

EDUCACIÓN FÍSICA

PROGRAMACIÓN 2023/2024

Aprobada en Claustro el 13/11/ 2023



ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	3
1.1 CONTEXTO DEL CENTRO.....	3
1.2 NORMATIVA.....	3
1. OBJETIVOS	5
2.1 OBJETIVOS DE ETAPA:.....	5
2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS.....	1
3. SABERES BÁSICOS.....	5
4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.....	13
5. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL. Unidades de Trabajo.....	26
6. METODOLOGÍA.....	34
7. INSTRUMENTOS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.....	35
8. SITUACIONES DE APRENDIZAJE.....	36
9. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	40
10 ACTIVIDADES Y TAREAS PARA EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA (ESO).....	40
11 MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.....	40
12 ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.....	41
13 PROCEDIMIENTOS PARA LA EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE.....	41





1.1 CONTEXTO DEL CENTRO.

El Instituto de Enseñanza Secundaria "Alarifes Ruiz Florindo" es el único centro de Educación Secundaria de Fuentes de Andalucía, una población situada geográficamente en la Campiña del Guadalquivir que cuenta con aproximadamente 7.500 habitantes, cuya economía está basada fundamentalmente en la agricultura, y en la que la renta per cápita se sitúa en la franja media y media baja. Nuestra localidad se encuentra, gracias a la autovía Madrid-Cádiz, muy bien comunicada con las capitales de provincia Córdoba y Sevilla; además, tiene a prácticamente 20 minutos otros núcleos de población, como son Carmona, Écija, Marchena, Osuna, La Campana y La Lantejuela.

Además de Educación Secundaria Obligatoria, nuestro centro oferta Bachillerato, en sus modalidades de "Ciencia y Tecnología" y "Humanidades y Ciencias Sociales", el Ciclo Formativo de Grado Medio de "Microinformática y Redes" y Formación Profesional Básica de la misma rama. En la actualidad hay en nuestro Centro alumnado cursando enseñanzas post-obligatorias procedentes, además de Fuentes de Andalucía, de otras localidades; este tipo de alumnos va aumentando cada curso.

Nuestro Centro cuenta con dos centros adscritos, el C.E.I.P. Santa Teresa de Jesús, colindante con el Instituto, y el C.E.I.P. Santo Tomás de Aquino, situado en el extremo opuesto de la localidad. Ambos centros cuentan con un Programa de Educación Compensatoria del que no dispone nuestro centro. La carencia de este programa hace más difícil la atención en la etapa de ESO a los alumnos de desventaja socio-económica; sin embargo, la administración ya ha manifestado su intención de otorgar en el futuro este programa a ningún centro educativo. Los 3 centros educativos de la localidad compartimos un profesor/a de Audición y Lenguaje. Actualmente aplicamos un Programa de Tránsito para que el paso del alumnado desde el colegio hasta el instituto sea lo más normalizado posible.

1.2 NORMATIVA.

La normativa educativa vigente, para este curso académico 2023/2024, a la que atiende esta programación es la siguiente:

❖ **A nivel estatal:**

- ✓ Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- ✓ Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación.
- ✓ Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.
- ✓ Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.
- ✓ Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.



- ✓ Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los institutos de educación secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.
- ❖ **A nivel autonómico:**
 - ✓ Decreto 182/2020, de 10 de noviembre, por el que se modifica el Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
 - ✓ Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
 - ✓ Decreto 183/2020, de 10 de noviembre, por el que se modifica el Decreto 110/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
 - ✓ Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas.
 - ✓ Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.



1. OBJETIVOS

Los objetivos nos guían en la tarea educativa marcando nuestras intenciones. Éstos hacen referencias a capacidades y no a conductas. Según la legislación vigente, contribuiremos a los siguientes:

2.1 OBJETIVOS DE ETAPA:

Estos objetivos de etapa se expresan en la Orden 30 de mayo (Secundaria y Bachillerato). Conforman el perfil de salida, junto con los criterios.

- a) Asumir responsablemente sus **deberes**, conocer y ejercer sus **derechos** en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar **hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo** como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la **diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos**. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- d) **Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás**, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar **destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información** para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos.
- f) **Desarrollar las competencias tecnológicas básicas** y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.
- g) Concebir **el conocimiento científico como un saber integrado**, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- h) Desarrollar el **espíritu emprendedor y la confianza en sí mismos**, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- i) **Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana** y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la comunidad autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- j) **Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras** de manera apropiada.
- k) **Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia** propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.
- l) **Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros**, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social.
- m) **Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad** en toda su diversidad.
- n) Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, **especialmente los animales**, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.
- ñ) **Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas**, utilizando diversos medios de expresión y representación.



2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS.

Siguiendo la Orden de 30 de mayo de 2023, las competencias específicas para la etapa de ESO en la materia de Educación Física se detallan a continuación:

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas con las que comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna la globalidad de la materia de Educación Física. Los estilos de vida activos y saludables se nutren de un conjunto de hábitos (alimenticios, de actividad física, de higiene postural, etc), y para que estos sean asumidos como propios por los alumnos y alumnas, es preciso generar una predisposición positiva hacia la realización de determinados comportamientos y hábitos de manera repetida. Ello requiere proponer tanto situaciones de aprendizaje satisfactorias, saludables y seguras para los alumnos y alumnas como proporcionarles conocimientos suficientes para que puedan identificar y valorar las consecuencias positivas y negativas de determinadas conductas. Se puede, por tanto, abordar esta competencia desde la participación activa en las actividades físicas, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios, las características de la actividad física saludable y segura y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la relajación y respiración, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. La utilización de la tecnología debe permitir que el alumnado indague e investigue acerca de cada elemento y contexto de aplicación de los hábitos de vida saludables, participando de manera activa en plataformas virtuales que actúen como soporte para el intercambio de información y comunicación. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Se erige, pues, esta competencia como motor de un aprendizaje experiencial, en el cual, la reflexión constante sobre cómo aprendemos, es la que consolida el aprendizaje y, por ello, precisa de una evaluación con instrumentos que propicien dichos procesos. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre.

Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (ringol, *floorball*, *ultimate*, *lacrosse*, *rugby escolar*; goubak, fútbol 7, minibalonmano, minibasket, baloncesto) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (pinfuvote, voleibol, frontenis, *pickleball*, paladós, etc.), pasando por deportes de campo y bate (*rounders*, *softball*, *beisbol*, entre otros), de blanco y diana (*boccia*, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (*skate*, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos



antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades relativas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. Dentro del plano personal, también conlleva la identificación y concienciación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su regulación en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Igualmente, el desarrollo de esta competencia establece una relación entre el aprendizaje competencial y el desarrollo emocional del alumnado. La Educación Física debe abordar este enfoque partiendo de situaciones de aprendizaje para el desarrollo de la concienciación, reconocimiento y regulación de las emociones, y que potencie la autonomía emocional, permitiéndoles el desarrollo de esta competencia específica.

El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello, se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir con respecto a representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios y recursos deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales, culturales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, se pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición.

La educación y el fomento de valores, tanto individuales como colectivos, debe conducir hacia la formación de ciudadanos que entiendan la importancia de la ética personal y social como uno de los elementos esenciales de una sociedad más justa. Se deben aplicar situaciones en las que el alumnado ponga en práctica aspectos que favorezcan la libertad personal, la responsabilidad, la ciudadanía democrática, la solidaridad, la tolerancia, la igualdad, el respeto y la justicia, así como aquellos que ayuden a superar cualquier tipo de discriminación.

La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz, aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales y, en particular, la andaluza.

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de Primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de entonces, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace; contextualizada en un mundo diverso en términos culturales, requiriendo de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación, desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, idioma, políticos o sociales); y, finalmente, comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Igualmente, esta competencia se orienta al desarrollo de propuestas enfocadas a la multiculturalidad, donde el conocimiento de otras realidades abra paso a valores como el respeto, la empatía o la solidaridad, entre otros.

Los saberes asociados al desarrollo de esta competencia específica orientan las clases de Educación Física hacia un espacio sin estereotipos de género. Para ello debemos partir de los principios de paridad, visibilidad, transversalidad e inclusión. Para un adecuado tratamiento de la igualdad efectiva entre hombres y mujeres, el profesorado debe prestar atención a la selección de los saberes, a la utilización de los espacios y los recursos, al uso de lenguaje inclusivo, visibilizando y empoderando los referentes deportivos femeninos.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales y populares, destacando aquellos que son de origen andaluz, juegos multiculturales o danzas del mundo como el Flamenco. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea es esencial la aplicación de metodologías innovadoras y creativas que atraigan el interés del alumnado. Se podrían emplear técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Dada la importancia que tiene el enfoque integrador del currículo, es importante que las propuestas que se enmarquen en esta competencia se orienten a una pedagogía crítica y un carácter eminentemente emocional.



