

CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN

As notas das avaliacións calcularase tendo en conta o peso das diferentes unidades didácticas traballadas.

Nas táboas aparecen as distintas unidades por avaliación e curso. A temporalización das unidades poderá ser modificada. Ao inicio da avaliación o profesorado informará ao alumnado das unidades que se traballarán.

Hai que ter en conta para o calculo da nota que se o resultado ao aplicar as distintas porcentaxes nos da un número decimal por debaixo do 5 se aproximará a nota máis baixa e se é superior se redondeará a alza sempre e cando non teña un "0" en ningún dos apartados do trimestre.

RECUPERACIÓN AVALIACIÓN NON SUPERADA

Despois de cada avaliación o alumnado que non aprobou terá un período para recuperar o trimestre.

CALIFICACIÓN FINAL

A calificación final do curso determinarase mediante a media aritmética das tres avaliacións. Será requisito indispensable ter ao menos un 3,5 en cada unha para poder facer a media. Se o resultado fose un número con decimal superior a 5 aproximárase a nota superior.

Poderase obter un 10 na asignatura se a media das tres avaliacións e superior a 9,5 ou se obtivo unha nota de 9 ou superior nos tres trimestres.

Pode darse o caso de que un alumno/a aprrobe a 3ª avaliación e non supere o curso, ben porque a media e inferior a 4,5 ou porque nalgún trimestre non chegou a un 3,5 para poder facer a media.

O alumnado que na media final non chega a un 4,5 deberá superar unha proba final extraordinaria que se publicará ao final do curso na aula virtual.

1º ESO

| Avaliación | Peso | U.D. | critérios de avaliación |
|--|------|---|--|
| 1ª | 10 % | A sesión de EF: Quentamos para evitar lesións e volvemos a calma para recuperarnos | Respecta e practica a estrutura básica da sesión. |
| | | | Prepara, executa e dirixe un quecemento xeral |
| | 10% | Xogos populares | Realiza as tarefas propostas na clase |
| | | | Participa nos xogos do centro |
| | 30% | Acondicionamento físico: Comezamos a cuidar e desenrrolar as nosas capacidades físicas básicas con distintos materiais. | Coñece os conceptos básicos das cualidades físicas básicas. |
| | | | Realiza as probas de axilidade, forza, resistencia e flexibilidade estandarizadas por idades acorde a uns baremos. |
| | | | Adapta a intensidade do esforzo a cada unha das tarefas que traballa. |
| | | | Realiza as sesións de condición física, adecuadamente en función das súas características |
| | 20% | Iniciámonos no aeróbic I | Executa de forma coordinada unha coreografía. |
| | | | Elabora unha pequena coreografía. |
| | 10% | Estilos de vida saudables | Realiza un estudo sobre práctica regular de actividade física e valoración da súa incidencia sobre a saúde. |
| | 20% | Responsabilizámonos: respectamos para que nos respecten e cumprimos coas normas de aseo. | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| | | | Respecta ós compañeiros e ao profesorado. |
| | | | Trae o material de traballo e aseo e cámbiase ao remate da sesión. |
| Responsabilízase da limpeza dos vestiarios cando lle toca. | | | |

| Avaliación | Peso | U.D. | critérios de avaliación |
|--|------|--|---|
| 2ª | 15% | Atletismo I: carreiras | Realiza as probas de execución práctica establecidas para este deporte. |
| | | | Coñece e describe como facer os xestos técnicos básicos e os executa. |
| | | | Participa activamente nas actividades propostas |
| | 25% | Eduación postural I: Ioga | Practica as posicións e asanas básicas. Ten en conta os aspectos relacionados coa educación postural. |
| | | | Reproduce as posicións básicas |
| | 10% | Estilos de vida | Principios sobre unha alimentación saudable: a hidratación no deporte. |
| | 30% | Iniciámonos nos deportes de raqueta: palas | Participa nas distintas actividades propostas de aplicando os seus coñecementos técnico-tácticos e adaptándoos as modificacións do entorno. |
| | | | Pon en práctica os aspectos tácticos básicos das palas tendo en conta as distintas situacións posibles. |
| | | | Realiza as probas prácticas establecidas. |
| | 20% | Responsabilizámonos: respectamos para que nos respecten e cumprimos coas normas de aseo. | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| | | | Respecta ós compañeiros e ao profesorado. |
| | | | Trae o material de traballo e aseo e cámbiase ao remate da sesión. |
| Responsabilízase da limpeza dos vestiarios cando lle toca. | | | |

