

Lema de la asignatura de Educación Física para el curso 2010-2011

***“EN LA EDUCACIÓN
PACIENCIA Y BUEN
HUMOR”***

CPES SANTA ISABEL DE HUNGRÍA AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA 10/11

NORMAS GENERALES DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO Y 2º ESO

***“EN LA EDUCACION PACIENCIA Y BUEN HUMOR”
INDUMENTARIA.***

Septiembre de 2010

Septiembre 2010

- Camiseta blanca con el logotipo del centro.
- Pantalón corto, largo o “pirata”, de tipo deportivo.
- Calzado deportivo: playeras o zapatillas deportivas adecuadas para la práctica deportiva (no se podrán traer botines de fútbol o botas de trekking, ni “bailarinas”, “bambas” o “victoria”, etc.). Las playeras deben estar bien amarradas. Los alumnos que no traigan dicha indumentaria más de 5 veces no aprobarán la evaluación correspondiente.

LAS NORMAS HIGIÉNICAS PERSONALES BÁSICAS SON:

Los alumnos deberán cambiarse de ropa y calzado en los vestuarios, nunca en la clase, el patio o en los servicios. Tienen 10 minutos para ir de la clase al patio y para cambiarse antes de la siguiente clase. Se irá al servicio antes o después de la clase, como norma general. Como mínimo lavarse y cambiarse la ropa al acabar la clase. La ducha es muy recomendable.

VALORES POSITIVOS.**PUNTUALIDAD.****ORDEN.****SACRIFICIO.****ESFUERZO.****CAPACIDAD DE TRABAJO.****RESPETO Y TOLERANCIA.****SOLIDARIDAD.****AYUDAR AL COMPAÑERO.****GENEROSIDAD.****ACTITUD ACTIVA.****PACIENCIA.****CONSTANCIA.****MOTIVACIÓN.****RUTINAS CLASE E.F.**

- CAMBIARSE DE ROPA
- INICIO: CALENTAMIENTO, ARTICULAR Y MUSCULAR.
- ACTIVIDAD PRINCIPAL DE CLASE.
- FIN: ESTIRAR Y CAMBIARSE PARA LLEGAR PUNTUAL.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º y 2º E.S.O.

HABILIDADES Y DESTREZAS: ASISTENCIA A CLASE, PARTICIPACIÓN Y TRABAJO DIARIO.	55 %
CONTENIDOS: TRABAJOS ESCRITOS DE EVALUACIÓN, VOLUNTARIOS O DIARIOS. PRUEBA DE CONOCIMIENTOS.	10 %
	15 %
VALORES Y NORMAS. ACTITUD EN CLASE, INDUMENTARIA CORRECTA, BUEN COMPORTAMIENTO, RESPETO A LOS VALORES POSITIVOS.	20 %

1º Y 2º ESO - 1ª EVALUACIÓN CURSO 2010-2011.

TRABAJO GENERAL DE LA EVALUACIÓN.

Este trabajo lo deben presentar las personas que por alguna afección o enfermedad **NO PUEDAN REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA EN CLASE DURANTE MUCHO TIEMPO** (por ejemplo si se padecen lesiones de rodilla, de espalda, epilepsia, alguna afección respiratoria, asma, etc.) siempre que presenten la certificación médica correspondiente. Plazo para presentarlo hasta el **3 de diciembre de 2010 hasta las 14:00 horas.**

2 TRABAJOS DE EVALUACIÓN. TODOS LOS ALUMNOS EN GRUPOS DE 4 Ó 5.

Este trabajo se realizará sobre los temas tratados en clase:

- CONDICION FISICA, CAPACIDADES FÍSICAS, CALENTAMIENTO, ETC.
- DISCO VOLADOR Y MALABARES.

Presentarlo hasta el **1 de DICIEMBRE de 2010 hasta las 14:00 horas.**

TRABAJO VOLUNTARIO: puede hacer un trabajo para mejorar la nota.

IMPORTANTE: Todos los trabajos se deben presentar en formato power point: Poner gráficos, dibujos y fotos, con su explicación, 20 Diapositivas mínimo. La 1ª debe ser la portada (título del trabajo, quien lo hace y una foto ilustrativa) la 2ª el índice y la última la bibliografía. Se debe entregar en un pendrive, y no deben tener más de **10 faltas de ortografía.**

MUY IMPORTANTE: La carpeta debe nombrarse de la siguiente forma:

1º EV EFISICA (CURSO), (APELLIDOS Y PRIMERA LETRA DEL NOMBRE).