Para el adecuado desarrollo de esta competencia, centrada en la cultura motriz, las danzas y bailes populares de Andalucía deben ocupar un espacio principal en las propuestas educativas desde una perspectiva interdisciplinar. Su tratamiento, dentro del marco educativo, debe realizarse a través de situaciones de aprendizaje innovadoras y enfocarse a la práctica, al reconocimiento y al aprecio del valor que tienen para la sociedad andaluza sus manifestaciones culturales más emblemáticas.

Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, resulta interesante llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo, que en ocasiones esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. En esta línea, la promoción de los desplazamientos activos, como parte importante de un estilo de vida sostenible, se muestran relevantes para el desarrollo de esta competencia. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico- deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el *crossfit*, el patinaje, el *skate*, el *parkour* o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, con la extensa red de espacios naturales protegidos en Andalucía y según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos) hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias. La diversa y rica red de espacios naturales protegidos en Andalucía ofrecen un entorno de oportunidad para las situaciones de aprendizaje diseñadas que movilicen esta competencia específica. Deben valorarse entornos próximos que aporten posibilidades para hacer significativos los aprendizajes, así como otros menos conocidos que ofrezcan la oportunidad de ampliar el conocimiento, disfrutar y aprender del patrimonio natural andaluz.

Para potenciar un diseño de situaciones de aprendizaje seguras y enriquecidas debemos fomentar su desarrollo, ayudando al alumnado a utilizar y mejorar su competencia digital, pudiendo utilizar recursos tales como programas de seguimiento en tiempo real, mapas digitales con tracks, rutómetros, códigos QR, mapas de rastreo de pistas con geocachés, entre otros muchos ejemplos.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM5, CD1, CD2 CC4, CE1, CE3.

Siguiendo la Orden de 30 de mayo de 2023, las competencias específicas para la etapa de **Bachillerato** en la materia de Educación Física se detallan a continuación:

1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal basándose en parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

La adquisición de esta competencia específica se materializará cuando el alumnado, consciente de todos los elementos que condicionan la salud y la actividad física, sea capaz de tenerlos en cuenta, adaptarlos y coordinarlos para gestionar, planificar y autorregular su propia práctica motriz y sus estilos de vida, basándose en sus intereses y objetivos personales.

Esta competencia de carácter trans e intra disciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas



fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, que deben seguir trabajándose en relación con la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de un estilo de vida saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención y el cuidado de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser un aliado desde un punto de vista transdisciplinar en nuestra área, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.

2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas, para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. El bagaje motor que el alumnado de esta etapa posee en estas edades le permitirá anticiparse a las distintas situaciones y adaptar sus habilidades motrices a las exigencias de cada situación. Esta ventaja le permitirá focalizar su atención en aspectos que hasta ahora quedaban en un segundo plano, mejorando y perfeccionando así su ejecución técnico-táctica e identificando los errores más habituales que se dan en cada situación, para así poder evitarlos. Esto le permitirá incluso avanzar un paso más y planificar, dirigir y supervisar actividades físicas para otras personas, desarrollando funciones de entrenador o técnico.

Como en anteriores etapas, estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, sin dejar de lado necesariamente los más habituales o tradicionales y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, *ultimate*, *lacrosse*, entre otros), con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (*rounders*, *softball*, etc.), de blanco y diana (*boccia*, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros), o de carácter individual (*skate*, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros), procurando, en la medida de lo posible y según el contexto particular de cada centro, priorizar las manifestaciones más desconocidas para el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.

3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias, para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

Esta competencia específica pretende superar las desigualdades y comportamientos incívicos y antidemocráticos que a veces se reproducen en los contextos físico-deportivos. Para ello, por un lado, incide en la gestión personal de las emociones y en el fomento de actitudes de superación, tolerancia a la frustración y manejo del éxito y del fracaso en contextos de práctica motriz. Mientras que, por otro, en el plano colectivo, implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello, se plantearán situaciones en las que el alumnado tenga que desempeñar roles diversos relacionados con la práctica física, tales como participante, espectador, árbitro, entrenador, organizador o narrador crítico, que ayudarán a analizar y vivenciar las relaciones sociales desde diferentes perspectivas. Por otro lado, esta competencia pretende ir un paso más allá en esta etapa, contribuyendo a generalizar y democratizar las prácticas motrices que se practiquen en el centro, así como los espacios de interacción en los que se reproduzcan, fomentando la difusión de manifestaciones deportivas que no están afectadas por estereotipos de género o competencia motriz, como sí ocurre en ocasiones con las más predominantes o extendidas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5, CC3.

4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.



Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante las etapas anteriores. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento en profundidad que permita analizar y comprender globalmente sus manifestaciones, así como sus factores condicionantes. En esta etapa, además, se pretende que el alumnado comprenda los valores que transmite y que hacen interesante su conservación, ya que en ellos reside la clave de su propia existencia y su principal aportación a la cultura global.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en etapas anteriores, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales, populares y autóctonos, danzas propias del folclore tradicional, flamenco, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico- expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro: teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle y musical o similares; representaciones más elaboradas: lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses, entre otros; o actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo: percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes. Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos ajenos a la salud de las personas o a la sana competición.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CPSAA1.2, CC1, CCEC1.

5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad. Llegada esta etapa, el alumnado de Bachillerato es plenamente consciente de lo que implica desarrollar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno. Por eso, los esfuerzos en esta etapa no irán dirigidos tanto a la profundización en estos aprendizajes como a su consolidación a partir de la realización de actividades de concienciación para otros miembros de la comunidad educativa.

Continuando con el trabajo iniciado en etapas previas, el alumnado de Bachillerato deberá participar en numerosas actividades en contextos naturales y urbanos, las cuales ampliarán su bagaje motor y sus experiencias fuera del contexto escolar. A este respecto y más importante aún si cabe, también diseñará y organizará actividades para otras personas que respeten el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratando de mejorarlo y concienciando a través de ello. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio que favorecen la ciudadanía activa.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, *e / crossfit*, el patinaje, el *skate*, el *parkour* o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, el *plogging*, las rutas por vías verdes, la escalada, vía ferratas, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1.

3. SABERES BÁSICOS.

Saberes básicos de primer y segundo curso:

PRIMER CURSO	SEGUNDO CURSO
--------------	---------------



A. Vida activa y saludable.

EFI.1.A.1. Salud física.

EFI.1.A.1.1. Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.

EFI.1.A.1.2. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.

EFI.1.A.1.3. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, alimentación y actividad física.

EFI.1.A.1.4. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, respiración y relajación.

EFI.1.A.1.5. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.

EFI.1.A.1.6. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

EFI.1.A.2. Salud social.

EFI.1.A.2.1. Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.

EFI.1.A.2.2. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

EFI.1.A.3. Salud mental.

EFI.1.A.3.1. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.

EFI.1.A.3.2. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

B. Organización y gestión de la actividad física.

EFI.1.B.1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

EFI.1.B.2. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas de higiene como elemento imprescindible en contextos de práctica de la actividad física y deportiva.

EFI.1.B.3. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

EFI.1.B.4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

EFI.1.B.5. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.

EFI.1.B.6. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.

EFI.1.B.7. Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

EFI.1.B.7.1. Calzado deportivo y ergonomía.

EFI.1.B.7.2. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

EFI.1.B.7.3. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.

EFI.1.B.7.4. Técnica PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112.

A. Vida activa y saludable.

EFI.2.A.1. Salud física.

EFI.2.A.1.1. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a

las características personales.

EFI.2.A.1.2. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, alimentación y actividad física.

EFI.2.A.1.3. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, respiración y relajación.

EFI.2.A.1.4. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.

EFI.2.A.1.5. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.

EFI.2.A.1.6. Características de las actividades físicas saludables.

EFI.2.A.2. Salud social. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. EFI.2.A.3. Salud mental.

EFI.2.A.3.1. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.

EFI.2.A.3.2. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.

EFI.2.A.3.3. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

B. Organización y gestión de la actividad física.

EFI.2.B.1. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.