| Avaliación | Peso | U.D. | critérios de avaliación |
|--|------|--|---|
| 3ª | 30% | Habilidades e destrezas dos deportes colectivos | Pon en práctica técnicas básicas presentadas axustando a natureza da mesma. |
| | | | Executa técnicas e habilidades específicas adaptadas a modalidade practicada |
| | 20% | Actividades coreográficas expresivas: Danzamos ó ritmo da música | Practica as distintas partes das coreografías traballadas na clase. |
| | | | Axusta as súas accións á intencionalidade da coreografía |
| | 10% | Primeiros auxilios I | Coñece os primeiros auxilios básicos na: Avaliación inicial da vítima, accidentes no fogar, feridas e hemorraxias, corpos extraños, picaduras e mordeduras. |
| | 30% | Adaptámonos ao entorno. Orientámonos sen compás I | Coñece e realiza a Ruta do Paseo dos peixes en Bouzas andando, en bici, con patíns...etc |
| | | | Participa de xeito satisfactorio nas sesións de orientación realizadas no centro. |
| | 20% | Responsabilizámonos: respectamos para que nos respecten e cumprimos coas normas de aseo. | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| | | | Respecta ós compañeiros e ao profesorado. |
| | | | Trae o material de traballo e aseo e cámbiase ao remate da sesión. |
| Responsabilízase da limpeza dos vestiarios cando lle toca. | | | |

2º ESO

| Avaliación | Porcentaxe | U.D. | ESTANDAR |
|--|------------|---|--|
| 1ª | 10 % | A sesión de EF: Quentamos para evitar lesións e volvemos a calma para recuperarnos finalmente | Respecta e practica a estrutura básica da sesión. |
| | | | Prepara, presenta e executa aos compañeiros exercicios para a volta a calma e para os estiramientos do quecemento. |
| | 40% | Acondicionamento físico: Comezamos a cuidar e desenrrolar as nosas capacidades físicas básicas con distintos materiais. | Coñece as principais adaptacións orgánicas relacionadas co entrenamiento, así como os tipos de cualidades físicas básicas. |
| | | | Realiza as probas de axilidade, forza, resistencia e flexibilidade estandarizadas por idades acorde a uns baremos. |
| | | | Adapta a intensidade do esforzo a cada unha das tarefas que traballa. |
| | | | Realiza as sesións de condición física, adecuadamente en función das súas características |
| | 20% | Iniciámonos no Step | Executa de forma coordinada unha coreografía. |
| | | | Elabora unha pequena coreografía. |
| | 10% | Estilos de vida saudables | Coñece e realiza correctamente exercicios de hixiene postural |
| | 20% | Responsabilizámonos: respectamos para que nos respecten e cumprimos coas normas de aseo. | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| Respecta ós compañeiros e ao profesorado. | | | |
| Trae o material de traballo e aseo e cámbiase ao remate da sesión. | | | |
| Responsabilizase da limpeza dos vestuarios cando lle toca. | | | |

