

HOJA INFORMATIVA SOBRE EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA 2º y 4º ESO

1. PRESENTACIÓN DE LA ASIGNATURA:

Tradicionalmente el área de Educación Física (mal llamada "Gimnasia") ha consistido principalmente en el aprendizaje o adiestramiento de una serie de movimientos más o menos difíciles. Lo importante era aprender muy bien a lanzar a canasta, a realizar un equilibrio invertido, a correr más tiempo o más rápido, etc. sin importar ningún otro aspecto más. Se daba por supuesto que el mejor motrizmente (o sea, con más capacidad física y coordinación) era él que más nota debía sacar. Pensar que la Educación Física pretende solo esto es empobrecerla infinitamente. Sus pretensiones van mucho más lejos, y son en esencia, **EDUCAR A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO**.

Ya en la antigua Grecia la Educación Física se utilizaba como medio educativo, según se recoge en textos de filósofos griegos. Para Aristóteles la Educación Física era importante "no por la fuerza física que proporcionaba sino por la fuerza moral". Por tanto, la Educación Física pretende incidir en los 4 planos o ámbitos de una persona: el **cognitivo-intelectual, el motriz, el social y el emocional**.

De esta forma, un alumno/a al acabar la E.S.O. debería haber alcanzado las siguientes capacidades relacionadas con esta área:

- a) Conocer y valorar su cuerpo y contribuir a mejorar sus cualidades físicas básicas y sus posibilidades de coordinación y control motor.
- b) Conocer, valorar y practicar los juegos y deportes habituales de su entorno.
- c) Entender valorar y utilizar las posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo como enriquecimiento vivencial.
- d) Conocer, disfrutar y respetar el medio natural.
- e) Participar en actividades físicas y deportivas estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás.
- f) Planificar y realizar actividades adecuadas a sus necesidades y adoptar hábitos de alimentación higiene y ejercicio físico, que incidan positivamente sobre la salud y la calidad de vida.

A continuación vamos a comentar una serie de normas y aspectos que debéis de conocer para el buen funcionamiento de las clases y de la asignatura en general. Os recomiendo guardéis bien estas hojas porque haré referencia a ellas muchas veces a lo largo del curso.

2. VESTUARIO, CALZADO Y ASEO.

Para poder realizar las clases de E.F. es imprescindible traer el vestuario y calzado adecuado. En cuanto al vestuario es suficiente con un "chándal" o pantalón corto y una camiseta o sudadera de algodón. En cuanto al calzado, se deben utilizar zapatillas deportivas con suela de goma. No se puede realizar practica con botas, calzado plano y mucho menos, con botas "grandes y rígidas", ya que este calzado no se adapta a las exigencias que les pedimos a nuestros pies. Es responsabilidad de cada alumno el acudir a clase con el vestuario y calzado adecuado. Por tanto, no hay justificación para el olvido de estos materiales. Quien olvida traer la ropa y calzado adecuado tiene una **falta de vestuario** lo cual le **resta en la parte actitudinal** de la nota de la evaluación (20%) y, además, no puede realizar práctica; esto se aplicará de forma rigurosa y estricta. Además está **obligado a acudir a clase con un cuaderno y bolígrafo** para, estando muy atento a lo que se hace en clase, realizar las mismas actividades que los alumnos exentos. Estas actividades serán entregadas al profesor de forma correcta y ordenada en la **siguiente clase**.

En cuanto al aseo y la higiene, lo ideal sería que al finalizar la clase todo el mundo se duchara y se cambiara de ropa. Pero es evidente que por le escasez de tiempo que tenemos esto no es posible. Pero será obligatorio traer una camiseta y mudársela al finalizar la clase (sobre todo los días de mucho calor).

3. PUNTUALIDAD.

Debido a la necesidad de desplazarnos a las pistas polideportivas o al gimnasio para realizar la clase y a causa de la escasez de tiempo del área, es fundamental ser puntuales en la llegada a clase. Del aula a estas instalaciones se llega perfectamente 1 minuto. Luego a los 4 minutos después de haber tocado el timbre se pasa lista y él que no esté tiene falta de puntualidad, lo cual le resta **de la parte actitudinal** de la nota de la evaluación(20%); esto se aplicará de forma rigurosa y estricta.

