

| 4º ESO | UNIDAD DIDÁCTICA | CONTENIDOS PROCEDIMENTALES | CONTENIDOS CONCEPTUALES | CONTENIDOS ACTITUDINALES | CRITERIOS MÍNIMOS EXIGIBLES. | TRIMESTRE | SESIONES |
|--------|--------------------------------------|--|--|--|---|-----------|----------|
| | UD 1 El bádminton. | <ul style="list-style-type: none"> Desarrollo de las CFB aplicadas al deporte. Desarrollo de los golpes básicos en situaciones reales de juego. Desarrollo de actividades deportivas de competición. | <ul style="list-style-type: none"> Teoría de la técnica individual y colectiva. Fundamentos técnico- tácticos. Reglamentación. | <ul style="list-style-type: none"> Valoración de la práctica deportiva como elemento de integración social. Participación voluntaria en actividades deportivas independientemente del nivel alcanzado. | <ul style="list-style-type: none"> Realizar correctamente los gestos técnicos y la táctica del bádminton. Llevar a cabo en una situación real de juego los conceptos, procedimientos y actitudes trabajados en clase. Demostración de los conocimientos óptimos en la prueba teórica relacionada con los contenidos de la unidad didáctica. | 1º | 10 |
| | UD 2 El baloncesto | <ul style="list-style-type: none"> Desarrollo de las CFB aplicadas al deporte. Desarrollo de las destrezas básicas en situaciones reales de juego. Cohesión de los movimientos tácticos en busca de una mayor eficacia del conjunto deportivo. Desarrollo de actividades deportivas de competición | <ul style="list-style-type: none"> Concepto del baloncesto. Recreación del baloncesto. Origen y evolución histórica del baloncesto Concepto del baloncesto Origen y evolución histórica del baloncesto. Los fundamentos técnicos y tácticos del baloncesto El reglamento del baloncesto | <ul style="list-style-type: none"> Valoración de la práctica deportiva como elemento de integración social. Participación voluntaria en actividades deportivas independientemente del nivel alcanzado. Respeto del material y las instalaciones deportivas. Valoración de las actividades físico deportivas colectivas como medio para la mejora de la integración grupal. | <ul style="list-style-type: none"> Realización correcta de los gestos técnicos. Conocimiento de los principios tácticos del deporte. Realización en una situación real de juego de los conceptos, procedimientos y actitudes trabajados en clase. Demostración de los conocimientos óptimos en la prueba teórica relacionada con los contenidos de la unidad didáctica. | 1º | 14 |
| | UD 3 Mi cuerpo y el espacio | <ul style="list-style-type: none"> Aplicación a las diferentes habilidades los conceptos sobre ejes y planos en diferentes situaciones dificultadoras. Desarrollo de las cualidades motrices: coordinación y equilibrio. Desarrollo del esquema corporal. Utilización del cuerpo en los diferentes planos y ejes espaciales. | <ul style="list-style-type: none"> Habilidades gimnásticas básicas: volteos y giros, y elementos de baja dificultad. Ejes y planos corporales. | <ul style="list-style-type: none"> Valoración de la necesidad de responsabilizarse de la seguridad del compañero. Valoración de los efectos positivos que la práctica deportiva tiene sobre el desarrollo personal. Evaluación del estado de las capacidades físicas y motoras. | <ul style="list-style-type: none"> Realización satisfactoria de las habilidades requeridas que están incluidas en el trabajo a desarrollar en clase. Realizar volteos en los ejes y planos espaciales. Realizar equilibrios invertidos. Demostración de los conocimientos óptimos en la prueba teórica relacionada con los contenidos de la unidad didáctica. | 2º | 11 |
| | UD 4 Trabajo mi condición física. | <ul style="list-style-type: none"> Desarrollo de las CFB. Aplicación y valoración de los diferentes sistemas de entrenamiento de las mismas. Elaboración de calentamientos específicos en función de la tarea propuesta. Desarrollo de tests físicos. | <ul style="list-style-type: none"> Acondicionamiento físico: principios y sistemas de entrenamiento. CFB: velocidad, resistencia, fuerza, flexibilidad. El calentamiento: Preparación para tareas físicas específicas. Relajación: técnicas y métodos. | <ul style="list-style-type: none"> Experimentación con el propio cuerpo y conocimiento de sus posibilidades. Disposición hacia la práctica de actividades físicas en el tiempo libre como elemento de relación social y mejora de la salud. Concienciación de los efectos negativos de una práctica inadecuada. | <ul style="list-style-type: none"> Obtener de acuerdo a unos baremos específicos un rendimiento satisfactorio de las pruebas realizadas con una batería. Demostrar la disposición voluntaria hacia la participación en las actividades realizadas. Demostración de los conocimientos óptimos en la prueba teórica relacionada con los contenidos de la unidad didáctica. | 2º | 10 |