EFI.2.B.2. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

EFI.2.B.3. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

EFI.2.B.4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

EFI.2.B.5. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.

EFI.2.B.6. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.

EFI.2.B.7. Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

EFI.2.B.7.1. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

EFI.2.B.7.2. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.

EFI.2.B.7.3. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

EFI.2.C.1. Toma de decisiones.

EFI.2.C.1.1. Utilización consciente del cuerpo en función de las



C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

EFI.1.C.1. Toma de decisiones. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.

EFI.1.C.2. Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.

EFI.1.C.3. Capacidades perceptivo-motrices en el contexto de la práctica deportiva condicional: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.

EFI.1.C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.

EFI.1.C.5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.

EFI.1.C.6. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la actividad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

EFI.1.C.7. Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

EFI.1.C.8. Adaptación de las acciones propias a las estrategias básicas de ataque y defensa en diferentes situaciones motrices en deportes de colaboración-oposición con y sin interacción con un móvil

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

EFI.1.D.1. Gestión emocional.

EFI.1.D.1.1. El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.

EFI.1.D.1.2. Estrategias de autorregulación individual y colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.

EFI.1.D.1.3. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

EFI.1.D.1.4. Reconocimiento y concienciación emocional.

EFI.1.D.2. Habilidades sociales.

EFI.1.D.2.1. Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad.

EFI.1.D.2.2. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.

EFI.1.D.2.3. Funciones de arbitraje deportivo.

EFI.1.D.2.4. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.

EFI.2.C.1.2. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.

EFI.2.C.1.3. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.

EFI.2.C.1.4. Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

EFI.2.C.1.5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil y aplicación de estrategias.

EFI.2.C.2. Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.

EFI.2.C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.

EFI.2.C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.

EFI.2.C.5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

EFI.2.D.1. Gestión emocional.

EFI.2.D.1.1. El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.

EFI.2.D.1.2. Estrategias de autorregulación individual y colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.

EFI.2.D.1.3. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

EFI.2.D.1.4. Reconocimiento y concienciación emocional.

EFI.2.D.2. Habilidades sociales.

EFI.2.D.2.1. Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad.

EFI.2.D.2.2. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.

EFI.2.D.2.3. Funciones de arbitraje deportivo.

EFI.2.D.2.4. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.



<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz. EFI.1.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. EFI.1.E.2. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. EFI.1.E.3. Deporte y perspectiva de género. Medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte.</p> <p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. EFI.1.F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. EFI.1.F.2. Nuevos espacios y prácticas deportivas. EFI.1.F.3. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (<i>parkour, skate</i> u otras manifestaciones similares). EFI.1.F.4. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades desde los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.</p>	<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz. EFI.2.E.1. Usos comunicativos de la corporalidad. EFI.2.E.1.1. Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. EFI.2.E.1.2. Técnicas de interpretación. EFI.2.E.2. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. El Flamenco. EFI.2.E.3. Deporte y perspectiva de género. EFI.2.E.3.1. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, y otras). EFI.2.E.3.2. Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.</p> <p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. EFI.2.F.1. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales reciclados para la práctica motriz. EFI.2.F.2. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos urbanos y naturales de la red de espacios protegidos andaluces. EFI.2.F.3. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano. EFI.2.F.4. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.</p>
---	--

Saberes básicos de tercero y cuarto:

TERCER CURSO	CUARTO CURSO
<p>A. Vida activa y saludable. EFI.3.A.1. Salud física. EFI.3.A.1.1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. EFI.3.A.1.2. Autorregulación y planificación del entrenamiento. EFI.3.A.1.3. Alimentación saludable (dieta mediterránea, plato de Harvard) y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). EFI.3.A.1.4. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. EFI.3.A.1.5. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). EFI.3.A.1.6. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. EFI.3.A.1.7. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.</p> <p>B. Organización y gestión de la actividad física. EFI.3.B.1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. EFI.3.B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y</p>	<p>A. Vida activa y saludable. EFI.4.A.1. Salud física. EFI.4.A.1.1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. EFI.4.A.1.2. Autorregulación y planificación del entrenamiento. EFI.4.A.1.3. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. EFI.4.A.1.4. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. EFI.4.A.1.5. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. EFI.4.A.2. Salud social. EFI.4.A.2.1. Suplementación y dopaje en el deporte. EFI.4.A.2.2. Riesgos y condicionantes éticos. EFI.4.A.3. Salud mental EFI. EFI.4.A.3.1. Exigencias y presiones de la competición. EFI.4.A.3.2. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. EFI.4.A.3.3. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). EFI.4.A.3.4. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.</p>



reparación de material deportivo.

EFI.3.B.3. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.

EFI.3.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.

EFI.3.B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

EFI.3.B.6. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.

EFI.3.B.7. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.

EFI.3.B.8. Actuaciones críticas ante accidentes.

EFI.3.B.9. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Protocolo RCP. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

EFI.3.C.1. Toma de decisiones.

EFI.3.C.1.1. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.

EFI.3.C.1.2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica.

EFI.3.C.1.3. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.

EFI.3.C.1.4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.

EFI.3.C.1.5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

EFI.3.C.2. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

EFI.3.C.3. Capacidades condicionales.

EFI.3.C.3.1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.

EFI.3.C.3.2. Planificación para el desarrollo de las capacidades

B. Organización y gestión de la actividad física.

EFI.4.B.1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.

EFI.4.B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.

EFI.4.B.3. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.

EFI.4.B.4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

EFI.4.B.5. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.

EFI.4.B.6. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.

EFI.4.B.7. Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

EFI.4.B.8. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.

EFI.4.B.9. Actuaciones críticas ante accidentes.

EFI.4.B.10. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Soporte vital básico (SVB).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

EFI.4.C.1. Toma de decisiones.

EFI.4.C.1.1. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.

EFI.4.C.1.2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.

EFI.4.C.1.3. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.

EFI.4.C.1.4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.

EFI.4.C.1.5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

EFI.4.C.2. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.



<p>físicas básicas: fuerza y resistencia. EFI.3.C.3.3. Sistemas de entrenamiento.</p> <p>EFI.3.C.4. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.</p> <p>D. Autorregulación emocional e interacción social ensituaciones motrices. EFI.3.D.1. Autorregulación emocional. EFI.3.D.1.1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. EFI.3.D.1.2. Habilidades volitivas y capacidad de superación. EFI.3.D.2. Habilidades sociales. EFI.3.D.2.1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. EFI.3.D.2.2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. EFI.3.D.2.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBifóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p> <p>E. Manifestaciones de la cultura motriz. EFI.3.E.1. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal. EFI.3.E.2. Deporte y perspectiva de género. EFI.3.E.2.1. Historia del deporte desde la perspectiva de género. EFI.3.E.2.2. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Ejemplos que muestren la diversidad en el deporte. EFI.3.E.2.3. Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. EFI.3.E.3. Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco. EFI.3.E.4. El deporte en Andalucía. EFI.3.E.5. Los Juegos Olímpicos. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.</p> <p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. EFI.3.F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. EFI.3.F.2. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares). EFI.3.F.3. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad. EFI.3.F.4. Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento</p>	<p>EFI.4.C.3. Capacidades condicionales. EFI.4.C.3.1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud. EFI.4.C.3.2. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. EFI.4.C.3.3. Sistemas de entrenamiento.</p> <p>EFI.4.C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. EFI.4.C.5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. EFI.4.C.6. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.</p> <p>D. Autorregulación emocional e interacción social ensituaciones motrices. EFI.4.D.1. Autorregulación emocional. EFI.4.D.1.1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. EFI.4.D.1.2. Habilidades volitivas y capacidad de superación. EFI.4.D.2. Habilidades sociales. EFI.4.D.2.1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. EFI.4.D.2.2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. EFI.4.D.2.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBifóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p> <p>E. Manifestaciones de la cultura motriz. EFI.4.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. EFI.4.E.2. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. EFI.4.E.3. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos. EFI.4.E.4. Deporte y perspectiva de género. Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia. EFI.4.E.5. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos. EFI.4.E.6. Los Juegos Olímpicos. EFI.4.E.6.1. Repercusión cultural, económica y política de los juegos olímpicos. EFI.4.E.6.2. Los juegos olímpicos desde la perspectiva de género.</p>
--	---



<p>de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.</p> <p>EFI.3.F.5. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.</p>	<p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p> <p>EFI.4.F.1. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.</p> <p>EFI.4.F.2. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.</p> <p>EFI.4.F.3. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos urbanos y naturales de la red de espacios protegidos andaluces.</p> <p>EFI.4.F.4. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.</p>
---	--

1º Bachillerato:

A. Vida activa y saludable.

EDFI.1.A.1. Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Generar experiencias positivas de la práctica de la actividad física que logren consolidar un estilo de vida saludable. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos en función del tipo y las características de la actividad física. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física y la gestión de la actividad física. Métodos y medidas para la corrección, fortalecimiento y estiramientos de dolores musculares. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).