| Avaliación | Porcentaxe | U.D. | ESTANDAR |
|--|------------|--|--|
| 2ª | 20% | Malabares | Mellora a súa execución aplicando as accións técnicas respecto ao seu nivel de partida |
| | | | Realiza un ciclo completo coas tres pelotas con ambas mans |
| | 10% | Mindulness | Realiza as tarefas solicitadas. |
| | 20% | Iniciámonos nos deportes de raqueta: Bádminon I | Realiza as probas de execución práctica establecidas para cada deporte. |
| | | | Coñece e aplica correctamente as técnicas propias do bádminon |
| | | | Participa nas distintas actividades propostosta de palas aplicando os seus coñecementos técnico-tácticos e adaptándoos as modificacións do entorno.. |
| | 20% | Actividades coreográficas expresivas: Danzamos ó ritmo da música | Practica as distintas partes da coreografía. |
| | | | Axusta as súas accións á intencionalidade da coreografía |
| | 10% | Estilos de vida saudables | Importancia da alimentación na actividade física. |
| | 20% | Responsabilizámonos: respectamos para que nos respecten e cumprimos coas normas de aseo. | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| | | | Respecta ós compañeiros e ao profesorado. |
| | | | Trae o material de traballo e aseo e cámbiase ao remate da sesión |
| Responsabilizase da limpeza dos vestiarios cando lle toca. | | | |

3º TRIMESTRE

| Avaliación | Porcentaxe | U.D. | ESTANDAR |
|------------|------------|---|---|
| 3ª | 30% | Deportes colectivos: Balonmán e un deporte alternativo | Pon en práctica as técnicas básicas presentadas, axustando a natureza das mesmas |
| | | | Executa técnicas e habilidades específicas adaptadas a modalidade traballada |
| | 15% | Atletismo II: saltos | Realiza as probas de execución práctica establecidas para este deporte. |
| | | | Coñece e describe como facer os xestos técnicos básicos e os executa. |
| | | | Participa activamente nas actividades propostas |
| | 10% | Primeiros auxilios I | Coñece os primeiros auxilios básicos na: RCP, o botiquín, queimaduras, insolación e golpe de calor e outros síntomas habituais. |
| | 25% | Adaptámonos ao entorno. Orientámonos sen compás II | Coñece e realiza a Ruta do Lagares dende as pistas de atletismo ata Samil. |
| | | | Participa de xeito satisfactorio nas sesións de orientación realizadas no centro. |
| | 20% | Responsabilizámonos: respectamos para que nos respecten e cumprimos coas normas de aseo. | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| | | | Respecta ós compañeiros e ao profesorado. |
| | | | Trae o material de traballo e aseo e cámbiase ao remate da sesión |
| | | | Responsabilízase da limpeza dos vestiarios cando lle toca. |

3º ESO

| Avaliación | Peso | U.D | critérios de avaliación |
|------------|------|--|--|
| 1ª | 70% | Acondicionamento físico: Comezamos a cuidar e desenvolver as nosas capacidades físicas básicas con distintos materiais. | Coñece as principais adaptacións orgánicas relacionadas coa resistencia e flexibilidade. |
| | | | Prepara un circuito de forma individual para a mellora da forza resistencia. |
| | | | Realiza as sesións de condición física, adecuadamente en función das súas características. |
| | | | Adapta a intensidade do esforzo a cada unha das tarefas que traballa. |
| | | | Realiza as probas de axilidade, forza, resistencia e flexibilidade estandarizadas por idades acorde a uns baremos. |
| | 20% | Aerobic II + | Participa da preparación do traballo. |
| | | | Presenta propostas creativas e colabora no deseño e na realización das montaxe achegando e aceptando propostas. |
| | | | Elabora composicións de carácter artístico-expresivo. |
| | 10% | Responsabilizámonos e respectamos para que nos respecten | Axusta as súas accións á intencionalidade da montaxe. |
| | | | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| | | | Respecta os compañeiros e ao profesorado. |
| | | | |

