

BAREMO PRUEBAS FÍSICAS 1º ESO

NOTA	CHICOS					CHICAS					NOTA
	FLEXI BILIDAD	LANZ. BALÓN	SALTO HOR.	ABDO MI.	COU. NAVE.	FLEXI BILIDAD	LANZ. BALÓN	SALTO HOR.	ABDO MI.	COU. NAVE.	
10	33	6,20	1,95	58	10,5	38	6,20	1,90	54	9	10
9,5	28	5,97	1,91	56	10	33	5,98	1,85	52	8,5	9,5
9	27	5,74	1,87	54	9,5	32	5,76	1,80	50	8	9
8,5	25	5,51	1,83	52	9	31	5,54	1,75	48	7,5	8,5
8	24	5,28	1,79	50	8,5	29	5,32	1,70	46	7	8
7,5	23	5,05	1,75	48	8	28	5,10	1,65	44	6,5	7,5
7	22	4,82	1,71	46	7,5	28	4,88	1,60	42	6	7
6,5	21	4,59	1,67	44	6	27	4,66	1,55	40	5,5	6,5
6	20	4,36	1,63	42	6,5	26	4,44	1,50	38	5	6
5,5	19	4,13	1,59	40	6	26	4,22	1,45	36	4,5	5,5
5	18	3,93	1,55	38	6	25	4,00	1,40	34	4	5
4,5	17	3,66	1,52	36	5,5	25	3,81	1,37	32	3,5	4,5
4	17	3,39	1,48	34	5	24	3,62	1,33	30	3	4
3,5	16	3,12	1,45	32	4,5	23	3,43	1,30	28	2,5	3,5
3	15	2,85	1,41	30	4	22	3,24	1,26	26	2	3
2,5	14	2,58	1,38	28	3,5	21	3,06	1,23	24	1,5	2,5
2	13	2,31	1,34	26	3	20	2,87	1,19	22	1	2
1,5	12	2,04	1,31	24	2,5	19	2,68	1,16	20	0,5	1,5
1	11	1,77	1,27	22	2	17	2,49	1,12	18	0,5	1
0,5	10	1,55	1,24	20	1,5	15	2,30	1,09	16	0,5	0,5

BAREMO PRUEBAS FÍSICAS 2º ESO

NOTA	CHICOS					CHICAS					NOTA
	FLEXI BILIDAD	LANZ. BALÓN	SALTO HOR.	ABDO MI.	COU. NAVE.	FLEXI BILIDAD	LANZ. BALÓN	SALTO HOR.	ABDO MI.	COU. NAVE.	
10	33	7,00	2,10	60	11	35	6,50	1,95	56	9,5	10
9,5	29	6,75	2,06	58	10,5	34	6,29	1,90	54	9	9,5
9	28	6,50	2,01	56	10	33	6,07	1,85	52	8,5	9
8,5	27	6,25	1,97	54	9,5	32	5,86	1,80	50	8	8,5
8	25	6,00	1,92	52	9	31	5,64	1,75	48	7,5	8
7,5	24	5,75	1,88	50	8,5	30	5,43	1,70	46	7	7,5
7	23	5,50	1,83	48	8	29	5,21	1,65	44	6,5	7
6,5	22	5,25	1,79	46	7,5	28	5,00	1,60	42	6	6,5
6	21	5,00	1,74	44	7	27	4,78	1,55	40	5,5	6
5,5	20	4,75	1,70	42	6,5	27	4,57	1,50	38	5	5,5
5	19	4,50	1,65	40	6,5	26	4,35	1,45	36	4,5	5
4,5	18	4,25	1,62	38	6	25	4,16	1,42	34	4	4,5
4	17	4,00	1,59	36	5,5	25	3,96	1,38	32	3,5	4
3,5	15	3,75	1,56	34	5	24	3,77	1,35	30	3	3,5
3	14	3,50	1,53	32	4,5	23	3,57	1,31	28	2,5	3
2,5	13	3,25	1,50	30	4	22	3,38	1,28	26	2	2,5
2	12	3,00	1,47	28	3,5	21	3,18	1,24	24	2,5	2
1,5	11	2,75	1,44	26	3	21	2,99	1,21	22	2	1,5
1	10	2,50	1,41	24	2,5	19	2,79	1,17	20	1,5	1
0,5	9	2,25	1,38	22	2	16	2,60	1,14	18	1	0,5

