




























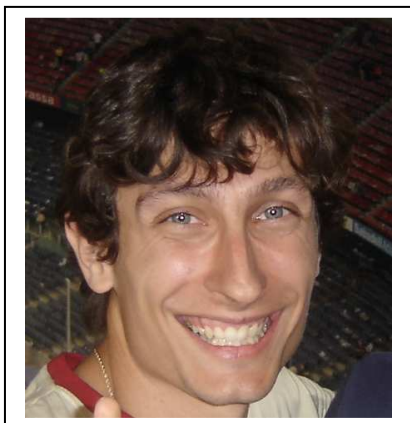
CUADERNO DE EDUCACIÓN FÍSICA

1ª EVALUACIÓN					
<input type="checkbox"/> DESORDENADO	<input type="checkbox"/> MALA LETRA	<input type="checkbox"/> FALTAN HOJAS			
TEMA : HECHO - CORREGIDO	<table border="1" style="margin: auto; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;"> BIEN</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;"> REGULAR</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;"> SUSPENSO</td> </tr> </table>		 BIEN	 REGULAR	 SUSPENSO
 BIEN			 REGULAR	 SUSPENSO	
TEMA : HECHO - CORREGIDO					
TEMA : HECHO - CORREGIDO					
TEMA : HECHO - CORREGIDO					
NOTA = + =	<div style="border: 1px solid black; width: 150px; height: 30px; margin: auto;"></div> <p style="text-align: right; margin: 0;">Sobre 2 puntos</p>				
INFORMACIÓN PARA LAS FAMILIAS:					
SE SOLICITA FIRMA DE PADRE/MADRE SI - NO					
<div style="border: 1px solid black; width: 250px; height: 25px; margin: auto;"></div>					

2ª EVALUACIÓN					
<input type="checkbox"/> DESORDENADO	<input type="checkbox"/> MALA LETRA	<input type="checkbox"/> FALTAN HOJAS			
TEMA : HECHO - CORREGIDO	<table border="1" style="margin: auto; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;"> BIEN</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;"> REGULAR</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;"> SUSPENSO</td> </tr> </table>		 BIEN	 REGULAR	 SUSPENSO
 BIEN			 REGULAR	 SUSPENSO	
TEMA : HECHO - CORREGIDO					
TEMA : HECHO - CORREGIDO					
TEMA : HECHO - CORREGIDO					
NOTA = + =	<div style="border: 1px solid black; width: 150px; height: 30px; margin: auto;"></div> <p style="text-align: right; margin: 0;">Sobre 2 puntos</p>				
INFORMACIÓN PARA LAS FAMILIAS:					
SE SOLICITA FIRMA DE PADRE/MADRE SI - NO					
<div style="border: 1px solid black; width: 250px; height: 25px; margin: auto;"></div>					

3ª EVALUACIÓN					
<input type="checkbox"/> DESORDENADO	<input type="checkbox"/> MALA LETRA	<input type="checkbox"/> FALTAN HOJAS			
TEMA : HECHO - CORREGIDO	<table border="1" style="margin: auto; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;"> BIEN</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;"> REGULAR</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;"> SUSPENSO</td> </tr> </table>		 BIEN	 REGULAR	 SUSPENSO
 BIEN			 REGULAR	 SUSPENSO	
TEMA : HECHO - CORREGIDO					
TEMA : HECHO - CORREGIDO					
TEMA : HECHO - CORREGIDO					
NOTA = + =	<div style="border: 1px solid black; width: 150px; height: 30px; margin: auto;"></div> <p style="text-align: right; margin: 0;">Sobre 2 puntos</p>				
INFORMACIÓN PARA LAS FAMILIAS:					
SE SOLICITA FIRMA DE PADRE/MADRE SI - NO					
<div style="border: 1px solid black; width: 250px; height: 25px; margin: auto;"></div>					

FICHA PERSONAL DE TU PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA



Nombre: Eduardo Muñoz Ubide

Edad: 33 añitos de nada, ...
¡¡Estoy hecho un chaval!!.

