

1 ° BACHILLER

RELACIÓN ENTRE CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTANDARES DE APRENDIZAJE.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTANDARES DE APRENDIZAJE: (LO QUE EL ALUMNO VA A APRENDER A HACER, LLEVAR A LA PRÁCTICA)	TRIMESTRE
1. Conocer los riesgos y contraindicaciones que determinadas prácticas nocivas tienen para la salud, adoptando hábitos saludables para paliar sus efectos.	1.1 Elabora y pone en práctica de un plan de trabajo de una de las cualidades físicas relacionadas con la salud 1.2 Toma de conciencia de la propia condición física y predisposición a mejorarla. 1.3 Utiliza la frecuencia cardiaca para controlar la intensidad de su esfuerzo en la práctica de la actividad física. 1.4 Conoce los aparatos y sistemas sobre los que incide la práctica de ejercicio físico, así como las adaptaciones que ésta produce.	1°
2. Elaborar y poner en práctica de manera autónoma pruebas de valoración de la condición física orientadas a la salud.	2.1 Elabora y pone en práctica de un plan de trabajo de una de las cualidades físicas relacionadas con la salud 2.2 Toma de conciencia de la propia condición física y predisposición a mejorarla. 2.3 Adquiere una relativa autonomía en la planificación y puesta en práctica de calentamientos adecuados a las pautas y características requeridas para que sean eficaces. Que sean adecuados a la actividad física que se realizará. 2.4 Toma conciencia de la propia postura corporal identificando en sí mismo actitudes posturales correctas e incorrectas	1°

<p>3. Realizar de manera autónoma un programa de actividad física y salud, utilizando las variables de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad.</p>	<p>3.1 Conoce los efectos y las adaptaciones generales que el trabajo continuado de cada cualidad física relacionada con la salud supone para el organismo y para la mejora del estado del mismo.</p> <p>3.2. Resuelve situaciones motrices que requieran de la utilización de las capacidades coordinativas. Conocimientos sobre los aspectos básicos de la táctica de la modalidad.</p> <p>3.3. Comprende la lógica interna de la modalidad. Aplica aspectos básicos de la táctica de la modalidad en situaciones de práctica.</p> <p>3.4. Demuestra conocimientos sobre los aspectos básicos de la técnica de la modalidad.</p> <p>3.5. Resuelve situaciones de práctica sencillas aplicando los aspectos básicos de la técnica de la modalidad.</p> <p>3.6. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones básicas de la técnica de la modalidad respecto a sus niveles previos.</p>	<p>1º</p>
<p>4. Organizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles en el centro y en sus inmediaciones.</p>	<p>4.1. Participa de forma activa y desinhibida en las actividades de clase</p> <p>4.2. Presenta actitudes de esfuerzo y de superación.</p> <p>4.3. Valora el juego limpio por encima de la búsqueda desmedida de resultados.</p> <p>4.4. Muestra actitudes de respeto hacia adversarios, compañeros, árbitros y profesores</p> <p>4.5. Respeta las normas establecidas en clase aceptando la necesidad de las mismas.</p> <p>4.6. Utiliza correctamente las instalaciones y el material de clase mostrando actitudes de cuidado de los mismos.</p>	<p>2º</p>

<p>5. Demostrar dominio técnico y táctico en situaciones reales de práctica en el deporte individual, colectivo o de adversario seleccionado.</p>	<p>5.1. Alcanza niveles de condición física acordes con su momento de desarrollo motor y con sus posibilidades. Conoce el desarrollo de técnicas de relajación y vuelta a la calma.</p> <p>5.2 Utiliza los argumentos técnicos aprendidos en los distintos deportes.</p> <p>5.3 Adapta los conocimientos técnicos y reglamentarios a la práctica.</p> <p>5.4 Aprende a tener jugar en equipo.</p> <p>5.5 Colabora en la realización de torneos y formación de equipos.</p>	<p>2º</p>
<p>6. Realizar, en el medio natural, una actividad física de bajo impacto ambiental, colaborando en su organización.</p> <p>7. Mantener una actitud crítica ante prácticas sociales que son nocivas para la salud y adoptar actitudes de cooperación, respeto y no discriminación en la realización de actividades deportivas.</p> <p>8. Elaborar composiciones corporales colectivas, teniendo en cuenta las manifestaciones de ritmo y expresión, cooperando con los compañeros.</p> <p>9. Utilizar de manera autónoma alguna de las técnicas de relajación aprendidas, tomando conciencia de los beneficios que reporta para la mejora de la salud.</p> <p>10. Elaborar un trabajo de análisis y recopilación de las diversas actividades físico-deportivas y recreativas de Castilla-La Mancha.</p>	<p>6.1 Conoce los tipos de actividades físico-deportivas que se pueden desarrollar en el medio natural.</p> <p>6.2 Aplica las técnicas básicas de las actividades físico-deportivas en el medio natural propuestas en juegos y situaciones lúdicas.</p> <p>6.3 Toma conciencia de la necesidad del cuidado y mejora del medio natural.</p> <p>8.1. Identifica las posibilidades expresivas de su cuerpo y del movimiento a través de la participación en juegos y actividades de expresión</p> <p>8.2. Realiza improvisaciones y construcciones sencillas respondiendo a retos expresivos corporales de baja dificultad.</p> <p>8.3 Realiza coreografías grupales.</p> <p>8..4 Utiliza la mímica.</p> <p>8.5 Trabaja la expresión corporal con adaptación del ritmo.</p> <p>8.6 Realiza acrogimnasia Formación de figuras corporales.</p>	<p>3º</p>