Por ejemplo: 1º EV EFISICA, 2ºA ESO, SANTANA V., GARCÍA L., RGUEZ C.

TRABAJO DIARIO.

Los alumnos que, **algún día concreto**, no puedan realizar actividad física en la clase por cualquier motivo, siempre justificado, deberán AYUDAR AL DESARROLLO NORMAL DE LA CLASE, A LOS COMPAÑEROS A REALIZAR LA CLASE O HACIENDO LA FICHA DIARIA DE E.F. (ANOTANDO RESULTADOS, CRONOMETRANDO, COLOCANDO MATERIAL, ETC.)

Ejemplo de guión a seguir para realizar el trabajo:

INTRODUCCIÓN.

HISTORIA.

DEFINICIÓN.

TIPOS O CLASIFICACIÓN.

SISTEMAS DE TRABAJO O ENTRENAMIENTO.

TÉCNICA, TÁCTICA Y/O ESTRATEGIA (DEPORTES DE EQUIPO).

EJEMPLOS DE EJERCICIOS.

BIBLIOGRAFÍA (libros, apuntes, páginas Web u otros recursos de donde se obtuvo la información).

DEBE ESTAR PAGINADO Y TENER ÍNDICE.

NORMAS GENERALES DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO Y 4º ESO**“EN LA EDUCACIÓN PACIENCIA Y BUEN HUMOR”****INDUMENTARIA.**

- Camiseta blanca con el logotipo del centro.
- Pantalón corto, largo o “pirata”, de tipo deportivo.
- Calzado deportivo: playeras o zapatillas deportivas adecuadas para la práctica deportiva (no se podrán traer botines de fútbol o botas de trekking, ni “bailarinas”, “bambas” o “victoria”, etc.). Las playeras deben estar bien amarradas. Los alumnos que no traigan dicha indumentaria más de 4 veces no aprobarán la evaluación correspondiente.

LAS NORMAS HIGIÉNICAS PERSONALES BÁSICAS SON:

Los alumnos deberán cambiarse de ropa y calzado en los vestuarios, nunca en la clase, el patio o en los servicios. Tienen 10 minutos para ir de la clase al patio y para cambiarse antes de la siguiente clase. Se irá al servicio antes o después de la clase, como norma general. Como mínimo lavarse y cambiarse la ropa al acabar la clase. La ducha es muy recomendable.

VALORES POSITIVOS.

PUNTUALIDAD.**ORDEN.****SACRIFICIO.****ESFUERZO.****CAPACIDAD DE TRABAJO.****RESPECTO Y TOLERANCIA.****SOLIDARIDAD.****AYUDAR AL COMPAÑERO.****GENEROSIDAD.****ACTITUD ACTIVA.****PACIENCIA.****CONSTANCIA.****MOTIVACIÓN.**

RUTINAS CLASE E.F.

-
- CAMBIARSE DE ROPA
 - INICIO: CALENTAMIENTO, ARTICULAR Y MUSCULAR.
 - ACTIVIDAD PRINCIPAL DE CLASE.
 - FIN: ESTIRAR Y CAMBIARSE PARA LLEGAR PUNTUAL.
-

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 3º Y 4º ESO

HABILIDADES Y DESTREZAS: ASISTENCIA A CLASE, PARTICIPACIÓN Y TRABAJO DIARIO.	60 %
CONTENIDOS: TRABAJOS ESCRITOS DE EVALUACIÓN, VOLUNTARIOS O DIARIOS.	10 %
PRUEBA DE CONOCIMIENTOS.	15 %

VALORES Y NORMAS. ACTITUD EN CLASE, INDUMENTARIA CORRECTA, BUEN COMPORTAMIENTO, RESPETO A LOS VALORES POSITIVOS.	15 %
---	-------------

3º Y 4º ESO - 1ª EVALUACIÓN CURSO 2009-10.

TRABAJO GENERAL DE LA EVALUACIÓN.

