

# **1º BACHILLERATO**

## **1. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA**

### **1.1. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD**

- Procedimientos para la autoevaluación de la aptitud motriz.
- Toma de conciencia de las propias características y posibilidades.
- Práctica y caracterización de actividades de acondicionamiento físico que se ofertan en el entorno: cardiovasculares con y sin soporte musical, musculación, gimnasias posturales, etc.
- Profundización en el trabajo de acondicionamiento físico enfocado a las propias necesidades.
- Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos.
- Análisis de la implicación de los factores de la aptitud motriz en las actividades seleccionadas.
- Márgenes de mejora de la aptitud motriz en función del nivel personal y de las posibilidades de práctica.
- Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Programas de mejora de las capacidades físicas y coordinativas implicadas en las actividades físico-deportivas practicadas, dentro de los márgenes de la salud.
- Conocimiento de los conceptos básicos de anatomía y fisiología, como base para el estudio de la condición física.
- Conocimiento y puesta en práctica de los diferentes sistemas de valoración de las capacidades físicas.
  - Resistencia
    - Test de carrera continua 1º trimestre 30 minutos (nota 5) y 35 minutos (nota 10)
  - Fuerza
    - Test para brazos
      - Fondos (Flex-ext. en suelo)
      - Balón medicinal
    - Test para abdominales
      - Posición de faraón
    - Test para piernas
      - Salto horizontal
      - Salto vertical
    - Test velocidad
      - Velocidad de reacción 10m
      - Velocidad de desplazamiento 40mts
  - Flexibilidad
    - Test para piernas
      - Subido en un banco flexión del tronco a tocar el suelo
  - Agilidad-coordinación
    - Prueba de obstáculos

- Lanzar dos pelotas con una mano
    - Conducir con el pie una pelota entre pivotes
- Realización de un trabajo teórico-práctico, aplicando un test de acondicionamiento físico, donde se midan todas las capacidades físicas.
- Análisis, estudio y aplicación práctica de los sistemas de desarrollo de las capacidades físicas básicas, para la mejora del acondicionamiento físico personal.
  - Resistencia
    - Paseo
    - Paseo-Carrera
    - Carrera Continua
    - Fartlek
    - Entrenamiento Total, etc.
  - Fuerza
    - Sin carga
    - Con carga
      - Con compañero
      - Con balones
      - Con bancos
      - Con pesas
      - Isometría
      - Circuito, etc.
  - Velocidad
    - Interval-Training
    - Series
    - Cuestas
    - Velocidad de reacción, etc.
  - Flexibilidad
    - Dinámico
    - Estático, etc.
- Analizar, estudiar y valorar la influencia de los sistemas de entrenamiento y de los efectos positivos y negativos de los hábitos sociales en los diversos sistemas del organismo.
  - Sistema cardiovascular
  - Sistema respiratorio
  - Sistema muscular
  - Sistema óseo
- Analizar y planificar un plan de trabajo de las diferentes capacidades físicas a corto y medio plazo para el desarrollo de la condición física.
  - Estudio de la intensidad, volumen, temporalización y otros factores que influyen en la elaboración de un plan de desarrollo de la condición física a medio y corto plazo.
  - Diseñar un programa de acondicionamiento físico a medio y corto plazo, en grupos de trabajo, con su exposición y puesta en común de toda la clase.
  - Toma de conciencia de la propia condición física.
  - Disposición favorable a la autoexigencia y la superación de los propios límites.
  - Toma de conciencia de la autonomía adquirida para planificar la actividad física.

## **PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD**

- Elaboración y realización de unas fichas donde se diseñe un test de aptitud física.
- Pruebas objetivas escritas sobre los aspectos conceptuales y procedimentales.
- Elaborar y realizar un plan de trabajo de acondicionamiento físico, utilizando los sistemas de desarrollo de las cualidades físicas.
- Observación y análisis del trabajo motriz diario.
- Comentarios de texto utilizando imágenes o través de la búsqueda de información.
- Trabajo de anatomía de músculos y huesos. Primero individual y después en parejas.

