

PRUEBA EXTRAORDINARIA

CURSO 2022-2023

PLAN DE REFUERZO Y RECUPERACIÓN DE LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS

NIVEL: 1º BACHILLERATO

MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

TIPOLOGÍA DE LA PRUEBA: La convocatoria de Septiembre está abierta a aquel alumnado que no ha superado los contenidos mínimos por trimestres o para aquellos que han perdido el derecho a evaluación continua.

Los exámenes constarán de dos partes bien diferenciadas:

1 1. Parte práctica: el alumnado deberá mostrar su habilidad motora en las pruebas que el departamento de Educación Física estime oportunas.

2 2. Parte teórica: se basará en una prueba escrita donde se incluirán todos los contenidos tratados durante el curso, tanto prácticos como teóricos.

Ambas partes han de ser superadas (nota mínima = 5) para poder aprobar.

Se deberá superar la parte teórica para poder realizar la parte práctica.

NOTA 1: Los alumnos con la materia Pendiente se registrarán por las mismas pautas aunque adaptando las pruebas a sus currículos correspondientes.

NOTA 2: el departamento tomará las medidas oportunas sobre los alumnos que estén lesionados en el momento de las pruebas. En todo caso el alumno que en ese momento se encuentre con alguna enfermedad o lesión debe justificarlo mediante informe médico.

CONTENIDOS
El calentamiento (fases del mismo y tipos)
Nutrición
La vuelta a la calma
Las capacidades físicas básicas
Test para medir las capacidades físicas
Primeros auxilios: <ul style="list-style-type: none"> * método RICE * RCP (en adultos, en niños y en bebés) *Maniobra de Heimlich (en adultos, en niños, en bebés y en embarazadas)
Métodos de entrenamiento (táбата, EMOM, AMRAP, circuit training)
Zona de Actividad Física Saludable.
La Frecuencia Cardíaca
La Frecuencia Cardíaca Máxima y su cálculo

La calificación de la prueba se hará en base a los criterios de evaluación y a los estándares de aprendizaje según la ORDEN de 3 de septiembre de 2016, por la que se regulan la evaluación y la promoción del alumnado que cursa las etapas de la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, y se establecen los requisitos para la obtención de los títulos correspondientes, en la Comunidad Autónoma de Canarias.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
1. Planificar, elaborar y poner en práctica programas de actividad física que incidan en la mejora y el mantenimiento de su propia salud teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, evaluando las mejoras obtenidas, las posibilidades de interacción social, y el entorno en que se realiza.	12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23.

2. Resolver problemas motores en diferentes contextos de práctica, utilizando de manera adecuada las habilidades motrices específicas y los conceptos estratégicos y estructurales propios de cada situación motriz.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 32.
3. Organizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles en el centro, en sus inmediaciones o en el medio natural, (en este caso de bajo impacto ambiental)	4, 5, 6, 7, 25, 26, 27, 28, 32.
4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.	29, 30, 31, 32.

EL DEPARTAMENTO ESTABLE EN SU PROGRAMACIÓN, QUE PARA SUPERAR LA MATERIA PENDIENTE, EL ALUMNADO DEBERÁ APROBAR DOS EVALUACIONES DEL CURSO.

EXCEPCIONALMENTE, CUANDO EL ALUMNADO NO SUPERE LA MATERIA PENDIENTE DURANTE EL CURSO, SE LE REALIZARÁ UN EXAMEN EXTRAORDINARIO EN JUNIO.