Cumple: 5 enero.

Domicilio: Zaragoza.

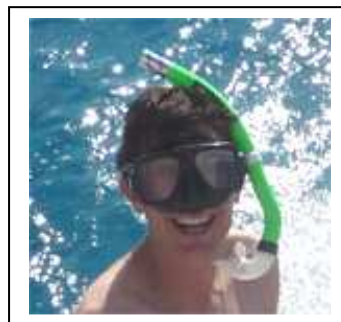
Web personal: www.sportaqus.com.

Blog para descargar los cuadernos: www.edudraco.wordpress.com

Dirección de E-mail: edudraco@hotmail.com. Estoy a vuestra disposición.

Formación: Soy diplomado en Magisterio de E.F. (es decir, profe de primaria) y Licenciado en Ciencias del Deporte (título que necesito para impartir clase en Secundaria). Recientemente he obtenido también el título de diplomado en Magisterio de Educación Infantil.

Aficiones: Hacer deporte (correr y escalar fundamentalmente), divertirme con mis amigos y mi novia, y mi trabajo (espero demostrároslo durante este año). Ni fumo ni consumo alcohol.



Ídolos:

- ❖ Güido Vontempi (protagonista de la película “La vida es Bella”). Me encanta su filosofía de vida: intentar sacar una sonrisa a cualquier situación de la vida.
- ❖ Miguel Indurain y Zinedine Zidane: Son los números uno en sus deportes y eso no se les sube a la cabeza.

Manías: No me gusta la mentira, la falta de entrega en las clases y el consumo de drogas (tampoco tabaco o alcohol). Me encanta divertirme dando clase y para ello necesito que colaboréis. Si yo disfruto y me lo ponéis fácil participando con interés seguro que las clases serán más divertidas y aprenderemos más.

NORMAS DE FUNCIONAMIENTO

ROPA NECESARIA :

Para la clase de E.F. es necesario traer ropa y calzado deportivos. El profesor siempre tomará nota de los alumnos que no respeten esta norma. Además se valorará positivamente (negativamente, en caso contrario) a los alumnos/as que traigan a clase ropa de recambio (otra camiseta limpia) y una toalla para cambiarse al final de la clase. Vendremos ya de casa vestidos con el chandall, y se dejarán los últimos minutos de la clase para ponernos la ropa de recambio.

ALUMNOS CON ALGÚN PROBLEMA FÍSICO :

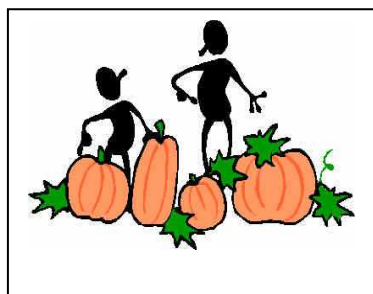
Aquellos que tengan un problema físico que les impida realizar la práctica con absoluta normalidad, traerán un justificante médico al comienzo del curso (o en el momento en que se produzca el percance) donde se especifique: qué lesión tiene, qué tipo de ejercicios no puede realizar y el tiempo aproximado de duración del reposo.

En el caso de que un alumno/a no pueda (por motivos médicos debidamente justificados) llevar a cabo alguna de las pruebas o prácticas de la signatura, deberá realizar, si el profesor lo considera oportuno, algún trabajo (o prueba) teórico, práctico o teórico-práctico (elegido por el profesor) que compense lo realizado por el resto de la clase. En caso de que este trabajo no sea realizado correctamente, el alumno/a suspendería el trimestre.



NO SE PUEDE (salvo permiso expreso del profesor):

- Decir tacos o insultar al profesor y/o a los compañeros (menos aún pelearse).
- Comer en horas de clase (bocadillos, chicles, ...).
- Ir al baño. Somos mayores para aguantar 50 minutos.
- Escupir en las pistas deportivas o gimnasio. El que lo haga deberá recogerlo.
- Ausentarse de clase sin autorización del profesor



CALIFICACIONES :

La calificación de cada evaluación tendrá en cuenta los siguientes aspectos:

- Actitud en clase 30%
- Notas prácticas 20% :
- Cuaderno de clase (fichas) 30%
- Notas teóricas (20%) : Pruebas escritas.