### **1.2. EXPRESIÓN CORPORAL.**

- Cualidades de movimiento y expresividad. Espacio, tiempo e intensidad.
- Parámetros espaciales y agrupamientos en las composiciones.
- Coherencias expresivas y temporales de la música y el movimiento.
- Las actividades artístico-expresivas como fenómeno colectivo y la influencia de las redes sociales (ejemplos como el del “flash mob”).
- Manifestaciones culturales de la danza y la expresión corporal.
- Estudio y análisis de diversos ritmos con y sin música a través del movimiento corporal.
  - o Aerobic, danzas, baile moderno y movimientos libres.
- Estudio y análisis del movimiento corporal en el espacio, a través de los diferentes ejes y planos, con y sin música.
  - o Movimientos analíticos
  - o Movimientos globales
- Estudio y análisis del lenguaje corporal, a través del mimo y de la dramatización.
  - o Trabajo individual o colectivorepresentando sentimientos, sensaciones, estados de ánimo, emociones etc.
- Elaboración y representación de composiciones corporales, individualmente o en grupo, con intención expresiva y comunicativa.
- Expresar y comunicar con el cuerpo los estados de ánimo producidos según la música.
- Aplicar ejercicios reconstruyendo sentimientos, emociones, estados de ánimo, etc.
- Realizar actividades colectivas en las que no hay una personalidad definida.
- Experimentar las habilidades expresivas de forma individual y grupal para manifestar rasgos personales.
- Conocer y practicar las técnicas de relajación.
  - o Técnicas de respiración.
  - o Técnica de relajación a través de la contracción-relajación de los músculos.
  - o Técnica de relajación a través de la audición.
  - o Relajación a través de sensaciones
  - o Relajación a través del masaje.
- Iniciación a las técnicas de auto-relajación.
- Fomentar la dirección de actividades con los compañeros.
- Valoración de la observación, concentración, colaboración, espontaneidad, imaginación, participación, trabajo grupal, etc.
- Toma de conciencia de la importancia de la expresión corporal en la vida cotidiana.
- Aceptar y disfrutar con el trabajo y la dirección de actividades.
- Permitir las relaciones interpersonales.

### **1.3.ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD**

#### **Nutrición**

- Hidratación y alimentación en los programas personales de actividad física.
- Estudio de la composición de los alimentos.
- Estudio y elaboración de la planificación de una dieta alimenticia
  - o Porcentaje de los componentes nutrientes
  - o Aporte calórico
  - o Principios inmediatos
- Estudio de la influencia de la actividad física en la dieta alimenticia, teniendo en cuenta edad, sexo y constitución corporal.
- Valoración y toma de conciencia de los efectos positivos que aporta una dieta equilibrada vinculada al ejercicio, para la actividad física recreativa.
- Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

#### **Hábitos sociales**

- La norma como elemento regulador de conductas en las actividades sociomotrices.
- Repercusión social y económica del fenómeno deportivo: deporte praxis versus deporte espectáculo, análisis de modelos de conducta que se asocian al deporte, intereses económicos y políticos, etc.
- Ejercicio físico y modelo social de cuerpo. Cuerpo masculino y cuerpo femenino y su reflejo en las actividades individuales. Interferencias entre los modelos sociales de cuerpo y la salud.
- Análisis de los hábitos sociales negativos.
- Influencia que ejercen los hábitos sociales negativos sobre la salud.
- La función preventiva que ejerce la actividad física sobre los hábitos sociales negativos.
- Valoración y toma de conciencia de los efectos positivos que aporta una alimentación equilibrada, el descanso y una actividad activa.
- Valoración y toma de conciencia de los hábitos de higiene postural en las actividades cotidianas y en la práctica de actividades físicas.
- Organización y dirección de un coloquio con el grupo de compañeros, analizando los hábitos sociales anteriormente citados.
- Aceptar y disfrutar con el trabajo en grupo y la dirección de actividades.
- Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

### **PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD**

- Pruebas objetivas escritas sobre los aspectos conceptuales y procedimentales.
- Elaboración de un cuaderno de las clases prácticas.
- Observación y análisis del trabajo motriz diario.
- Elaboración y puesta en ejecución de una composición motriz individual o en grupo, con o sin música, atendiendo a las técnicas aprendidas en expresión corporal.
- Elaboración de un trabajo de una dieta alimenticia equilibrada.
- Elaboración de un trabajo en grupo y exposición del mismo al resto de compañeros, sobre un hábito social negativo para la salud.