| | | | | | | | |
|--------|---------------------------------|---|---|--|--|----|----|
| 4º ESO | UD 5 Me deslizo | <ul style="list-style-type: none"> Las técnicas de deslizamiento hacia delante: cadena, paso alternativo. Las técnicas de deslizamiento hacia atrás. Los giros. Técnicas de frenado. Iniciación al patinaje artístico. Iniciación al patinaje de velocidad. Iniciación al hockey in line. | <ul style="list-style-type: none"> Características del material deportivo: patines, ruedas, sticks... Teoría de la técnica individual de patinaje. Técnica del hockey in line. Técnica básica del patinaje de velocidad. Figuras del patinaje artístico. Reglamentación básica de deportes de deslizamiento mencionados | <ul style="list-style-type: none"> Disposición hacia el trabajo grupal. Aceptación de las responsabilidades dentro del equipo. Respeto y comprensión de las capacidades individuales de cada individuo. Respeto del material y de los compañeros. Aceptación de las normas de seguridad. Adaptación a las diferentes reglamentaciones. | <ul style="list-style-type: none"> Realización correctamente los gestos técnicos de las disciplinas deportivas de deslizamiento. Puesta en práctica en una situación básica de juego los conceptos, procedimientos y actitudes trabajados en clase. Demostración de los conocimientos óptimos en la prueba teórica relacionada con los contenidos de la unidad didáctica. Realización correcta de un circuito que implique las habilidades básicas del patinaje. | 3º | 10 |
| | UD 6 El fútbol | <ul style="list-style-type: none"> Desarrollo de las CFB aplicadas al deporte. Desarrollo de las destrezas básicas en situaciones reales de juego. Cohesión de los movimientos tácticos en busca de una mayor eficacia del conjunto deportivo. Desarrollo de actividades deportivas de competición | <ul style="list-style-type: none"> Concepto del fútbol Recreación del fútbol. Origen y evolución histórica del fútbol Los fundamentos técnicos y tácticos del fútbol. El reglamento del fútbol. | <ul style="list-style-type: none"> Valoración de la práctica deportiva como elemento de integración social. Participación voluntaria en actividades deportivas independientemente del nivel alcanzado. Respeto del material y las instalaciones deportivas. Valoración de las actividades físico deportivas colectivas como medio para la mejora de la integración grupal. | <ul style="list-style-type: none"> Realización correcta de los gestos técnicos. Conocimiento de los principios tácticos del deporte. Realización en una situación real de juego de los conceptos, procedimientos y actitudes trabajados en clase. Demostración de los conocimientos óptimos en la prueba teórica relacionada con los contenidos de la unidad didáctica. | 3º | 10 |
| | UD 7 Conozco mi ayuntamiento | <ul style="list-style-type: none"> Realización de travesía en bicicleta a lugares de carácter cultural en el entorno del centro Técnicas de orientación: artificiales y naturales. Conocimiento de las diferentes partes de la bicicleta y su mantenimiento. Desarrollo de técnicas básicas para sortear obstáculos en bicicleta. | <ul style="list-style-type: none"> Las actividades en el medio natural: materiales, normas de seguridad... Diferentes tipos de senderos: señales y orientación. Conocer el entorno del centro: Castros, museos, yacimientos.... Características del material de ciclismo (zapatillas automáticas, partes de la bicicleta). Técnica de pedaleo. | <ul style="list-style-type: none"> Valoración de la naturaleza como fuente de recursos para actividades de recreo. Toma de conciencia del impacto de las actividades sobre el medio natural. Autonomía para desenvolverse en medios que no son habituales. Respeto y cuidado del medio natural. | <ul style="list-style-type: none"> Asistencia a una actividad de recreo especializada donde se puedan demostrar los conocimientos sobre la misma. Demostración de los conocimientos óptimos en la prueba teórica relacionada con los contenidos de la unidad didáctica. | 3º | 4 |