trabajen los contenidos de Juegos y Deportes se aplazarían esperando una vuelta a la presencialidad. Si no se diese el caso, se trabajarían de forma telemática los contenidos concretados.	INDICADORES DE LOGRO	ITEMS	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
			El alumno/la alumna participa activamente en la plataforma	1	2	3	4
			El alumno/la alumna tiene dificultades para acceder a la plataforma	1	2	3	4
			El alumno alcanza los criterios de evaluación establecidos	1	2	3	4

UNIDAD DIDÁCTICA	BLOQUES DE CONTENIDOS	CONCRECIÓN TELEMÁTICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HERRAMIENTAS DE TRABAJO TELEMÁTICO			
UD 6.- Aprendemos a jugar en equipo	3. Juegos y deportes 1.- Calidad de vida y salud	19. Juegos predeportivos. 20. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas. 23. Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración. 25. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición. 26. Objetivos del juego de ataque y defensa.	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	Foro de debate Videoconferencias explicativas Vídeos explicativos Resúmenes y esquemas de contenidos Actividades de refuerzo Actividades de aplicación			
		34. Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas 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 las demás personas y aceptando sus aportaciones.				
		11. Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva. 12. La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva.	11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.				
TEMPORALIZACIÓN TELEMÁTICA	Las UD que trabajen los contenidos de Juegos y Deportes se aplazarían esperando una vuelta a la presencialidad. Si no se diese el caso, se trabajarían de forma telemática los contenidos concretados.	INDICADORES DE LOGRO	ITEMS	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
			El alumno/la alumna participa activamente en la plataforma	1	2	3	4
			El alumno/la alumna tiene dificultades para acceder a la plataforma	1	2	3	4
			El alumno alcanza los criterios de evaluación establecidos	1	2	3	4

UNIDAD DIDÁCTICA	BLOQUES DE CONTENIDOS	CONCRECIÓN TELEMÁTICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HERRAMIENTAS DE TRABAJO TELEMÁTICO			
UD 7.- AFMN: Senderismo y juego de pistas	5.- Actividad física en el medio natural	45. Técnicas de progresión en entornos no estables. 46. Técnicas básicas de orientación. 47. Interpretación de la simbología, identificación mapa-terreno/terreno-mapa, orientación del mapa, recorridos guiados, etc.	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.	Foro de debate Videoconferencias explicativas Vídeos explicativos Resúmenes y esquemas de contenidos Actividades de refuerzo Actividades de aplicación			
		49. Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.				
		44. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. 50. Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc. 51. El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana	12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.				
TEMPORALIZACIÓN TELEMÁTICA	Marzo	INDICADORES DE LOGRO	ITEMS	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
			El alumno/la alumna participa activamente en la plataforma	1	2	3	4
			El alumno/la alumna tiene dificultades para acceder a la plataforma	1	2	3	4
			El alumno alcanza los criterios de evaluación establecidos	1	2	3	4

TERCER TRIMESTRE

UNIDAD DIDÁCTICA	BLOQUES DE CONTENIDOS	CONCRECIÓN TELEMÁTICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HERRAMIENTAS DE TRABAJO TELEMÁTICO			
UD 8.- Primeros auxilios	1.- Calidad de vida y salud	10. Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas.	9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.	Foro de debate Videoconferencias explicativas Vídeos explicativos Resúmenes y esquemas de contenidos Actividades de refuerzo Actividades de aplicación			
TEMPORALIZACIÓN TELEMÁTICA	Abril	INDICADORES DE LOGRO	ITEMS	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
			El alumno/la alumna participa activamente en la plataforma	1	2	3	4
			El alumno/la alumna tiene dificultades para acceder a la plataforma	1	2	3	4
			El alumno alcanza los criterios de evaluación establecidos	1	2	3	4

UNIDAD DIDÁCTICA	BLOQUES DE CONTENIDOS	CONCRECIÓN TELEMÁTICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HERRAMIENTAS DE TRABAJO TELEMÁTICO			
UD 9.- Mejorando mi coordinación: Malabares.	2.- Condición física y motriz	18. Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable. 19. Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud.	5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.	Foro de debate Videoconferencias explicativas Vídeos explicativos Resúmenes y esquemas de contenidos Actividades de refuerzo Actividades de aplicación			
	4.- Expresión corporal	38. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. 39. El mimo y el juego dramático. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.				
TEMPORALIZACIÓN TELEMÁTICA	Abril - Mayo	INDICADORES DE LOGRO	ITEMS	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
			El alumno/la alumna participa activamente en la plataforma	1	2	3	4
			El alumno/la alumna tiene dificultades para acceder a la plataforma	1	2	3	4
			El alumno alcanza los criterios de evaluación establecidos	1	2	3	4

UNIDAD DIDÁCTICA	BLOQUES DE CONTENIDOS	CONCRECIÓN TELEMÁTICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HERRAMIENTAS DE TRABAJO TELEMÁTICO			
UD 10.- Just Dance: Aprendiendo coreografías	4.- Expresión corporal	35. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. 36. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. 37. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. 38. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. 39. El mimo y el juego dramático. 40. Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas. 41. Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva.	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.	Foro de debate Videoconferencias explicativas Vídeos explicativos Resúmenes y esquemas de contenidos Actividades de refuerzo Actividades de aplicación			
		43. Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas 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 las demás personas y aceptando sus aportaciones.				
TEMPORALIZACIÓN TELEMÁTICA	Mayo - Junio	INDICADORES DE LOGRO	ITEMS	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
			El alumno/la alumna participa activamente en la plataforma	1	2	3	4
			El alumno/la alumna tiene dificultades para acceder a la plataforma	1	2	3	4
			El alumno alcanza los criterios de evaluación establecidos	1	2	3	4