Nota final = 30% procedimientos + 40% actitudes + 30% conceptos

Si no se obtiene en las todas y cada una de las cuatro partes de las que consta la evaluación una nota mínima de 4 puntos sobre 10 no se considerará superado el trimestre o el curso, según corresponda.

ACTITUD EN CLASE.

Se tendrán en cuenta:

1. Puntualidad : Pasados 5 minutos después de tocar el timbre implicará pérdida de puntos en el apartado de actitudes.
2. Faltas de asistencia: Además de tenerlo en cuenta para la nota (cada falta injustificada disminuye la nota en actitudes), los alumnos que tengan 3 o más faltas no justificadas por evaluación estarán suspendidos de forma automática. A aquellos que tengan más de 4 faltas (justificadas o no) se les podrán exigir pruebas o trabajos especiales para compensar sus faltas.
3. Alumnos que no traigan la ropa adecuada (chándal y zapatillas). Se les restará nota en actitudes, y más de 4 días con esa falta por evaluación implica automáticamente el suspenso de la evaluación.
4. Alumnos que se cambien al final de clase. Se les valorará con 3 puntos en el apartado de actitudes.
 5. Comportamiento en clase: Se valorará positivamente al alumno educado y respetuoso, pero se anotarán las faltas de respeto o de educación hacia el profesor o cualquier compañero. También se penalizarán los insultos y “juramentos” en clase.
 6. Esfuerzo y participación en clase: Valorando positivamente a los alumnos que se esfuercen y participen activamente en los ejercicios o juegos que se manden, así como a aquellos que realizan habitualmente las tareas. Se valorará negativamente a aquellos que no están rindiendo según sus posibilidades.
 7. Grado de atención: Se tendrá en cuenta a los que reiteradamente no atiendan durante las explicaciones.
 8. Cuidado del material: Se anotará a aquellos que no lo traten adecuadamente.

CUADERNO DE CLASE (FICHAS):

Según se vayan trabajando los distintos contenidos de la asignatura, el profesor entregará a cada alumno unas fichas. Estas fichas tienen unos contenidos teórico-prácticos sobre los que se está trabajando y además una parte final donde cada alumno deberá contestar a una serie de preguntas.

El alumno irá guardando sus fichas en un portafolios de plástico transparente y llevará siempre que tenga clase de Educación Física. En cualquier momento del trimestre el profesor podrá pedir sus fichas a un alumno para poner la nota de esa evaluación. **El alumno que no entregue sus fichas en el momento en que se le pidan tendrá un 0 de nota en el cuaderno de esa evaluación.**

Esta información debe estar firmada por el padre/madre:

BIENVENIDOS



REGISTRO DE NOTAS		CURSO:	ALUMNO:
PRIMERA EVALUACIÓN	NOTA	PORCENTAJE	COMENTARIOS PARA LOS PADRES
CONCEPTOS (TEORÍA) 20%			
PRUEBAS PRÁCTICAS 20%			
ACTITUDES 30%			
CUADERNO 30%			
NOTA DEL TRIMESTRE			
SEGUNDA EVALUACIÓN	NOTA	PORCENTAJE	COMENTARIOS PARA LOS PADRES
CONCEPTOS (TEORÍA) 20%			
PRUEBAS PRÁCTICAS 20%			
ACTITUDES 30%			
CUADERNO 30%			
NOTA DEL TRIMESTRE			
TERCERA EVALUACIÓN	NOTA	PORCENTAJE	COMENTARIOS PARA LOS PADRES
CONCEPTOS (TEORÍA) 20%			
PRUEBAS PRÁCTICAS 20%			
ACTITUDES 30%			
CUADERNO 30%			
NOTA DEL TRIMESTRE			
NOTA FINAL DE CURSO			