EDFI.1.A.2. Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Análisis de los hábitos sociales positivos para la salud tales como la alimentación adecuada, descanso, estilo de vida activo, y reflexión crítica sobre los hábitos sociales negativos para la salud, como sedentarismo, drogadicción, tabaquismo o alcoholismo, entre otros. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales de ambos géneros.

EDFI.1.A.3. Salud mental: técnicas de respiración, reajuste postural, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación. Trabajo de la autoestima y el autoconcepto, favoreciendo la autosuperación y potenciando al máximo sus posibilidades motrices, con relación al carácter propedéutico del curso. Estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.

B. Organización y gestión de la actividad física.

EDFI.1.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte o disciplina, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares.

EDFI.1.B.2. Concreción de medidas y pautas de higiene en función de los contextos de práctica de actividad física y deportiva. Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.

EDFI.1.B.3. Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar. Participación en actividades deportivas de voluntariado.

EDFI.1.B.4. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios preparatorios, preventivos y compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.

EDFI.1.B.5. Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares: maniobra de Heimlich, señales de ictus, limpiar una herida, detener una hemorragia, aplicar frío o calor, y aplicar técnicas básicas de vendaje y masaje. Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).

EDFI.1.B.6. Protocolos ante alertas escolares.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

EDFI.1.C.1. Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas, ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.



EDFI.1.C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.

EDFI.1.C.3. Planificación, control y evaluación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.

EDFI.1.C.4. Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses. Organización, desarrollo y participación en eventos físico-deportivos relacionados con dichas actividades. Deportes y actividades individuales (a seleccionar entre atletismo, ciclismo urbano, gimnasia, malabares, monopatinaje, patinaje u otros). Deportes de bate y campo (a seleccionar entre béisbol, *Kickball*, rounders, softball u otros). Deportes y actividades de blanco y diana (a seleccionar entre *boccia*, bolos, chito, golf, minigolf, petanca, u otros). Deportes y actividades de combate (a seleccionar entre lucha, judo, karate, *kickboxing*, artes marciales mixtas, *taekwondo*, u otros). Deportes de invasión (a seleccionar entre baloncesto, balonkorf, balonmano, colpbol, fútbol, fútbol gaélico, hockey, *netball*, *rugby*, *rugby tag*, *touch rugby*, *ultimate*, unihockey, vórtel, u otros). Deportes de red y muro (a seleccionar entre bádminton, *bossaball*, *faustball*, frontenis, *futvoley*, mini tenis, pádel, palas, paladós, *pickleball*, voleibol, u otros).

EDFI.1.C.5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

EDFI.1.D.1. Gestión del éxito, análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.

EDFI.1.D.2. Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

EDFI.1.D.3. Análisis crítico del deporte como fenómeno social y cultural y de su repercusión en los medios de comunicación. Deportes adaptados.

EDFI.1.D.4. Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.

EDFI.1.D.5. Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.

EDFI.1.D.6. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas y LGTBfóbicas).

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

EDFI.1.E.1. Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.

EDFI.1.E.2. Técnicas específicas de expresión corporal, tanto individuales como colectivas: danzas y bailes tradicionales y urbanos, bailes de salón, técnicas de dramatización, etc.

EDFI.1.E.3. Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.

EDFI.1.E.4. Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito artístico-expresivo: a nivel mundial, nacional y andaluz. Influencia de las redes sociales.

EDFI.1.E.5. Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.

EDFI.1.E.6. Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte en los diferentes ámbitos: docencia, gestión, rendimiento y recreación.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

EDFI.1.F.1. Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.

EDFI.1.F.2. Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, espacios, usos y necesidades. Aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad relacionados con el entorno, los materiales, las condiciones atmosféricas, etc.

EDFI.1.F.3. Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad: uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad, conservación y mantenimiento o similares.

EDFI.1.F.4. Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.EDFI.1.F.5. Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física: acampada, ciclismo urbano, escalada, orientación, *parkour*, rápel, senderismo, etc. Diseño, organización y desarrollo de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios.

EDFI.1.F.6. Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.



4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

Competencias Específicas, Criterios de Evaluación y saberes básicos de primer y segundo curso:

Competencias específicas	Educación Física 1º		Educación Física 2º	
	Criterios de evaluación	Saberes básicos	Criterios de evaluación	Saberes básicos
<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> <p>CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4.</p>	<p>1.1. Identificar y establecer secuencias sencillas de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con progresiva autonomía instrumentos de autoevaluación para ello, respetando y aceptando la propia realidad e identidad corporal.</p>	<p>EFI.1.A.1.1 EFI.1.A.1.2 EFI.1.B.4</p>	<p>1.1. Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás.</p>	<p>EFI.2.A.1.1 EFI.2.A.1.5. EFI.2.A.1.6. EFI.2.B.4 EFI.2.B.5</p>
	<p>1.2. Comenzar a incorporar procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p>	<p>EFI.1.A.1.2. EFI.1.A.1.3. EFI.1.A.1.4. EFI.1.A.1.5. EFI.1.B.2.</p>	<p>1.2. Incorporar hábitos relacionados con procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p>	<p>EFI.2.A.1.1. EFI.2.A.1.2. EFI.2.A.1.3. EFI.2.A.1.4. EFI.2.B.2.</p>
	<p>1.3. Identificar y adoptar de manera responsable medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer posibles situaciones de riesgo.</p>	<p>EFI.1.A.1.6. EFI.1.B.7.1. EFI.1.B.7.2.</p>	<p>1.3. Identificar y adoptar de manera responsable y de manera autónoma medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, en diferentes contextos y situaciones motrices, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente, haciendo uso para ello.</p>	<p>EFI.2.A.1.5 EFI.2.B.7.1. EFI.2.B.7.2. EFI.2.B.7.3.</p>

	<p>1.4. Identificar los protocolos de intervención y medidas básicas de primeros auxilios que es necesario aplicar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física.</p>	<p>EFI.1.B.7.3. EFI.1.B.7.4.</p>	<p>1.4. Identificar y actuar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física de acuerdo a los protocolos de intervención, aplicando medidas básicas de primeros auxilios en diferentes contextos y ante diferentes tipos de lesiones.</p>	<p>EFI.2.B.7.2. EFI.2.B.7.3.</p>
	<p>1.5. Identificar y analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, evitando su reproducción en su entorno escolar y en las actividades de su vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p>	<p>EFI.1.A.2.1. EFI.1.A.2.2. EFI.1.A.3.2. EFI.1.B.4.</p>	<p>1.5. Analizar y valorar críticamente la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, en diferentes contextos y situaciones, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción en el entorno escolar y en las actividades de la vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p>	<p>EFI.2.A.3.2. EFI.2.A.3.3. EFI.2.B.4.</p>
	<p>1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	<p>EFI.1.B.4. EFI.1.B.5. EFI.1.B.6.</p>	<p>1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	<p>EFI.2.B.4. EFI.2.B.5. EFI.2.B.6.</p>
<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos fsi-</p>	<p>2.1. Participar en el proceso de creación de proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con ayuda estrategias de autoevaluación y coevaluación e iniciando actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p>	<p>EFI.1.A.3.1. EFI.1.B.3. EFI.1.C.1. EFI.1.C.2. EFI.1.C.4. EFI.1.C.6. EFI.1.C.7. EFI.1.D.1.</p>	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores sencillos de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p>	<p>EFI.2.A.3.1. EFI.2.B.1. EFI.2.B.3. EFI.2.C.1. EFI.2.C.4. EFI.2.D.1.</p>

