



SEGUNDA EVALUACIÓN DE 2º E.S.O. + PMAR

2º ESO + PMAR UNIDADES DIDÁCTICAS		SESIONES	BLOQUE DE CONTENIDOS, CRITERIOS EVALUACIÓN, ESTÁNDARES	ESTÁNDARES EVALUABLES PARA EL SEGUNDO TRIMESTRE (Aprendizajes, habilidades, comportamientos, actitudes y hábitos a conseguir)
2ª EVALUACIÓN	Nos Ponemos en forma II Preparo mi cuerpo (Test + Plan de preparación de la condición física y del Cross de Añoover)	8	Bloque 1	Distingue los tipos de cada una de las <i>capacidades físicas básicas</i> identificándolos en distintos tipos de actividad física.
			Cr. 1: 1.2, 1.3. y 1.4.	Reconoce el <i>estado de su condición física</i> a través del tratamiento de los datos obtenidos de la aplicación de pruebas de valoración (TEST)
			Cr. 2: 2.1. y 2.2.	Utiliza su frecuencia cardiaca como medio para controlar su esfuerzo.
			Boque 5	Interacciona con sus compañeros y compañeras superando cualquier tipo de discriminación o prejuicio.
			Cr. 1: 1.4.	Mejora sus niveles previos de condición física
			Cr. 2: 2.1.y 2.2.	<i>Respeto las intervenciones y aportaciones de los demás.</i>
				Adopta una actitud de participación activa, desinhibida y de aprovechamiento en las clases.
				Presenta actitudes de esfuerzo y de superación.
	Hábitos saludables II (Mis posturas, mi alimentación, me relajo...)	3	Bloque 1	Describe los aspectos básicos de una dieta equilibrada relacionándolos con una mejor calidad de vida
			Cr. 1: 1.5. y 1.7.	Conoce principios de higiene postural aplicándolos en actividades cotidianas (sedentación, posturas al dormir, elevación y manejo de cargas, etc.)
			Bloque 5	Conoce y respeta las normas de prevención de lesiones y accidentes en la práctica de actividad física.
			Cr. 3: 3.2. y 3.3.	Conoce y aplica los procedimientos básicos e iniciales de la actuación ante accidentes deportivos. Método R.I.C.E.
			Cr. 4: 4.3.	Utiliza técnicas respiratorias como medio de relajación y de vuelta a la calma en la práctica de actividad física.
				Mejora los niveles de sus capacidades coordinativas con respecto a sus niveles previos.
	Deportes de oposición / adversario: PALAS JUDO	10	Bloque 2	Comprende la dinámica de juego de la modalidad identificando las fases de la misma y sus características
			Cr. 1: 1.1., 1.3 hasta 1.6	Demuestra conocimientos sobre los aspectos básicos de la técnica de la modalidad.
			Cr. 2: 2.1 al 2.6	Aplica los aspectos básicos de la técnica de la modalidad consiguiendo el objetivo de la acción en situaciones sencillas de práctica.
			Bloque 5	Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas básicas de la modalidad respecto a sus niveles previos.
			Cr.1.: 1.3.	Demuestra conocimientos sobre los aspectos básicos de la táctica de la modalidad.
			Cr.2.: 2.1. al 2.6.	Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta para la toma de decisiones en las situaciones de práctica.
			Aplica aspectos básicos de la táctica de la modalidad en situaciones de práctica.	
			Coopera con sus compañeros y compañeras en situaciones de práctica con intenciones tácticas básicas	
			Conoce y respeta en su práctica normas y aspectos reglamentarios básicos de la modalidad trabajada.	
			Reflexiona sobre las situaciones de práctica planteadas valorando la adecuación de las soluciones aportadas y realizando ajustes en caso de que fuera necesario.	
			Colabora en las actividades grupales, asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	
			Adopta una actitud de participación activa, desinhibida y de aprovechamiento en las clases.	
	Presenta actitudes de esfuerzo y de superación.			
	Muestra actitudes de deportividad, tolerancia, cooperación y autocontrol en relación con la actividad física, tanto en el papel de participante como en el de espectador.			
	Muestra actitudes de respeto hacia adversarios, compañeros, árbitros y profesores.			
	Respeto las normas establecidas en clase aceptando la necesidad de las mismas.			
	Hace un uso correcto y cuidadoso de las instalaciones y el material utilizados en clase			