

**CURSO 2025-2026****MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA****NIVEL DE ESTUDIOS****EDUCACIÓN A DISTANCIA\_BACHILLERATO****DEPARTAMENTO****EDUCACIÓN FÍSICA****MATERIAL DE REFERENCIA PARA CONTENIDOS DE LA MATERIA**

TEAMS y Aula Virtual

**TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS Y PLAN DE TRABAJO****PRIMER TRIMESTRE:**

- 1.- Sistema óseo y muscular
- 2.- El calentamiento. La sesión de EF o AF
- 3.- La condición Física
- 4.- Las capacidades físicas básicas
- 5.- La condición física.
- 6.- La resistencia.
- 7.- La fuerza.
- 8.- La velocidad.

**SEGUNDO TRIMESTRE:**

- 9.- La carga de entrenamiento.
- 10.- Principios generales del entrenamiento.
- 11.- Nutrición y actividad física.

**TERCER TRIMESTRE:**

- 12.- Primeros auxilios
- 13.- Expresión corporal
- 14.- Actividades en el entorno natural y urbano
- 15.- Deportes alternativos

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN**

Cada trimestre contará con todos los criterios establecidos por el decreto 40/2022 del 29 de septiembre:

PRIMER TRIMESTRE: 1.1, 1.2, 1.3, 1.5, 1.7, 1.9, 2.3, 2.4, 5.1, 5.2

SEGUNDO TRIMESTRE: 1.4, 1.8, 2.1, 3.1, 3.2

TERCER TRIMESTRE: 1.6, 2.2, 4.1, 4.2

La calificación se obtendrá acorde al número de preguntas que se realicen en el test valiendo cada una la parte proporcional al número de preguntas finales.

## PRUEBAS DE EXAMEN

Atendiendo al calendario escolar y de Centro, estarán programadas acorde dicte la norma.

Para la asignatura de Ed. Física se realizará un examen tipo test.

Se realizará una prueba escrita en cada una de las evaluaciones de acuerdo con el calendario.

La prueba estará aprobada si se obtiene una calificación igual o superior a cinco.

## OBTENCIÓN DE LA NOTA FINAL CONVOCATORIA ORDINARIA Y EXTRAORDINARIA

Cada trimestre tendrá un examen que evaluará sus competencias y que será la nota parcial. La nota final será la media ponderada de los tres exámenes trimestral.

Según calendario

## PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN DE LA MATERIA

Para la asignatura de Ed. Física se realizará un examen tipo test en fecha y forma acorde al calendario. La nota resultante si se supera un 5, siempre será de APROBADO.

## MATERIALES DIDÁCTICOS COMPLEMENTARIOS Y/O RECURSOS DE APOYO

Aula Virtual y Teams