<p>cos.</p> <p>CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.</p>	<p>2.2. Actuar correctamente con una interpretación aceptable en contextos motrices variados, aplicando con ayuda principios básicos de la toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos de actuación facilitados, reales o simulados, reflexionando sobre los resultados obtenidos.</p>	<p>EFI.1.C.1. EFI.1.C.4. EFI.1.C.5. EFI.1.C.7. EFI.1.C.8. EFI.1.D.2.1. EFI.1.D.2.2.</p>	<p>2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o compañera y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales simulados de actuación.</p>	<p>EFI.2.C.1. EFI.2.C.4. EFI.2.C.5.</p>
	<p>2.3. Iniciarse en la muestra de evidencias de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas de forma guiada en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.</p>	<p>EFI.1.C.1. EFI.1.C.2. EFI.1.C.3. EFI.1.C.4. EFI.1.C.7.</p>	<p>2.3. Evidenciar cierto grado de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas con apoyo ocasional en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p>	<p>EFI.2.C.1.1. EFI.2.C.2. EFI.2.C.3. EFI.2.C.4.</p>
<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.</p>	<p>3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos.</p>	<p>EFI.1.A.3.2. EFI.1.B.1. EFI.1.D.1. EFI.1.D.2.2. EFI.1.D.2.3. EFI.1.D.2.4.</p>	<p>3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>EFI.2.A.3.2. EFI.2.D.1. EFI.2.D.2.2. EFI.2.D.2.3. EFI.2.D.2.4.</p>
	<p>3.2. Colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos, para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p>	<p>EFI.1.D.1.2. EFI.1.D.2.1. EFI.1.D.2.2.</p>	<p>3.2. Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos y deportes no convencionales, para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p>	<p>EFI.2.D.1.2. EFI.2.D.2.1.</p>



	3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica ode competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	EFI.1.A.2.2. EFI.1.D.1.4. EFI.1.D.2.1. EFI.1.D.2.3. EFI.1.D.2.4.	3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica ode competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia.	EFI.2.A.2. EFI.2.D.1.4. EFI.2.D.2.3. EFI.2.D.2.4.
4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz, aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales y, en particular la andaluza. CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.	4.1. Gestionar la participación en juegos propios de Andalucía, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	EFI.1.E.1. EFI.1.E.2.	4.1. Practicar y apreciar las manifestaciones artístico-expresivas de Andalucía, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	EFI.2.E.1.1. EFI.2.E.1.2. EFI.2.E.2.
	4.2. Reconocer las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.	EFI.1.D.2.4. EFI.1.E.3.	4.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.	EFI.2.A.2. EFI.2.D.2.4 EFI.2.E.3.1. EFI.2.E.3.2.
	4.3. Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical, prestando especial atención a la educación socio-afectiva y fomento de la creatividad.	EFI.1.C.2. EFI.1.C.5. EFI.1.D.2.1.	4.3. Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical, prestando especial atención a la educación socio-afectiva y desde una perspectiva crítica y creativa.	EFI.2.C.2. EFI.2.C.5. EFI.2.D.1.4. EFI.2.E.3.

<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociéndola importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.</p> <p>STEM5, CD1, CD2 CC4, CE1, CE3.</p>	<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas sencillas en entornos naturales de Andalucía, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando de forma guiada el impacto ambiental que estas puedan producir e iniciando una conciencia sobre su huella ecológica.</p>	<p>EFI.1.F.2. EFI.1.F.3. EFI.1.F.4.</p>	<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas más complejas en entornos naturales de Andalucía, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando con ayuda el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.</p>	<p>EFI.2.F.1. EFI.2.F.2. EFI.2.F.3. EFI.2.F.4.</p>
	<p>5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, siguiendo las normas de seguridad individuales y colectivas marcadas.</p>	<p>EFI.1.F.1. EFI.1.F.2. EFI.1.F.3. EFI.1.F.4.</p>	<p>5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano de Andalucía, seleccionando y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas establecidas con ayuda.</p>	<p>EFI.2.F.1. EFI.2.F.2. EFI.2.F.3. EFI.2.F.4.</p>

Competencias Específicas, Criterios de Evaluación y saberes básicos de tercer y cuarto curso:

Competencias específicas	Educación Física 3º		Educación Física 4º	
	Criterios de evaluación	Saberes básicos	Criterios evaluación	Saberes básicos
<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> <p>CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4.</p>	<p>1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, aplicando de manera autónoma diferentes herramientas informáticas que permitan la autoevaluación y el seguimiento de la evolución de la mejora motriz, según las necesidades e intereses individuales y respetando, aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás.</p>	<p>EFI.3.A.1.1. EFI.3.A.1.2. EFI.3.B.5.</p>	<p>1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, haciendo uso de diferentes sistemas de entrenamiento y aplicando de manera autónoma diversas herramientas informáticas que permitan la autoevaluación y el seguimiento de la evolución de la mejora motriz, según las necesidades e intereses individuales y respetando, aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás, en diferentes manifestaciones motrices y contextos.</p>	<p>EFI.4.A.1.1. EFI.4.A.1.2. EFI.4.B.4.</p>



	<p>1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p>	<p>EFI.3.A.1.2. EFI.3.A.1.3. EFI.3.A.1.4. EFI.3.A.1.5. EFI.3.A.1.6. EFI.3.A.1.7.</p>	<p>1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando y asumiendo como propias las rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.</p>	<p>EFI.4.A.1.2. EFI.4.A.1.3. EFI.4.A.1.4. EFI.4.A.1.5. EFI.4.B.2.</p>
	<p>1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, identificando situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p>	<p>EFI.3.B.1. EFI.3.B.2. EFI.3.B.3.</p>	<p>1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, en diferentes contextos y situaciones motrices, identificando y valorando situaciones de riesgo y actuando de manera preventiva en su caso.</p>	<p>EFI.4.B.7.. EFI.4.B.8.</p>
	<p>1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando con apoyos puntuales medidas específicas de primeros auxilios.</p>	<p>EFI.3.B.8.</p>	<p>1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes, valorando diferentes contextos y tipos de lesiones para aplicar de manera autónoma medidas específicas de primeros auxilios.</p>	<p>EFI.4.B.9. EFI.4.B.10.</p>

	<p>1.5. Identificar y valorar críticamente estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual vinculados a la actividad física y deportiva, así como los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p>	<p>EFI.3.B.5. EFI.3.D.2.3.</p>	<p>1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, en diferentes contextos y situaciones, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p>	<p>EFI.4.A.2. EFI.4.A.3. EFI.4.B.4. EFI.4.B.5. EFI.4.D.2.3.</p>
	<p>1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	<p>EFI.3.B.5. EFI.3.B.6.</p>	<p>1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	<p>EFI.4.B.4. EFI.4.B.5. EFI.4.B.6.</p>
<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y promover una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, mejorando con ello actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p>	<p>EFI.3.B.1. EFI.3.B.4. EFI.3.C.1.1. EFI.3.C.1.2. EFI.3.D.1.</p>	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, consolidando actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p>	<p>EFI.4.B.1. EFI.4.B.3. EFI.4.C.1.1. EFI.4.C.1.2. EFI.4.C.6. EFI.4.D.1.</p>

CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.	<p>2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p>	<p>EFI.3.C.1.1. EFI.3.C.1.3. EFI.3.C.1.4. EFI.3.C.1.5. EFI.3.C.4.</p>	<p>2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicandose de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p>	<p>EFI.4.C.1.1. EFI.4.C.1.3. EFI.4.C.1.4. EFI.4.C.1.5. EFI.4.C.4. EFI.4.C.5.</p>
	<p>2.3. Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>	<p>EFI.3.C.1.1. EFI.3.C.2. EFI.3.C.3.</p>	<p>2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas de forma autónoma en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>	<p>EFI.4.C.1.1. EFI.4.C.2. EFI.4.C.3. EFI.4.C.4.</p>
<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso</p>	<p>3.1. Practicar y participar activamente una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>EFI.3.D.1. EFI.3.D.2.</p>	<p>3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>EFI.4.D.1. EFI.4.D.2. EFI.4.E.4.</p>

<p>ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.</p>	<p>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p>	<p>EFI.3.D.2.1.</p>	<p>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final, valorando el proceso.</p>	<p>EFI.4.D.2.1.</p>
	<p>3.3. Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.</p>	<p>EFI.3.D.1. EFI.3.D.2.</p>	<p>3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.</p>	<p>EFI.4.D.1. EFI.4.D.2.</p>
<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las</p>	<p>4.1. Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.</p>	<p>EFI.3.E.3. EFI.3.E.4. EFI.3.E.5.</p>	<p>4.1. Contextualizar la influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía o las procedentes de otros lugares del mundo.</p>	<p>EFI.4.E.1. EFI.4.E.5. EFI.4.E.6.1. EFI.4.E.6.2.</p>