| Avaliación | Peso | U.D. | Criterio de avaliación |
|---|------|---|--|
| 2ª | 30% | Crossfit | Participa activamente na mellora das CFB (forza, resistencia) . |
| | | | Alcanza niveis de condición física saudables |
| | | | Aplica os fundamentos de hixiene postural á práctica dos exercicios de forza |
| | | | Diseña un circuíto adaptado a esta técnica de adestramento |
| | | | Participa activamente na mellora das CFB (forza, resistencia) . |
| | 30% | Actividades coreográficas expresivas: Danzamos ó ritmo da música merengue, salsa. | Practica as distintas partes da coreografía. |
| | | | Axusta as súas accións á intencionalidade da coreografía |
| | 20% | Atletismo III: lanzamentos | Participa nas distintas actividades propostosta |
| | | | Describe e executa os xestos técnicos básicos. |
| | | | Realiza as probas de execución práctica establecidas. |
| | 10% | Relaxación de Jacobson | Coñece e practica este método de relaxación. |
| | 10% | Responsabilizámonos e respectamos para que nos respecten | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| | | | Respecta ós compañeiros e ao profesorado. |
| Responsabilízase das normas de hixiene así como da limpeza dos vestiarios cando lle toca. | | | |

| Avaliación | Peso | UD | Criterio de avaliación |
|------------|--|---|---|
| 3ª | 20% | Pilates/Ftíball | Participa activamente na mellora das CFB, |
| | | | Aplica os fundamentos de hixiene postural á práctica dos exercicios de forza , |
| | 20% | Voleibol | Pon en práctica as técnicas básicas presentadas, axustando a natureza das mesmas. |
| | | | Executa técnicas e habilidades específicas adaptadas a modalidade traballada . |
| | 10% | Beisbol | Executa técnicas e habilidades específicas adaptadas a este deporte. |
| | 10% | Primeiros auxilios I | Coñece os primeiros auxilios básicos na: RCP, traumatismos del aparato locomotor: ósos e articulacións e músculos, intoxicacións e lipotimia, epilepsia e diabetes. |
| | 30% | Adaptámonos ao entorno III | Coñece e realiza a Ruta do Lagares dende Castrelos ata a Avenida de Madrid. |
| | | | Participa de xeito satisfactorio nas sesións de orientación realizadas no centro. |
| 10% | Responsabilizámonos e respectamos para que nos respecten | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. | |
| | | Respecta ós compañeiros e ao profesorado. | |
| | | Responsabilizase das normas de hixiene así como da limpeza dos vestiarios cando lle toca. | |

4º ESO

| Avaliación | % | U D | ESTANDAR |
|------------|-----|---|---|
| 1ª | 50% | Acondicionamento físico I: traballamos a nosa condición física | Demostra coñecementos sobre as capacidades: forza e velocidade. |
| | | | Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas propostas nas sesións. |
| | | | Aplica os procedementos para avaliar a mellora das capacidades físicas básicas, en función da súa idade. |
| | 10% | Circuito saludable | Diseña un circuito para realizar na tua casa se tiveses que estar de novo confinado. |
| | 30% | Step | Presenta propostas creativas e colabora no deseño e na realización das montaxe achegando e aceptando propostas. |
| | | | Elabora composicións de carácter artístico-expresivo. |
| | | | Axusta as súas accións á intencionalidade da montaxe. |
| | 10% | Respecto e responsabilidade | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| | | | Respecta ós compañeiros e ao profesorado. |
| | | | Responsabilizase da limpeza dos baños cando lle toca |

| Avaliación | % | U D | ESTANDAR |
|--|-----|---|--|
| 2ª | 30% | Floorball | Realiza as probas de execución práctica establecidas. |
| | | | Describe e executa os xestos técnicos básicos. |
| | | | Coñece e aplica correctamente o regulamento do bádminton. |
| | | | Participa nas distintas actividades propostosta aplicando os seus coñecementos técnico-tácticos. |
| | 10% | Actividades coreográficas expresivas: Danzamos ó ritmo da música: Bachata | Practica as distintas partes da coreografía. |
| | | | Axusta as súas accións á intencionalidade da coreografía |
| | 30% | Acrosport | Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas propostas nas sesións. |
| | | | Aplica os procedementos para avaliar a mellora das capacidades físicas básicas, en función da súa idade. |
| | 20% | Nutrición | Demostra coñecementos sobre o tema de nutrición. |
| | 10% | Responsabilizám onos e respectamos para que nos respecten | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| Respecta ós compañeiros e ao profesorado. | | | |
| Responsabilizase da limpeza dos baños cando lle toca | | | |