CONTENIDOS QUE VAMOS A TRABAJAR ESTE CURSO

PRIMERA EVALUACIÓN

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
TEMA 0: Hola, soy Edu ... ¿y tú?.	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Respetar a las personas y las normas establecidas, así como responsabilizarse de la adecuada utilización de instalaciones y materiales. ❑ Colaborar con los compañeros haciendo posibles las propuestas de trabajo grupales.
TEMA 1: Antes de empezar todos a calentar	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Elaborar un calentamiento general a partir de las informaciones recibidas en clase. ❑ Conocer los aspectos teóricos fundamentales del calentamiento y vuelta a la calma ❑ Valorar el calentamiento como una actividad imprescindible como preparación a cualquier actividad física posterior.
TEMA 2: ¡No de cualquier manera!. Educación postural y técnica de carrera	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Identificar las posturas cotidianas correctas e incorrectas para la columna vertebral ❑ Conocer la ejecución correcta de algunos ejercicios para el desarrollo de la musculatura de sostén: abdominales, flexiones de brazos, sentadilla y lumbares.
TEMA 3: Así somos, así estamos y así mejoramos. Capacidades Físicas	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Participar de forma activa en las diferentes propuestas de trabajo, esforzándose para vencer las dificultades y alcanzar metas personales ❑ Incrementar la capacidad física de la resistencia, y ser capaz de correr sin detenerse al menos 15 minutos. ❑ Conocer los aspectos básicos del trabajo de flexibilidad y ejercicios para su desarrollo en todos los segmentos corporales. ❑ Identificar las cualidades físicas que entran en juego en las actividades propuestas.

SEGUNDA EVALUACIÓN

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
TEMA 4: Un juego de altura: los zancos	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Desplazarse correctamente y con autonomía sobre los zancos ❑ Conocer las normas básicas de seguridad en el uso de los zancos ❑ Conocer las características básicas de la actividad: evolución histórica, tipos de zancos, utilidad,...
TEMA 5: Jugamos como antes	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Practicar los juegos tradicionales vistos en clase respetando sus normas y a los compañeros.

	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Recopilar juegos tradicionales y ponerlos en práctica para el resto del grupo. ❑ Establecer diferencias y semejanzas entre los diferentes juegos tradicionales y comprender básicamente los datos básicos que acompañan a su práctica.
TEMA 6: Aprendemos a jugar en equipo y a ser buenos deportistas	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Practicar juegos predeportivos, aplicando las reglas establecidas. ❑ Practicar juegos deportivos, aplicando soluciones adecuadas a las situaciones surgidas. ❑ Conocer y aplicar a juegos reducidos los principios generales del ataque y de la defensa
TERCERA EVALUACIÓN	
CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Afrontamos nuevos retos: gimnasia deportiva.	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Realizar correctamente las ayudas de los ejercicios trabajos en clase. ❑ Realizar de forma correcta los volteos (adelante y atrás), el pino, la rueda lateral, equilibrios y saltos. ❑ Reconocer las diferencias entre las diferentes modalidades gimnásticas ❑ Identificar los diferentes ejes de movimiento asociados a cada acción gimnástica
TEMA 8: ¿Dónde estoy?: la orientación.	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Utilizar correctamente la lectura y comprensión de un mapa sencillo para orientarse en el entorno del instituto. ❑ Respetar las reglas básicas de seguridad de la actividad. ❑ Conocer los principales métodos de orientación natural.
TEMA 9: "Sinvergüenzas": la expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Realizar con los compañeros un montajes dramatizados. ❑ Participar de forma activa en las diferentes propuestas expresivas ❑ Participar de forma activa en las Danzas populares trabajadas en clase.

Esta información tiene un carácter meramente informativo. El desarrollo de los contenidos durante el curso puede estar sujeto a algunas variaciones dependiendo de la disponibilidad de instalaciones, condiciones climatológicas u otras causas. En este caso el profesor decidirá si elimina, incluye, adelanta o retrasa algún contenido, si adelanta contenidos o los retrasa, etc.