<p>sociedades actuales, y en particular la andaluza.</p> <p>CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.</p>	<p>4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen</p> <p>produciendo en algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.</p>	<p>EFI.3.E.2.1. EFI.3.E.2.2. EFI.3.E.2.3.</p>	<p>4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen</p> <p>produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.</p>	<p>EFI.4.E.4.</p>
	<p>4.3. Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.</p>	<p>EFI.3.C.2. EFI.3.C.4. EFI.3.E.1.</p>	<p>4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.</p>	<p>EFI.4.C.2. EFI.4.C.5. EFI.4.E.2. EFI.4.E.3.</p>

<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.</p> <p>STEM5, CD1, CD2 CC4, CE1, CE3.</p>	<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos andaluces, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando con cierto grado de autonomía el impacto ambiental que estas puedan producir,</p> <p>siendo conscientes de su huella ecológica y promoviendo actuaciones sencillas intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.</p>	<p>EFI.3.F.3. EFI.3.F.4.</p>	<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales andaluces, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando de forma autónoma el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando colaborativa y/o cooperativamente actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.</p>	<p>EFI.4.F.3. EFI.4.F.4.</p>
	<p>5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo con ayuda algunas responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas bajo supervisión.</p>	<p>EFI.3.B.7. EFI.3.B.9. EFI.3.F.1. EFI.3.F.2. EFI.3.F.3. EFI.3.F.5.</p>	<p>5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas con autonomía.</p>	<p>EFI.4.B.8. EFI.4.F.1. EFI.4.F.2. EFI.4.F.4.</p>

Competencias Específicas, Criterios de Evaluación y saberes básicos de primero de Bachillerato:



Educación Física		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Saberesbásicos
<p>1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal basándose en parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</p> <p>STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.</p>	<p>1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física, partiendo de la evaluación del estado inicial, dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud y la calidad de vida, aplicando los diferentes sistemas y métodos de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.</p>	<p>EDFI.1.A.1. EDFI.1.A.2. EDFI.1.A.3. EDFI.1.B.1. EDFI.1.B.3. EDFI.1.B.4. EDFI.1.C.3. EDFI.1.F.2.</p>
	<p>1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices y el descanso adecuado, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales relacionados con los distintos campos de la actividad física, deporte y recreación. Todo ello, teniendo en cuenta la seguridad física y afectiva como aspecto importante.</p>	<p>EDFI.1.A.1. EDFI.1.A.2. EDFI.1.A.3. EDFI.1.B.1. EDFI.1.B.3. EDFI.1.B.4. EDFI.1.C.3.</p>
	<p>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen en el ámbito profesional y ocupacional.</p>	<p>EDFI.1.A.1. EDFI.1.B.1. EDFI.1.B.2. EDFI.1.B.4. EDFI.1.B.5. EDFI.1.B.6. EDFI.1.F.4.</p>
	<p>1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud. Todo ello, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.</p>	<p>EDFI.1.A.2. EDFI.1.A.3. EDFI.1.B.4. EDFI.1.D.1. EDFI.1.D.3. EDFI.1.D.5. EDFI.1.D.6. EDFI.1.E.5.</p>
	<p>1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.</p>	<p>EDFI.1.A.1. EDFI.1.A.2. EDFI.1.A.3. EDFI.1.B.1. EDFI.1.B.3. EDFI.1.C.3. EDFI.1.F.1.</p>
<p>2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas, para resolver situaciones</p>	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, previo análisis de lo que le ofrecen tanto su centro escolar como las instituciones o entorno que les rodea, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.</p>	<p>EDFI.1.B.1. EDFI.1.B.2. EDFI.1.B.3. EDFI.1.C.4. EDFI.1.C.5. EDFI.1.D.4. EDFI.1.E.2.</p>
	<p>2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de</p>	<p>EDFI.1.C.1.</p>

<p>motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3</p>	<p>oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión, control y éxito, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p>	<p>EDFI.1.C.2. EDFI.1.C.4. EDFI.1.C.5.</p>
	<p>2.3. Identificar, analizar de manera crítica y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.</p>	<p>EDFI.1.C.1. EDFI.1.C.2. EDFI.1.C.3. EDFI.1.C.4.</p>
<p>3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias, para abordar cualquier forma de discriminación o violencia. CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5, CC3.</p>	<p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo, empatía y asertividad al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.</p>	<p>EDFI.1.B.1 EDFI.1.C.5 EDFI.1.D.2</p>
	<p>3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y representaciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.</p>	<p>EDFI.1.B.1. EDFI.1.C.5. EDFI.1.D.1. EDFI.1.D.2.</p>
	<p>3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes, teniendo en cuenta las aficiones, posibilidades y limitaciones, hábitos e intereses de sus compañeros y compañeras durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.</p>	<p>EDFI.1.B.3. EDFI.1.D.3. EDFI.1.D.5. EDFI.1.D.6. EDFI.1.E.1. EDFI.1.E.2.</p>
<p>4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten. STEM5, CPSAA1.2, CC1, CCEC1</p>	<p>4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su análisis crítico y comparativo entre su evolución actual y la expresada en las diversas culturas y a lo largo de los tiempos y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.</p>	<p>EDFI.1.D.3. EDFI.1.D.6. EDFI.1.E.1. EDFI.1.E.4. EDFI.1.E.5. EDFI.1.E.6.</p>
	<p>4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, utilizando la música como recurso pedagógico, didáctico y transmisor sociocultural, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.</p>	<p>EDFI.1.E.2. EDFI.1.E.3.</p>
<p>5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a</p>	<p>5.1. Promover, organizar y participar en actividades físico-deportivas en entornos urbanos, naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. Todo ello, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen, demostrando una actitud activa en la conservación y mejora del medio natural y urbano.</p>	<p>EDFI.1.B.2. EDFI.1.F.1. EDFI.1.F.2. EDFI.1.F.3. EDFI.1.F.5. EDFI.1.F.6.</p>

<p>conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.</p> <p>STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1.</p>	<p>5.2. Practicar, participar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.</p>	<p>EDFI.1.B.4. EDFI.1.B.5.</p> <p>EDFI.1.F.1. EDFI.1.F.2. EDFI.1.F.3. EDFI.1.F.4. EDFI.1.F.6.</p>
---	--	---

5. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL. Unidades de Trabajo.

PLANIFICACIÓN ACTIVIDAD FÍSICA
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 1.1 y 2.1.
<p>Actividades de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización de tests de condición física (2 tomas, una en el primer trimestre y otra en el tercero). - Explicación de los trabajos a realizar. - Trabajos de Classroom <p>Actividades evaluables:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabajo de Classroom: Planificación Actividad Física en base a la autoevaluación hecha por el propio alumno/a en función de su resultado en la toma inicial de los tests de condición Física (Primer trimestre) → (1.1 y 2.1). - Segunda toma de tests de condición física. Trabajo de Classroom para autoevaluar la evolución de la condición física durante el curso y valorar la idoneidad de las propuestas realizadas en la Planificación Inicial de actividad física, pudiendo modificarlas para optimizar el trabajo (Tercer trimestre) → (2.1).
SALUD
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 1.2.
<p>Actividades de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Explicación de conceptos teóricos. - Realización de actividades de respiración, relajación y educación postural. - Prueba teórica. <p>Actividades evaluables:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prueba teórica (Segundo trimestre) → (1.2). - Realización de las actividades de clase (Observación) (Segundo trimestre) → (1.2).
PREVENCIÓN LESIONES (CALENTAMIENTO)
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 1.3.
<p>Actividades de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización al inicio de cada sesión del calentamiento. - Explicación del trabajo de Classroom sobre estiramientos de los principales grupos musculares. <p>Actividades evaluables:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización de actividades de calentamiento diarias (Observación) (Todo el curso) → (1.3). - Trabajo de Classroom sobre estiramientos de principales grupos musculares (Primer Trimestre) → (1.3).
PRIMEROS AUXILIOS
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 1.4.
<p>Actividades de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Explicación teórica de cómo intervenir en situaciones de emergencia. - Realización de simulaciones de intervención en situaciones de emergencia (con muñeco de primeros auxilios). <p>Actividades evaluables:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prueba teórico-práctica sobre la intervención en situaciones de emergencia (Segundo trimestre) → (1.4).
SALUD, ESTEREOTIPOS CORPORALES, RACISMO, GÉNERO Y VIOLENCIA
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 1.5, 3.3 y 4.2.
<p>Actividades de Clase</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización de lecturas relacionadas con los criterios de evaluación. - Explicación de los diferentes trabajos a realizar. <p>Actividades evaluables:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entrega por Classroom de trabajo sobre la Lectura "Los juegos de los niños han cambiado" (Primer trimestre) → (1.5). - Trabajo en Classroom sobre los Saberes Básicos D.2.4 y E.3 (Tercer trimestre) → (4.2). - Observación en clase de lo recogido en el Criterio 3.3 (Todo el curso) → (3.3) - Otras lecturas relacionadas con la temática que puedan plantearse durante el curso y que estén relacionadas con alguno/s de los criterios de evaluación 1.5, 3.3 ó 4.2.
DEPORTES INDIVIDUALES (TRIPLE SALTO Y GIMNASIA ARTÍSTICA) → AUTOEVALUACIÓN
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 2.1 y 2.3.
<p>Actividades de clase:</p>



