

<b>Guía Didáctica Bachillerato Curso 2024-2025</b>	
<b>IES ABYLA</b> AVD BARCELONA S/N TEL 856 205 200 FAX 956 504 722 ies.abyla@me-ceuta.org	

<b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>	<b>Profesor : Javier Ocaña Vicente</b>
<b>Cursos D1A -D1C</b>	<b>Dirección completa de contacto para Tutorías</b>
<b>DISTANCIA</b>	Avd. Barcelona s/n; 856205200
Correo profesor	oca@iesabyla.es

**Modalidad :** bachillerato a distancia

**Tipo de asignatura :** educación física ( práctica presencial o no presencial ( trabajos teóricos )

**Tutoría individual para consultas :** lunes 19.00 -19.50 h ( pidiendo cita previa al correo profesor ).

**Tutoría colectiva** ( hora de clase práctica opcional ) **martes 16.00 – 16.55 h**

#### **BREVE DESCRIPCIÓN DE LA MATERIA**

#### **RECOMENDACIONES Y/O PRERREQUISITOS**

- Asistir a la hora de clase práctica ( tutoría colectiva ) al menos al 80% para opción práctica presencial.
- Elegir opción no presencial ( trabajos teóricos ) quien no pueda asistir 80% prácticas.
- Presentar todas las actividades sugeridas y entregadas.
- Mostrar interés y respeto por la asignatura, profesores y compañeros.
- Participación en las clases prácticas o realizar los trabajos teóricos requeridos.
- Traer ropa deportiva y zapatillas adecuadas, así como recomendar traer ropa de recambio.

## TEMARIO Y OPCIONES DE LA MATERIA

### Primer trimestre

**Parte práctica** ( para los que elijan opción práctica presencial )

1. Condición física básica
2. Pruebas atléticas miniolimpiadas
3. Hockey de iniciación

**Parte teorica** (para los que elijan opción no presencial serán trabajos escritos )

1. Elaborar una sesión de fuerza, resistencia o velocidad ( elegir una de las tres cualidades ), en las que se incluya un calentamiento, 5 ejercicios de la cualidad elegida y 5 ejercicios de relajación y/o estiramientos de vuelta a la calma.
2. Descripción teórica de una modalidad atlética ( salto de altura o salto con pértiga ).  
  
Debe incluir : breve reseña histórica ( origen, evolución técnica, evolución materiales, etc ), breve reseña del reglamento, aspectos técnicos básicos del salto y materiales e instalaciones que se usan para hacer los saltos.
3. Trabajo teórico sobre el deporte del hockey ( historia, reglamento, materiales e instalaciones y técnica básica del juego.

ELEGIR DOS TRABAJOS POR TRIMESTRE

### Segundo trimestre

**Parte práctica** ( para los que elijan opción práctica presencial )

4. Iniciación al tenis de mesa
5. Iniciación al tenis
6. Shutellball

**Parte teorica** (para los que elijan opción no presencial serán trabajos escritos )

1. Trabajo teórico sobre el tenis de mesa ( historia, reglamento básico, técnica básica de los golpes e instalaciones y materiales ( palas, bolas y mesas de juego ).
2. Trabajo teórico sobre el tenis ( historia, reglamento básico, técnica básica golpes básicos, materiales raquetas y bolas, medidas terreno juego, y torneos más importantes.
3. Descripción teórica del juego del shutelball.

## ELEGIR DOS TRABAJOS DE LAS TRES OPCIONES

### Tercer trimestre

**Parte práctica** ( para los que elijan opción práctica presencial

7. Iniciación al voleibol

8. Iniciación al rugby

9. Iniciación al baloncesto

**Parte teorica** (para los que elijan opción no presencial serán trabajos escritos )

1. Elaboración trabajo teórico sobre el deporte del voleibol ( reseña histórica, reglas básicas del juego, instalaciones y terreno de juego, así como descripción técnica básica de los gestos técnicos básicos del juego .

2. Trabajo teórico sobre el deporte rugby ( breve reseña histórica, descripción reglas básicas del juego, instalaciones, gestos técnicos básicos del juego y torneos más importantes ).

3. Trabajo teórico sobre le baloncesto : reseña histórica, instalaciones, reglas básicas del juego, gestos técnicos básicos y torneos o competiciones más importantes.

## ELEGIR DOS TRABAJOS DE LOS TRES PROPUESTOS

### METODOLOGÍA DOCENTE

- Introducción del tema a fin de motivar a los alumnos/as.
- Análisis de la condición física, motora y coordinativa inicial de los alumnos/as.
- Exposición práctica de algunos contenidos dados , tanto individual como de forma colectiva.
- Trabajo en pequeños grupos para fomentar el trabajo cooperativo.
- Variedad de instrumentos didácticos.
- Técnicas, estrategias y análisis de gestos deportivos.
- Resumen y síntesis de los contenidos de la unidad.

## **EVALUACIÓN (INSTRUMENTOS Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN)**

### **INSTRUMENTOS**

- **Observación sistemática:** Registro periódico del trabajo personal de cada alumno.
- **Analizar las producciones ( sobre todo prácticas, pero también los trabajos teóricos )**  
**de los alumnos :** puesta en escena de ejercicios físicos , comprobación adquisición conocimientos teóricos básicos, grado de creatividad aportada, etc.)
- **Realizar pruebas prácticas específicas de los contenidos dados.**
- **Formas evaluativas:** Autoevaluación (cada alumno se hace consciente de su propio proceso de aprendizaje) y Coevaluación (referencia del grupo-clase)

### **CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**

- Los contenidos de las diferentes unidades expuestas se evaluarán por medio de pruebas prácticas ( realizadas durante cada sesión práctica dada ), que supondrá un 100% de la nota para los alumnos que hayan elegido la opción presencial. Los alumnos que hayan elegido la opción de trabajos teóricos, su evaluación será hecha sólo por el contenido de dichos trabajos.

Se valorará la asistencia de los alumnos con la opción elegida de trabajos teóricos a algunas sesiones prácticas sueltas, como forma de completar sus aprendizajes y de aumentar su nota en la asignatura.

- Los trabajos teóricos serán valorados por :

- . presentación o no de todos los apartados solicitados ( portada, índice, contenidos solicitados, bibliografía y otras fuentes consultadas ).
- . limpieza en la presentación.
- . creatividad y aportaciones personales.

**Guía Didáctica Bachillerato a distancia Curso 2023-2024**

**IES ABYLA**

**Profesor :** Javier Ocaña ( [oca@iesabyla.es](mailto:oca@iesabyla.es) )

**AVD BARCELONA S/N 51002 Ceuta TEL 856 205 200**

**FAX 956 504 722**

[ies.abyla@me-ceuta.org](mailto:ies.abyla@me-ceuta.org)