- Comentarios de texto utilizando imágenes o través de la búsqueda de información.
- Desarrollar los cuadernos de campo de las actividades complementarias o los trabajos correspondientes a dichas actividades para los alumnos que no asistan a dicha actividad complementaria.

#### **1.4.ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y TIEMPO LIBRE**

##### **Juegos y deportes**

- Perfeccionamiento de las habilidades específicas de las actividades físico-deportivas elegidas.
  - Ajuste de la realización de las habilidades técnicas a la finalidad y oportunidad de cada una de ellas.
  - Selección y realización de los fundamentos técnicos apropiados atendiendo a los cambios que se producen en el entorno de práctica.
  - Autogestión de las actividades físico-deportivas en el entorno natural como actividades de ocio: requisitos para utilizar los espacios naturales, comunicación de la actividad.
  - Adecuación de los componentes técnico tácticos a diferentes situaciones de juego.
  - Estrategias en las actividades de oposición practicadas. Búsqueda de situaciones de ventaja propia y desventaja del adversario.
  - Sistemas de juego de las actividades de colaboración-oposición elegidas.
  - Coordinación con los compañeros, responsabilidad en las propias funciones y ayudas en las estrategias colectivas
  - Capacidades emocionales y sociales en la situación competitiva. Respeto y valoración del adversario.
  - Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- 
- Conocer y practicar los aspectos técnicos de varios deportes.
  - Conocer el reglamento de dichos deportes.
  - Analizar los aspectos tácticos defensivos y ofensivos de los deportes.
  - Organizar, dirigir y participar en las actividades deportivas con el grupo de compañeros en dichos deportes.
  - Analizar la actividad como fenómeno sociocultural.
  - Aplicar los conocimientos adquiridos sobre las capacidades y habilidades físicas vinculándolos con las características de los deportes aplicados.
  - Utilizar los factores a tener en cuenta en la planificación anual del entrenamiento deportivo: períodos, principios, etc.
  - Valorar el juego deportivo como medio de utilización del tiempo libre y actividad placentera.
  - Valoración de la participación, colaboración, trabajo grupal, etc.
  - Cooperación y aceptación de las funciones asignadas dentro de una labor de equipo.
  - Valorar la actividad físico deportiva como medio de integración social.
  - Liga deportiva: participar coordinando-gestionando una liga en los recreos y en clase.

##### **Actividades en la naturaleza**

- El entorno natural y las actividades físico-deportivas: impacto de las actividades en los ecosistemas, relación entre la recreación y el civismo.

- Medidas de prevención y seguridad en las actividades físico-deportivas en el medio natural: información fiable sobre meteorología, adecuación de la indumentaria, estado de los materiales, adecuación del nivel de dificultad y el nivel de competencia de los participantes, avituallamiento y lugares de estancia o pernoctación, etc.
- Diseño y puesta en práctica de actividades en la naturaleza
- Consejos sobre la conservación y respeto al medio natural.
- Valoración y toma de conciencia de la importancia del medio natural.
- Valoración de la actuación en la naturaleza para minimizar el impacto sobre el medio ambiente.
- Aplicación de los conocimientos adquiridos en la planificación de actividades en la naturaleza como medio de utilización del tiempo libre y actividad placentera.
- Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

#### **Otros contenidos**

- Análisis de las salidas profesionales relacionadas con la materia.
- Utilización de las tecnologías de la información y la comunicación relativas a la materia.

### **PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD**

- Pruebas objetivas teóricas sobre los aspectos conceptuales y procedimentales.
- Pruebas objetivas prácticas sobre las habilidades adquiridas.
- Observación y análisis del trabajo motivador diario.
- Evaluar la organización y dirección de las actividades realizadas por los alumnos.
- Presentación de un trabajo sobre la organización de una competición deportiva u otros aspectos de los deportes trabajados.
- Presentación de diversos trabajos relacionados con la unidad didáctica
- Aplicación de los test de aptitud física.
- Comentarios de texto utilizando imágenes o través de la búsqueda de información.
- Desarrollar los cuadernos de campo de las actividades complementarias o los trabajos correspondientes a dichas actividades para los alumnos que no asistan a dicha actividad complementaria.