| Avaliación | % | U D | ESTANDAR |
|---|-----|--|--|
| 3ª | 20% | SVB | Coñece os protocolos básicos do svb |
| | | | Realiza correctamente os protocolos de svb |
| | 30% | Habilidades y destrezas IV (Cordas.....) | Presenta propostas creativas e colabora no deseño e na realización das montaxe achegando e aceptando propostas. |
| | | | Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto. |
| | | | Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxe, na execución coas demais persoas. |
| | 20% | Orientación | Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida. Coñece e realiza a Ruta dende Bouzas ata a Praia de Canido. |
| | 20% | Baloncesto | Participa nas distintas actividades propostosta |
| | | | Describe e executa os xestos técnicos básicos. |
| | 10% | Respecto e responsabilidade | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| | | | Respecta ós compañeiros e ao profesorado. |
| Responsabilizase da limpeza dos baños cando lle toca. | | | |

1º BACHARELATO

| Avaliación | % | U D | Criterio de avaliación |
|------------|-----|--|---|
| 1ª | 20% | Planificamos o noso propio adestramento | Elabora e leva á práctica o seu programa persoal de actividade física. |
| | 45% | Acondicionamento físico I: traballamos a nosa condición física con distintos materiais | Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas propostas nas sesións. |
| | | | Axusta o rendemento diario as súas posibilidades |
| | | | Alcanza os seus obxectivos de nivel de condición física |
| | | | Circuito saudable en la bouza |
| | 25% | Actividades expresivas: condición física (aerobic, step circular, tonificación..etc) | Presenta propostas creativas e colabora no deseño e na realización das montaxe achegando e aceptando propostas. |
| | | | Elabora composicións de carácter artístico-expresivo relacionado coa condición física |
| | | | Axusta as súas accións á intencionalidade da montaxe. |
| | 10% | Respecto e responsabilidade | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| | | | Respecta ós compañeiros e ao profesorado. |
| | | | Responsabilizase da limpeza dos baños cando lle toca |

| Avaliación | % | U D | Criterio de avaliación |
|------------|------|--|---|
| 2ª | 30 % | Elaboración dunha sesión de entrenamiento sobre una actividade deportiva | Traballo teórico. |
| | | Fútbol sala | Participar nas distintas actividades propostas. |
| | | Bádminton dobles | Participar nunha competición por parellas na que se mostran e aplican os xestos técnicos. |
| | 20% | Actividades coreográficas expresivas: Tango | Practica as distintas partes da coreografía. |
| | | | Axusta as súas accións á intencionalidade da coreografía |
| | 20% | Primeiros auxilios | Examen y exposición |
| | 20% | Ioga III | Coñecer e practicar o saudo ó sol. |
| | 10% | Responsabilizámonos e respectamos para que nos respecten | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| | | | Respecta ós compañeiros e ao profesorado. |
| | | | Responsabilizase da limpeza dos baños cando lle toca. |

| Avaliación | % | U D | Criterio de avaliación |
|---|-----|---|--|
| 3ª | 40% | Probas físicas de acceso a distintos corpos | Presenta propostas creativas e colabora no deseño e na realización das montaxe achegando e aceptando propostas. |
| | | | Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto. |
| | | | Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxe, na execución coas demais persoas. |
| | 20% | Orientación | Oriéntate pola cidade ou pola natureza. Rastrexo. |
| | 20% | Elaboración y exposición dunha sesión de entrenamiento sobre una actividade deportiva: deportes alternativos, distintos deportes federados... | Ficha e exposición. |
| | 10% | Deportes alternativos | Participar nas distintas actividades propostas. |
| | 10% | Respecto e responsabilidade | Respecta as normas tanto respecto aos xogos como o material e instalacións. |
| Respecta ós compañeiros e ao profesorado. | | | |
| Responsabilizase da limpeza dos baños cando lle toca. | | | |