BAREMO PRUEBAS FÍSICAS 3º ESO

NOTA	CHICOS					CHICAS					NOTA
	FLEXI-BILIDAD	LANZA. BALÓN	SALTO HORIZO	ABDOMI NALES	COURSE NAVETTE	FLEXI BILIDAD	LANZA. BALÓN	SALTO HORIZO	ABDOMI NALES	COURSE NAVETTE	
10	35	8,00	2,40	62	11,5	40	7,00	2,00	58	10	10
9,5	30	7,75	2,35	60	11	37	6,80	1,95	56	9,5	9,5
9	29	7,50	2,30	58	10,5	35	6,60	1,90	54	9	9
8,5	28	7,25	2,25	56	10	33	6,40	1,85	52	8,5	8,5
8	27	7,00	2,20	54	9,5	32	6,20	1,80	50	8	8
7,5	26	6,75	2,15	52	9	31	6,00	1,75	48	7,5	7,5
7	25	6,50	2,10	50	8,5	30	5,80	1,70	46	7	7
6,5	24	6,25	2,05	48	8	29	5,60	1,65	44	6,5	6,5
6	23	6,00	2,00	46	7,5	28	5,40	1,60	42	6	6
5,5	22	5,75	1,95	44	7	27	5,20	1,55	40	5,5	5,5
5	21	5,50	1,90	42	7	27	5,00	1,50	38	5	5
4,5	20	5,24	1,87	40	6,5	26	4,80	1,47	36	4,5	4,5
4	19	4,98	1,83	38	6	25	4,60	1,44	34	4	4
3,5	18	4,72	1,80	36	5,5	24	4,40	1,41	32	3,5	3,5
3	17	4,46	1,76	34	5	23	4,20	1,38	30	3	3
2,5	15	4,20	1,73	32	4,5	22	4,00	1,35	28	2,5	2,5
2	14	3,94	1,69	30	4	21	3,80	1,32	26	2	2
1,5	13	3,68	1,66	28	3,5	20	3,60	1,29	24	1,5	1,5
1	11	3,42	1,62	26	3	18	3,40	1,26	22	1	1
0,5	10	3,16	1,59	24	2,5	14	3,20	1,23	20	0,5	0,5

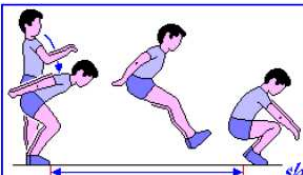
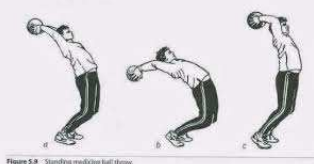
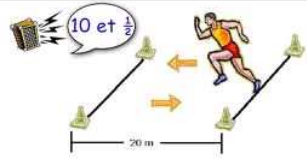



BAREMO PRUEBAS FÍSICAS 4º ESO

NOTA	CHICOS					CHICAS					NOTA
	FLEXI BILIDAD	LANZ. BALÓN	SALTO HOR.	ABDO MI.	COU. NAVE.	FLEXI BILIDAD	LANZ. BALÓN	SALTO HOR.	ABDO MI.	COU. NAVE.	
10	40	8,90	2,45	65	12	47	7,50	2,10	60	10,5	10
9,5	38	8,60	2,4	63	11,5	45	7,26	2,05	58	10	9,5
9	36	8,30	2,35	61	11	43	7,02	1,99	55	9,5	9
8,5	34	8,00	2,3	59	10,5	41	6,78	1,94	53	9	8,5
8	33	7,70	2,25	57	10	40	6,54	1,88	50	8,5	8
7,5	31	7,40	2,2	55	9,5	38	6,30	1,83	48	8	7,5
7	29	7,10	2,15	53	9	36	6,06	1,77	46	7,5	7
6,5	27	6,80	2,1	51	8,5	34	5,82	1,72	45	7	6,5
6	25	6,50	2,05	49	8	32	5,58	1,66	43	6,5	6
5,5	24	6,20	2	47	7,5	31	5,34	1,61	42	6	5,5
5	22	5,90	1,95	45	7,5	29	5,10	1,55	40	5,5	5
4,5	19	5,62	1,92	43	7	26	4,90	1,52	38	5	4,5
4	16	5,34	1,89	41	6,5	23	4,70	1,49	35	4,5	4
3,5	13	5,06	1,86	39	6	21	4,50	1,46	33	4	3,5
3	11	4,78	1,83	37	5,5	18	4,30	1,43	31	3,5	3
2,5	8	4,50	1,8	35	5	15	4,10	1,40	30	3	2,5
2	5	4,22	1,77	33	4,5	12	3,90	1,37	28	2,5	2
1,5	3	3,94	1,74	32	4	10	3,70	1,34	26	2	1,5
1	0	3,66	1,71	30	3,5	7	3,50	1,31	24	2,5	1
0,5	-1	3,38	1,68	29	3	4	3,30	1,28	22	1	0,5