## **2. CAPACIDADES MÍNIMAS PARA UNA VALORACIÓN POSITIVA**

- Realizar un trabajo para el entrenamiento de dos cualidades físicas (resistencia y fuerza).
- Realizar los trabajos de las prácticas de los sistemas de entrenamiento.
- Realización por grupos de una sesión de entrenamiento de fuerza y puesta en práctica a sus compañeros en clases.
- Control teórico-práctico de condición física y de los sistemas orgánicos.

- Pruebas de aptitud física.
- Criterios generales del área
- Realizar un trabajo individual práctico utilizando las técnicas de mimo.
- Realizar un trabajo grupal práctico utilizando las técnicas de dramatización.
- Control teórico-práctico de expresión corporal.
- Control de nutrición.
- Realizar un trabajo de nutrición.
- Realizar y exponer un trabajo en grupo sobre un hábito negativo para la salud
- Realizar y poner en práctica en las clases, un trabajo sobre un sistema de competición.
- Control teórico de los diversos sistemas de competición.
- Control práctico de los juegos y deportes realizados.
- Realizar un trabajo escrito sobre un comentario de un partido de algún deporte trabajado en la unidad didáctica
- Realizar los cuadernos de campo o trabajos sustitutivos de las actividades complementarias.

### **3. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**

Los criterios de evaluación, como una parte más de la programación del área, deben guardar relación con el carácter, contenidos y estructura de la misma. Así en la programación se explicitan y determinan las capacidades que los alumnos deberán haber desarrollado y alcanzado al finalizar cada curso escolar como resultado de los aprendizajes realizados en el área de Educación Física. Estas capacidades, que vienen en los objetivos y contenidos son el referente a partir del cual tiene que desarrollar y calificar el profesor.

Para ello el departamento de Educación Física seguirá el proceso de enseñanza del alumno y comprobará que alcanza los criterios mínimos a través de los siguientes criterios de evaluación.

Para otorgar la calificación correspondiente a cada evaluación y la final se realizará de la siguiente manera. El alumno deberá tener superados (mínimo nota de cinco) todas las actividades y pruebas realizadas. Para ello se efectuarán todas las adaptaciones necesarias teniendo en cuenta las capacidades individuales de los alumnos. En ese sentido se realizarán todas las recuperaciones necesarias para superar las mismas.

Una vez tenga el alumno todas las actividades y pruebas superadas, la calificación final se realizará teniendo en cuenta los siguientes porcentajes:

**A) 60% Trabajo práctico en las clases**, donde se considerarán los siguientes aspectos:

- Exámenes y pruebas prácticas.
- Pruebas de aptitud física.
- Observación del profesor en la participación de los alumnos en el desarrollo práctico de las sesiones.
- Asistencia a las clases. Se descontará un 10% de la nota de este apartado por cada

falta de asistencia injustificada (se deberá presentar la justificación en un plazo de 15 días). Cada tres retrasos injustificados se descontara 0,5 puntos de la nota de este apartado.

- Ropa deportiva adecuada según normativa. Se descontará un 10% de la nota de este apartado por cada falta de práctica por no traer el alumno la vestimenta requerida.
- Desarrollo práctico en las salidas de las actividades complementarias.
- Trabajos teórico-prácticos para aquellos alumnos que se les deban realizar adaptaciones curriculares debido a la imposibilidad de ejecutar la práctica por enfermedad.
- Desarrollar los cuadernos de campo de las actividades complementarias o los trabajos correspondientes a dichas actividades para los alumnos que no asistan a dicha actividad complementaria.

**B) 30% PRUEBAS TEÓRICAS** donde se considerarán los siguientes aspectos:

- Controles teóricos sobre los contenidos impartidos.
- Elaboración de un cuaderno de clase práctica y ejercicios diversos según los contenidos de cada nivel.
- Trabajos teóricos de diversos contenidos.

**C) 10% ACTITUD**, donde se calificarán a través de los siguientes instrumentos:

Observación diaria del profesor de las actitudes del alumno (comportamiento, colaboración en la asignatura, solidaridad entre compañeros, higiene diaria, etc..).



