



EDUCACIÓN FÍSICA. UNIDADES 1-2

CONTENIDOS	TEMPORALIZACIÓN
UNIDAD 1: EJERCICIO FÍSICO Y VIDA SANA -El cuerpo en movimiento -Prevención de lesiones -El acondicionamiento físico general -Desarrollo de la fuerza -Desarrollo de la fuerza-resistencia -Desarrollo de la velocidad	Del 10 septiembre al 25 de octubre
UNIDAD 2: APRENDE A ENTRENAR -Entrenamiento específico -Entrenamiento deportivo -Entrenamiento natural -Entrenamiento fraccionado -Entrenamiento en circuito	Del 28 octubre al de 20 diciembre

PRUEBA ESCRITA	24 octubre 2024. 13:40h/14:30h // 5 diciembre 2024. 13:40h/14:30h	
COMPETICIÓN DEPORTIVA	Atletismo campo a través (fecha pendiente de confirmar)	
FIESTAS Y CELEBRACIONES	Halloween, navidad	
CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	La calificación se establecerá a partir del análisis del aprendizaje y del progreso en las actividades y tareas realizadas por parte del alumnado. Para ello, el profesor tendrá en cuenta y calificará los siguientes aspectos del siguiente modo:	
	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	%
	Conocimientos teóricos Estos conocimientos serán evaluados por una prueba escrita y/o un trabajo. Estos conocimientos teóricos deben tener una puntuación mínima de 3 pts. para poder hacer media con el resto de criterios de evaluación.	20
	Participación y esfuerzo	25
	Actitud (actitud positiva y responsable ante el trabajo en clase, buen uso del material)	30
	Pruebas prácticas	25
	TOTAL	100

Firma del profesor/a

Fdo.: Profesor/a