BAREMO PRUEBAS FÍSICAS 1º BACHILLERATO

NOTA	CHICOS					CHICAS					NOTA
	FLEXI BILIDAD	LANZ. BALÓN	SALTO HOR.	ABDO MI.	COU. NAVE.	FLEXI BILIDAD	LANZ. BALÓN	SALTO HOR.	ABDO MI.	COU. NAVE.	
10	37	9,50	2,50	68	12,5	42	8,00	2,15	63	11	10
9,5	33	9,18	2,45	66	12	37	7,72	2,10	61	10,5	9,5
9	31	8,86	2,40	64	11,5	35	7,44	2,04	59	10	9
8,5	30	8,54	2,35	62	11	34	7,16	1,99	57	9,5	8,5
8	29	8,22	2,30	60	10,5	32	6,88	1,93	55	9	8
7,5	28	7,90	2,25	58	10	32	6,60	1,88	53	8,5	7,5
7	27	7,58	2,20	56	9,5	31	6,32	1,82	51	8	7
6,5	26	7,26	2,15	54	9	31	6,04	1,77	49	7,5	6,5
6	25	6,94	2,10	52	8,5	30	5,76	1,71	47	7	6
5,5	24	6,62	2,05	50	8	29	5,48	1,66	45	6,5	5,5
5	23	6,30	2,00	48	8	29	5,20	1,60	43	6	5
4,5	22	6,01	1,97	46	7,5	28	5,00	1,57	41	5,5	4,5
4	21	5,72	1,94	44	7	27	4,80	1,54	39	5	4
3,5	20	5,43	1,91	42	6,5	27	4,60	1,51	37	4,5	3,5
3	19	5,14	1,88	40	6	26	4,40	1,48	35	4	3
2,5	18	4,85	1,85	38	5,5	25	4,20	1,45	33	3,5	2,5
2	17	4,56	1,82	36	5	24	4,00	1,42	31	3	2
1,5	15	4,27	1,79	34	4,5	23	3,80	1,39	29	2,5	1,5
1	13	3,98	1,76	32	4	20	3,60	1,36	27	2	1
0,5	11	3,69	1,73	30	3,5	17	3,40	1,33	25	1,5	0,5

DESCRIPCIÓN DE LAS PRUEBAS

PRUEBA	DESCRIPCIÓN	
SALTO DE LONGITUD SIN CARRERA		<p>Saltar con los pies a la misma altura, sin carrera. Puntúa la parte del cuerpo que toca el suelo y está más cerca de la línea de batida. Hay que caer con los dos pies a la vez</p>
LANZAMIENTO DE BALÓN		<p>Lanzar un balón medicinal de 3 Kg. Los chicos y de 4 Kg. las chicas. No se pueden mover los pies durante el lanzamiento</p>
COURSE-NAVETTE		<p>Correr el máximo tiempo posible, manteniendo el ritmo que marca las señales.</p>
FLEXIBILIDAD		<p>Flexión de tronco hacia delante, sin doblar las rodillas, realizándola de forma lenta y sin impulsos.</p>
ABDOMINALES		 <p>Durante 1 minuto, sentarse y tumbarse, tocando con las manos la colchoneta al tumbarse, y la espaldera por encima de la rodilla al sentarse.</p>