Este trabajo lo deben presentar las personas que por alguna afección o enfermedad **NO PUEDAN REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA EN CLASE DURANTE MUCHO TIEMPO** (por ejemplo si se padecen lesiones de rodilla, de espalda, epilepsia, alguna afección respiratoria, asma, etc.) siempre que presenten la certificación médica correspondiente. El plazo para presentarlo hasta el **3 de diciembre de 2010 hasta las 14:00 horas.**

2 TRABAJOS DE EVALUACIÓN. (TODOS LOS ALUMNOS EN GRUPOS DE 4)

Este trabajo se realizará sobre los temas tratados en clase:

- CONDICION FISICA, CAPACIDADES FÍSICAS, CALENTAMIENTO, ETC.
- JUEGOS ALTERNATIVOS: MALABARES, DISCO VOLADOR, ETC.

Plazo para presentarlos hasta el **29 NOVIEMBRE 2010 hasta las 14:00 hrs.**

TRABAJO VOLUNTARIO: puede hacer un trabajo para mejorar la nota.

IMPORTANTE: Todos los trabajos se deben presentar en formato power point: Poner gráficos, dibujos y fotos, con su explicación, 20 Diapositivas mínimo. La 1ª debe ser la portada (título del trabajo, quien lo hace y una foto ilustrativa) la 2ª el índice y la última la bibliografía. Se debe entregar en un pendrive, y no deben tener más de **10 faltas de ortografía.**

MUY IMPORTANTE: La carpeta debe nombrarse de la siguiente forma:

1º EV EFISICA (CURSO), (APELLIDOS Y PRIMERA LETRA DEL NOMBRE).

Por ejemplo: 1º EV EFISICA, 2ºA ESO, SANTANA V., GARCÍA L., RGUEZ C.

TRABAJO DIARIO: Los alumnos que, **algún día concreto**, no puedan realizar actividad física en la clase por cualquier motivo, justificado, deberán realizar un trabajo. Este se debe presentar **una semana después de dicho día**, siendo la nota del trabajo la de ese día. Se realizará sobre el tema que elija el alumno de los propuestos por el profesor, que estarán relacionado con la educación física. Presentarlo **ESCRITO A MANO Y CON LETRA LEGIBLE** y no debe tener más de **10 faltas de ortografía.**

Ejemplo de guión para realizar el trabajo, se deben seguir estas pautas:

INTRODUCCIÓN.

HISTORIA.

DEFINICIÓN.

TIPOS O CLASIFICACIÓN.

SISTEMAS DE TRABAJO O ENTRENAMIENTO.

TÉCNICA, TÁCTICA Y/O ESTRATEGIA (DEPORTES DE EQUIPO).

EJEMPLOS DE EJERCICIOS.

BIBLIOGRAFÍA (libros, apuntes, páginas Web u otros recursos de donde se obtuvo la información).

DEBE ESTAR PAGINADO Y TENER ÍNDICE.

NORMAS GENERALES DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA 1º BACHILLER***“EN LA EDUCACION PACIENCIA Y BUEN HUMOR”*****INDUMENTARIA.**

- Camiseta blanca con el logotipo del centro.
- Pantalón corto, largo o “pirata”, de tipo deportivo.
- Calzado deportivo: playeras o zapatillas deportivas adecuadas para la práctica deportiva (no se podrán traer botines de fútbol o botas de trekking, ni “bailarinas”, “bambas” o “victoria”, etc.). Las playeras deben estar bien amarradas. Los alumnos que no traigan dicha indumentaria más de 4 veces no aprobarán la evaluación correspondiente.

LAS NORMAS HIGIÉNICAS PERSONALES BÁSICAS SON:

Los alumnos deberán cambiarse de ropa y calzado en los vestuarios, nunca en la clase, el patio o en los servicios. Tienen 10 minutos para ir de la clase al patio y para cambiarse antes de la siguiente clase. Se irá al servicio antes o después de la clase, como norma general. Como mínimo lavarse y cambiarse la ropa al acabar la clase. La ducha es muy recomendable.