## **RECUPERACIÓN DE MATERIAS PENDIENTES**

**DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA**

**MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA CURSO: 1ºBACHILLERATO**

**PROFESOR RESPONSABLE: PROFESOR ASIGNADO EN CADA CURSO**

### **Plan de trabajo:**

#### **Contenidos mínimos exigibles:**

- Evaluar las necesidades de desarrollo de cada una de las capacidades físicas y conocer las distintas pruebas de valoración de las cualidades físicas.
- Conocimiento de los aspectos básicos del calentamiento general y específico.
- Conocimiento de los aspectos básicos de las cualidades físicas.
- Conocer y realizar los sistemas de entrenamiento para el desarrollo de las cualidades físicas.
- Conocer los diversos sistemas del organismo, su funcionamiento y su adaptación ante el ejercicio físico.
- Diseñar y realizar un programa de acondicionamiento físico a corto y medio plazo para la mejora de la condición física, utilizando los sistemas de entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas.
- Haber incrementado las capacidades físicas de acuerdo con el momento de desarrollo motor.
- Participar y descubrir sus emociones y estados de ánimo y exteriorizarlos a través del lenguaje corporal.
- Comprobar que los alumnos son capaces de expresar un mensaje a los demás a través de una composición corporal, basándose en los elementos técnicos de una determinada manifestación expresiva (danza, mimo, dramatización ).
- Conocer las diferentes técnicas de relajación.
- Conocer la composición de los alimentos y elaborar una dieta alimenticia equilibrada.
- Organizar y dirigir un coloquio, diseñando y analizando un trabajo sobre un hábito social negativo y su influencia en la salud.
- Conocer y perfeccionar los principios técnicos y tácticos correspondientes a varios deportes individuales y colectivos.
- Conocimiento de los diversos sistemas de competición.
- Organizar y dirigir una actividad deportiva para su grupo de compañeros.

#### **Actividades de recuperación:**

- Realizar un trabajo para el entrenamiento de dos cualidades físicas (resistencia y fuerza).
- Control teórico-práctico de condición física y sistemas orgánicos.
- Presentación de un trabajo sobre la aplicación personal de una batería de aptitud física
- Realizar un trabajo individual práctico utilizando las técnicas de expresión corporal.
- Control teórico-práctico de expresión corporal.
- Control teórico de nutrición.
- Realizar un trabajo de dieta alimentaria.
- Realizar un trabajo sobre un hábito negativo para la salud
- Control teórico de los diversos sistemas de competición.

- Realización escrita de un trabajo sobre un comentario de un partido de un deporte colectivo.
- Presentación de trabajos de la organización de competiciones deportivas.
- Pruebas de aptitud física.

#### **Seguimiento de las actividades de recuperación:**

- Durante los recreos a lo largo de todo el curso.
- Durante las clases de recuperación si existieran.

#### **Pruebas parciales (se pueden programar si el departamento lo considera oportuno)**

- Presentación de los trabajos solicitados en cada evaluación
- Pruebas de los contenidos al finalizar cada evaluación.

#### **Criterios de Calificación:**

El alumno deberá tener superados (mínimo nota de cinco) todos los trabajos y controles solicitados. Una vez tenga el alumno todo esto superado, la calificación de la evaluación y final se realizará teniendo en cuenta los siguientes porcentajes:

### **PRUEBAS EXTRAORDINARIAS**

#### Estructura y tipo de pruebas

- Control teórico-práctico de condición física y sistemas orgánicos
- Control práctico de una técnica de expresión corporal a elegir entre mimo, dramatización y coreografía (presentación del guión del trabajo a realizar)
- Control teórico de nutrición
- Control teórico de los diversos sistemas de competiciones deportivas
- Pruebas de aptitud física.

#### **A) 50 % Prueba teórica** donde se considerarán los siguientes aspectos:

- Controles teóricos sobre los contenidos impartidos durante las 3 evaluaciones.  
1º evaluación: condición física; 2º evaluación nutrición deportiva; 3º evaluación; liga deportiva, músculos y huesos.

#### **C) 50% Prueba práctica** donde se calificarán a través de los siguientes instrumentos:

- Prueba de resistencia (30´nota 5; 35´nota 10)
- Pruebas de condición física.
- Pruebas técnica deportiva.