<ul style="list-style-type: none"> - Toma inicial de triple salto de longitud, realización de progresión para la mejora de la ejecución del mismo y toma final. Autoevaluación de la ejecución. - Toma inicial de destrezas y habilidades de gimnasia artística, realización de progresión para la mejora de la ejecución de las mismas y toma final. Autoevaluación de la ejecución. - Explicación de los trabajos a realizar en Classroom. <p>Actividades evaluables:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entrega a través de Classroom de trabajo sobre Triple Salto de Longitud (Resultado de los tests iniciales y finales y autoevaluación utilizando la rúbrica de ejecución que se entrega) (Primera evaluación) → (2.1) - Muestra actitudes de superación, crecimiento y resiliencia durante la realización de las actividades de clase de Triple Salto de Longitud (Primera evaluación) → (2.1 y 2.3). - Entrega a través de Classroom de trabajo sobre Gimnasia Artística (Resultado de los tests iniciales y finales y autoevaluación utilizando la rúbrica de ejecución que se entrega) (Primera evaluación) → (2.1) - Muestra actitudes de superación, crecimiento y resiliencia durante la realización de las actividades de clase de Gimnasia Artística (Primera evaluación) → (2.1 y 2.3).
DEPORTES COLECTIVOS (BALONCESTO Y FÚTBOL SALA)
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 2.2, 2.3 y 3.1.
Actividades de clase:
<ul style="list-style-type: none"> - Realización de actividades de iniciación al baloncesto a nivel técnico y táctico. - Realización de actividades de iniciación al fútbol sala a nivel técnico y táctico. <p>Actividades evaluables:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observación en clase de lo recogido en los criterios de evaluación que a continuación se indican en relación con el Baloncesto (Segundo trimestre) → (2.2, 2.3 y 3.1). - Observación en clase de lo recogido en los criterios de evaluación que a continuación se indican en relación con el Fútbol sala, (Segundo trimestre) → (2.2, 2.3 y 3.1).
RETOS (ACROSPORT, GYMKANA...)
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 3.2.
Actividades de clase:
<ul style="list-style-type: none"> - Realización en grupo de propuestas de “retos físicos”. <p>Actividades evaluables:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observación de lo recogido en el Criterio (Tercer Trimestre) → (3.2).
MEJORA DE LA CONDICIÓN FÍSICA
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 2.3.
Actividades de clase:
<ul style="list-style-type: none"> - Realización en clase de actividades de mejora de la condición física. - Practicar la realización de un entrenamiento cardiovascular de intensidad y duración moderadas. <p>Actividades evaluables:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observación de lo recogido en el Criterio en los juegos y actividades realizadas en clase (Todo el curso) → (2.3). - Entrega por Classroom de un video de un entrenamiento cardiovascular de intensidad y duración moderadas (Segundo trimestre) → (2.3).
JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 3.1 y 2.3.
Actividades de clase:
<ul style="list-style-type: none"> - Realización de juegos y deportes alternativos: Balonmano adaptado I, Balonmano adaptado II, Balonmano adaptado III, Hockey o Floorball, Bádminton, Indiakas, Rugby toca, “Fútbol americano”, etc. <p>Actividades evaluables:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observación de lo recogido en los criterios de evaluación 3.1 y 2.3 durante la práctica de los juegos y deportes alternativos indicados anteriormente (Segundo y Tercer trimestre) → (3.1 y 2.3).
JUEGOS PROPIOS DE ANDALUCÍA
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 3.1, 3.2 y 4.1.
Actividades de clase:
<ul style="list-style-type: none"> - Realizar y presentar en Classroom una recopilación de juegos propios de Andalucía. - Practicar y organizar la práctica de juegos propios de Andalucía. <p>Actividades evaluables:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entrega de una recopilación de juegos propios de Andalucía a través de Classroom (Tercer Trimestre) → (4.1). - Participar en juegos propios de Andalucía y organizar la realización de los mismos por parte de los compañeros/as (Tercer trimestre) → (3.1, 3.2 y 4.1).
COREOGRAFÍA
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 4.3 y 3.2.
Actividades de clase:
<ul style="list-style-type: none"> - Realización en grupo de una coreografía y representación de la misma ante el resto de compañeros/as de clase. <p>Actividades evaluables:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización de una coreografía en grupo (Tercer trimestre) → (4.3 y 3.2). - Valoración de la colaboración y participación en la toma de decisiones del grupo durante la elaboración de la coreografía (Tercer trimestre) → (4.3 y 3.2).
ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL Y URBANO
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 5.1, 5.2, 1.6 y 2.3.
Actividades evaluables:



- Realización de marchas por la localidad (vuelta al pueblo) y alrededores (camino del Cementerio y camino de la Carretera de Marchena) (Una o dos al trimestre) → (5.1 y 5.2).
- Carrera por el camino paralelo al Camino del Cementerio (Segundo trimestre) → (5.1, 5.2 y 2.3).
- Carreras de Orientación en el Polideportivo y en el Instituto (Segundo y tercer trimestre) → (5.1, 5.2 y 2.3).
- Actividad de acondicionamiento físico en el Parque de la Alameda (Segundo trimestre) → (5.1, 5.2 y 2.3).
- Entrega a través de Classroom de la información recogida a través de una aplicación para cuantificar la Actividad física en el medio natural por el entorno rural de Fuentes de Andalucía. Se realizarán 2 actividades, una en bicicleta y otra a pie (carrera o andando) (Segundo y tercer trimestre) → (1.6, 5.1, 5.2 y 2.3).

	2º ESO	CE	SABERES MÁS IMPORTANTES.
	UNIDADES DE TRABAJO		
1.5 1º T R I M E S T R E	0. Nos conocemos. (6 ss)	Present.	-
	Evaluación Inicial	CE 1.	Observación Calentamiento. Circuito CFB.
		CE 2.	Circuito Habilidades Individuales. Cooperación. Oposición.
		CE 3.	Participación.
		CE 4.	Ritmo y Expresión.
		CE 5.	Entorno. Naturaleza. Cuestionario.
	1. Calentamiento. Citius, Altius, Fortius (12 ss)	1.1	Nivel Inicial. Autonomía instrumentos.
		1.2	Relajación y Dosificación del Esfuerzo. Pulso. Core.
		1.6	TIC- Registro.
		2.3	Control y Dominio.
		3.1	PARTICIPACIÓN-COMPORTAMIENTO.
	2. Hábitos Saludables, Alimentación, Postura. (6 ss). LECTURAS	1.1	Actitud Postural Inicial. Análisis autónomo. Concienciación.
		1.2	Educación Postural, Alimentación, Interiorizar Rutinas.
		1.3	Prevención Lesiones. (antes, durante y después). Reconocer situaciones riesgo.
		1.4	Accidentes Práctica. 1º Auxilios en diferentes lesiones.
		1.5	LECTURAS ESTEREOTIPOS
		1.6	TIC. Registro datos y búsqueda información.
		4.2	Analizar actividades evitando estereotipos.
	3. Coeducación. (1ss) Noviembre Gymkhana	1.5	Uso TIC.
		4.2	Análisis Crítico Estereotipos. Igualdad Género Profesiones.
4.1		Practicar y apreciar manifestaciones artísticas	
4. Montaje Navidad (1ss diciembre).	4.3	Creatividad Motriz. Técnicas de Expresión.	
2º T R I M E S T R	5. Deporte Alternativo Reciclaje: PALADÓS (6ss)	2.1	Desarrollar proy. Motores Autoev. Coev.
		2.3	Dominio y control corporal. Eficiente y Creativa.
		5.1	Participar actividades complejas entornos.
	6. COLPBOL (6ss)	2.2	Contextos Motrices Variados. JJ Modificados.
		3.2	Cooperar JJ y Deportes no convencionales.
		5.1	Participar actividades complejas entornos
	7. ATLETISMO (6 ss)	2.1	Proy. Motores Sencillos Individual.
		3.1	Practicar variedad actividades.
		2.3	Control y dominio.