VALORES POSITIVOS.**PUNTUALIDAD.****ORDEN.****SACRIFICIO.****ESFUERZO.****CAPACIDAD DE TRABAJO.****RESPECTO Y TOLERANCIA.****SOLIDARIDAD.****AYUDAR AL COMPAÑERO.****GENEROSIDAD.****ACTITUD ACTIVA.****PACIENCIA.****CONSTANCIA.****MOTIVACIÓN.**

RUTINAS CLASE E.F.

- CAMBIARSE DE ROPA**- INICIO:****CALENTAMIENTO, ARTICULAR Y MUSCULAR.****- ACTIVIDAD PRINCIPAL DE CLASE.****- FIN: ESTIRAR Y CAMBIARSE PARA LLEGAR PUNTUAL.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º BACHILLER

HABILIDADES Y DESTREZAS: ASISTENCIA A CLASE, PARTICIPACIÓN Y TRABAJO DIARIO.	60 %
CONTENIDOS: TRABAJOS ESCRITOS DE EVALUACIÓN. PRUEBA DE CONOCIMIENTOS.	10 % 15 %
VALORES Y NORMAS. ACTITUD EN CLASE, INDUMENTARIA CORRECTA, BUEN COMPORTAMIENTO, RESPETO A LOS VALORES POSITIVOS.	15 %

EDUCACIÓN FÍSICA 1º BACHILLER- 1ª EVALUACIÓN CURSO 2009-2010.

TRABAJO GENERAL DE LA EVALUACIÓN.

Este trabajo lo deben presentar las personas que por alguna afección o enfermedad **NO PUEDAN REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA EN CLASE DURANTE MUCHO TIEMPO** (por ejemplo si se padecen lesiones de rodilla, de espalda, epilepsia, alguna afección respiratoria, asma, etc.) siempre que presenten la certificación médica correspondiente. El plazo para presentarlo acaba el **3 de DICIEMBRE de 2010 hasta las 14:00 horas.**

2 TRABAJOS DE EVALUACIÓN. (TODOS LOS ALUMNOS EN GRUPOS DE 4 Ó 5)

Este trabajo se realizará sobre los temas tratados en clase:

- CONDICION FISICA, CAPACIDADES FÍSICAS, CALENTAMIENTO, ETC.
- JUEGOS ALTERNATIVOS: MALABARES, DISCO VOLADOR, ETC.

Plazo para presentarlos: el **30 de NOVIEMBRE de 2010 a las 14:00 hrs.**

TRABAJO VOLUNTARIO: puede hacer un trabajo para mejorar la nota.

IMPORTANTE: Todos los trabajos se deben presentar en formato power point: Poner gráficos, dibujos y fotos, con su explicación, 20 Diapositivas mínimo. La 1ª debe ser la portada (título del trabajo, quien lo hace y una foto ilustrativa) la 2ª el índice y la última la bibliografía. Se debe entregar en un pendrive, y no deben tener más de **10 faltas de ortografía.**

TRABAJO DIARIO: Los alumnos que, **algún día concreto**, no puedan realizar actividad física en la clase por cualquier motivo, deberán realizar un trabajo. Este se debe presentar **una semana después de dicho día**, siendo la nota del trabajo la de ese día. Se realizará sobre el tema que proponga el profesor, que siempre estará en relación con la materia que se esté impartiendo en ese momento. Presentarlo **ESCRITO A MANO Y CON LETRA LEGIBLE** y no debe tener más de **10 faltas de ortografía.**

MUY IMPORTANTE: La carpeta debe nombrarse de la siguiente forma:

1º EV EFISICA (CURSO), (APELLIDOS Y PRIMERA LETA DEL NOMBRE).

Por ejemplo: 1º EV EFISICA, 2ºA ESO, SANTANA V., GARCÍA L., RGUEZ C.

Ejemplo de guión para realizar el trabajo, se deben seguir estas pautas:

INTRODUCCIÓN.

HISTORIA.

DEFINICIÓN.

TIPOS O CLASIFICACIÓN.

SISTEMAS DE TRABAJO O ENTRENAMIENTO.

TÉCNICA, TÁCTICA Y/O ESTRATEGIA (DEPORTES DE EQUIPO).

EJEMPLOS DE EJERCICIOS.

BIBLIOGRAFÍA (libros, apuntes, páginas Web u otros recursos de donde se obtuvo la información).

DEBE ESTAR PAGINADO Y TENER ÍNDICE.