4. ASISTENCIA.

Evidentemente la asistencia a clase es totalmente obligatoria. En caso de faltas justificadas (enfermedad, causa mayor, etc.) se deberá presentar una justificación firmada por el padre, madre y tutor donde se detallen las causas de dichas faltas y la fecha de las mismas en un plazo de una semana a partir de la fecha de incorporación al centro. De no ser así el alumno tendrá una falta de asistencia injustificada, evaluada en la parte actitudinal de la asignatura (20%). Además, debéis de saber que más de 4 faltas de asistencia injustificadas puede conllevar la pérdida del derecho de evaluación continua.

5. LESIONADOS Y ENFERMOS.

Cuando un alumno esté lesionado o padezca una enfermedad que le permita asistir al centro pero no realizar E.F. deberá traer un justificante firmado por el padre, madre o tutor de dicha lesión o enfermedad, caso de no hacerlo se le considerará falta de vestuario. Además tendrá que traer un cuaderno y bolígrafo para realizar las tareas que le encomiende el profesor durante la sesión de E.F.

6. EXENTOS.

Los alumnos/as que presenten enfermedad, lesión, o algún tipo de problema que le impida la práctica, o que a lo largo del curso escolar la sufrieran, impidiéndoles las prácticas de determinados contenidos o actividades físicas, deberán presentar en la Secretaría del centro informe médico donde se expliciten las anomalías o enfermedades que le afecten, su temporalización, así como las contraindicaciones que afecten a la práctica de la actividad física. Dicho informe debe presentarse en el momento de formalizar la matrícula o una semana después de producirse la enfermedad o deficiencia, si esta se produce a lo largo del curso. El exento/a estará libre sólo de aquellos contenidos procedimentales que estén contraindicados por su anomalía o enfermedad, por lo demás realizará todas las actividades y elaborará un cuaderno de clase donde recogerá información sobre las sesiones de E.F. referentes a la organización, tiempo útil, procedimientos, conceptos, actitudes, ayudas en la toma de datos, reflexión y evaluación personal. Por lo que deberá asistir a todas las clases con un cuaderno y bolígrafo.

7. NORMAS DE FUNCIONAMIENTO EN CADA SESIÓN.

Todas las sesiones se llevaran a cabo en las pistas polideportivas o en el pabellón, cuando se realice alguna sesión en el aula se comunicará con antelación y en el caso de salir del centro se pedirá autorización escrita. Al comienzo de la sesión se comentarán los objetivos a conseguir, los contenidos a desarrollar y el tipo de organización que se llevará a cabo, tras lo cual se realizará el calentamiento. Durante la sesión es fundamental que los alumnos presten atención y paren la actividad en el momento que el profesor se lo requiera. La falta de conducta: los alumnos que incumplan alguno de los siguientes puntos será sancionado con expulsión de la clase, con la consecuente marcha al "aula de convivencia" del centro acompañado de un trabajo que deberá entregar al final de la clase. La expulsión supondrá un "**Parte de expulsión**". Los actos sancionables serán: 1. No traer la **ropa adecuada a clase por tercera vez** en un trimestre. 2. **Interrumpir reiteradamente** el desarrollo normal de la clase. 3. Demostrar poco interés y baja intensidad por las tareas planteadas en las clases. 4. Todas aquellas conductas contrarias a las normas de convivencia del centro.

8. EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN.

En cada evaluación evaluaremos **Conceptos: 40 %** de la nota (4 puntos) **1 punto** para los trabajos de los diferentes temas, fichas y tratamiento de la lectura. **3 puntos** para la prueba escrita en cada trimestre. **Procedimientos: 40%** de la nota (4 puntos). Los puntos se repartirán entre las diferentes pruebas prácticas que se realicen, así como entre los trabajos prácticos (ej. desarrollar un calentamiento específico) y el desarrollo práctico diario a través de la observación sistematizada, listas de control y el registro anecdótico. **Actitudes: 20%** de la nota (2 puntos) **1 punto** para la evaluación de aspectos como comportamiento y ausencias (justificación, número, etc.) y **1 punto** sobre diferentes aspectos específicos relacionados con la actitud (respecto a las normas en los juegos y deportes, cuidado y uso del material, cooperación y respecto al compañero, respecto a las normas de seguridad en determinadas tareas). Alumnado EXENTO: 40% Conceptos 40% trabajos monográficos, tratamiento lectura y 20% actitud.

ALUMNOS/AS CON EL ÁREA PENDIENTE del curso anterior: Los alumnos/as habrán de elaborar un trabajo teórico durante el primer trimestre, un trabajo práctico durante el segundo trimestre y un examen teórico (de los contenidos correspondientes al curso anterior) durante el tercer trimestre.