## RESUMEN PARA LOS ALUMNOS DE 1º BACHILLERATO

<b>1º evaluación</b> Del 10-12 diciembre 2019	<b>2º evaluación</b> Del 9 al 12 de marzo 2020	<b>3º evaluación</b> Del 3 al 8 de junio 2020
<b>UD 1:</b> "SALUD-CONDICIÓN FÍSICA" <b>UD 2:</b> "PLANIFICACIÓN DEPORTIVA INDIVIDUALIZADA" <b>UD 3:</b> "ACTIVIDADES FÍSICAS EN ENTORNO NATURAL".	<b>UD 4:</b> "MONTAJE DE EXPRESIÓN CORPORAL" <b>UD 5:</b> "NUTRICIÓN DEPORTIVA" <b>UD 6:</b> "REPERCUSIÓN SOCIAL DEL DEPORTE: OLIMPISMO"	<b>UD 7:</b> "LIGA DEPORTIVA" <b>UD 8:</b> "APARATO LOCOMOTOR" <b>UD 9:</b> "SALIDAS PROFESIONALES"

### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN - ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE**

(Puntuamos de 0-10 puntos. Práctica 6 pts+ Teoría 3 pts. + Actitud 1pto.  
Extra: 1 punto de deporte extraescolar)

<b>1º trimestre</b>	<b>10 PUNTOS</b>	<b>2º trimestre</b>	<b>10 PUNTOS</b>	<b>3º trimestre</b>	<b>10 PUNTOS</b>
<b>UD 1: CF-SALUD</b> -Batería Test. Test resistencia 30' un 5/35' un 10 -Entrenamiento: -Trabajo en circuitos Funcional  <b>UD 2: PLANIFICACIÓN DEPORTIVA INDIVIDUALIZADA</b> (1 mes) 3 fichas: -1 general -2 sesiones tipo secuenciadas por semanas  <b>UD 3: ACTIVIDADES FÍSICAS EN ENTORNO NATURAL.</b>	<b>60% Práctica</b> -3 puntos batería de test -1 punto trabajo diario de clase/actividad extraescolar -2 punto montar un circuito por parejas de 1 cualidad física  <b>30% teórico</b> -1,5 puntos examen teórico -1,5 puntos planificación/ Cuaderno de EF  <b>10% actitud</b> *Planilla observación: -Puntualidad -Camiseta de cambio/zapatillas -Participación clases -Material -Comportam.	<b>UD 4: "MONTAJE DE EXPRESIÓN CORPORAL" -</b> Música, combas, pirámides...  <b>UD 5: "NUTRICIÓN DEPORTIVA".</b> Hidratación y nutrición: Antes, durante y después de una competición.  <b>UD 6: REPERCUSIÓN SOCIAL DEL DEPORTE: OLIMPISMO.</b> -Año olímpico. Tokio 2020.	<b>60% práctica</b> -5 puntos montaje -1 puntos Nutrición trabajo parejas  <b>30% teoría</b> -1,5 punto exposición trabajo -1,5 punto examen teórico nutrición/ cuaderno de EF  <b>10% actitud</b> *Planilla observación: -Puntualidad -Camiseta de cambio/zapatillas -Participación clases -Material -Comportam	<b>UD 7: "LIGA DEPORTIVA"</b> -Liga dentro de clase. Gestionar una liga. 5 grupos en clase, uno gestiona otros 4 grupos participan. -Liga en recreos. Arbitraje, gestión, reglamentos...  <b>UD 8: "APARATO LOCOMOTOR".</b> -Músculos, huesos y articulaciones. -Estiramientos.  <b>UD 9: "SALIDAS PROFESIONALES"</b> -Gestión deportiva. -Enseñanza. -Alto rendimiento -Recuperación deportiva. -Ciclos familia profesional de AF y Salud. -Carreras universitarias de deporte.	<b>60% práctica</b> -5 puntos gestión de una liga -1 punto participar en todas las ligas **  <b>30% teoría</b> -1,5 punto Examen del aparato locomotor -1, 5 Trabajo salidas profesionales/trabajo deporte/ cuaderno de EF  <b>10% actitud</b> Planilla observación -Puntualidad -Camiseta de cambio/zapatillas -Participación clases -Material -Comportam.