R E			
	8.HOCKEY (Coop-Opos) (4)	2.1 2.3 3.1	Proy. Motores Sencillos Coop-Oposición. Dominio y control corporal. Practicar variedad actividades .
3º T R I M E S T R E	9. Exp. Corporal. SEVILLANAS. (5 ss)	1.6 2.2 4.1 4.3	Recursos y App digitales. Interpretar y actuar. Practicar manifestaciones Andalucía. Creatividad Motriz. Técnicas de Expresión.
	10. BTT (Accidentes, RCP, Salida). (3 ss)	1.3 1.4 5.1 5.2	Seguridad Primeros Auxilios. Accidentes. Protocolos. Participar actividades complejas entornos. Practicar Mº Nº Urbano.
	11.ORIENTACIÓN Elementos Naturales. (7 ss)	5.1 5.2	Participar actividades complejas entornos. Practicar Mº Nº Urbano.
	12. Exp. Corporal Acrosport. Pirámides I. (7 ss)	1.3 2.3 3.2	Medidas Prev. Lesiones. Control y dominio. Cooperar producciones motrices.

	3º ESO UNIDADES DE TRABAJO	CE	SABERES MÁS IMPORTANTES.
1º T R I M E S T R E	0. Nos conocemos. (6 ss)	Present.	-
	Evaluación Inicial	CE 1.	Observación Calentamiento. Circuito CFB.
		CE 2.	Circuito Habilidades Individuales. Cooperación. Oposición.
		CE 3.	Participación.
		CE 4.	Ritmo y Expresión.
		CE 5.	Entorno. Naturaleza. Cuestionario.
	LECTURA	1.5	Lecturas estereotipos, género, diversidad sexual, autonomía.
	1.Fuerte y Resistente. (12 ss)	1.1	Planificación del Entrenamiento. Calentamiento Autónomo.
		1.2	Dosificación del esfuerzo.
		1.6	Tic. Registro datos.
		2.3	Evidenciar progresión, control y dominio corporal.
		3.1	Practicar y participar.
	2.Visita Gimnasio. Crossfit. (2 ss)	5.2/ 1.5	Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas. Crossfit. Calistenia. Estereotipos.
	3. STAND NUTRICIÓN. I. LECTURAS	1.2	Alimentación Saludable. Higiene práctica. Educación Postural. Dieta mediterránea. Plato Harvard. Análisis crítico publicidad. Alimentos no saludables. Publicidad fraudulenta.
		1.3	Prevención lesiones antes, durante, después.
4.2		Actitudes comprometidas estereotipos.	



		1.4	Accidentes Práctica. 1º Auxilios en diferentes lesiones.
2º T R I M E S T R E	4.Coop. Oposición. BALONCESTO/Balonkorf (7 ss).	2.1	Desarrollar proyectos motores de carácter cooperativo.
		2.2	Mostrar habilidades (percepción, decisión, ejecución).
		3.3	Relacionarse con el resto de participantes.
	5.Implementos: BÁDMINTON. (8 ss) Paladós	2.1	Desarrollar proyectos motores de colaboración.
		2.2	Mostrar habilidades (percepción, decisión, ejecución).
		2.3	Evidenciar progresión. Control y Dominio.
	6.Alternativo. PINFUVOTE. (7 ss)	1.3	Prevención lesiones antes, durante y después.
		2.1	Desarrollar proy. Motores.
		2.2	Mostrar habilidades (percepción, decisión, ejecución).
		3.2	Cooperar – colaborar en prácticas diferentes
		4.1	Identificar influencia deporte en sociedad.
	3º T R I M E S T R E	7. Primeros Auxilios. Accidentes. SENDERO. (3 ss).	1.3
1.4			Heimlich, señales ictus. Protocolo RCP. Indicios accidentes cardiovasculares.
5.1			Participar acts. Entorno natural.
5.2			Normas viales. Desplazamientos activos.
8. ORIENTACIÓN: Brújula. (6 ss)		1.4	Actuación Protocolos intervención.
		3.3	Relacionarse con el resto de participantes con autonomía.
		5.1	Participar acts. Entorno natural.
		5.2	Diseñar y organizar acts. En el Mº urbano y natural.
9. Juegos, bailes y danzas del Mundo. Montaje Grupal. (7 ss)		4.1	Influencia deporte Andalucía.
		4.3	Representar composiciones individuales y colectivas.
		10.Malabares (6ss)	1.6
2.1			Desarrollar proyectos individuales
4.3	Representar composiciones con/sin base musical. Técnicas.		



	4º ESO UNIDADES DE TRABAJO	CE	SABERES MÁS IMPORTANTES
1º T R I M E S T R E	0. Nos conocemos. (6 ss) Evaluación Inicial	Present.	-
		CE 1.	Observación Calentamiento. Circuito CFB.
		CE 2.	Circuito Habilidades Individuales. Cooperación. Oposición.
		CE 3.	Participación.
		CE 4.	Ritmo y Expresión.
		CE 5.	Entorno. Naturaleza. Cuestionario.
		1.1	Planificar act. Fís. Saludable. Estilo de vida.
		1.2	Incorporar autorregulación. Pulso. Intensidad.
		1.6	Registro uso app.
		2.3	Evidenciar control y dominio corporal.
		1.6	Uso tic.
		2.1	Desarrollar proyectos motores.
		4.1/4.2	Contextualizar influencia social intereses económicos, practicando. Actitudes comprometidas.
	5.1	Participar acts. Entornos andaluces.	
	3.Montaje Navidad (2 ss)	4.3	Crear y representar composiciones individuales y colectivas.
2º T R I M E S T R E	4.Nutrición II. Mitos. Dopaje. (2 ss).	1.1	Identidad corporal (anorexia, bulimia, Vigorexia,
		1.2	Relajación, respiración, seguridad e higiene en la práctica.
		1.5/4.2	Actitudes rechacen estereotipos. Actitudes comprometidas.
	5. Hockey. (6 ss)	2.1	Coevaluación, autoevaluación en proyectos motrices.
		2.2	Mostrar capacidad de adaptación.
		2.3	Evidenciar control y dominio corporal.
		3.2	Cooperar-colaborar en la práctica de diferentes producciones y proyectos motrices.
	6. Torneo Deportes Alternativos. (6 ss)	2.1	Mostrar capacidad de adaptación.
		2.2	Evidenciar control y dominio corporal.
		3.3	Relacionar y entenderse.
	7. Atletismo. JJOO (8 ss).	1.2	Incorporar autonomía. Tic
		3.1	Practicar y participar.
		4.1	JJOO. Contextualizar influencia social - mundo.
	5.1	Participar en act. Físicas de forma autónoma.	
3º T R I	8.SENDERISMO. Accidentes, Primeros Auxilios. (3 ss)	1.3	Adoptar responsabilidad prev. Lesiones antes, durante, después.
		1.4	Actuación accidentes. Protocolos.
		1.6	Explorar recursos y app.
		5.1	Participar Salida parque natural. Conservación.





M E S T R E	9. ORIENTACIÓN Cabuyería. Parque. Brújula y mapa. (7 ss)	5.1	Participar acts. Entorno natural.
		5.2	Diseño acts. Entorno natural.
	10. Juegos Populares (5 ss)	2.1	Desarrollar proyectos motores.
		4.1	Contextualizar influencia social.
		5.1	Participar en act. Entornos andaluces.
	12. Coreografía Aeróbic (7 ss)	1.5/1.6	Actitudes comprometidas. Uso y manejo tic.
		2.3	Evidenciar control y domino corporal.
		3.2	Cooperar-colaborar producciones motrices. Toma decisiones.
		4.3	Crear y representar composiciones.

	1º BACH. UNIDADES DE TRABAJO	CE	SABERES MÁS IMPORTANTES
1º T R I M E S T R E	0. Nos conocemos. (6 ss) Evaluación Inicial	Present.	-
		CE 1.	Observación Calentamiento. Circuito CFB.
		CE 2.	Circuito Habilidades Individuales. Cooperación. Oposición.
		CE 3.	Participación.
		CE 4.	Ritmo y Expresión.
		CE 5.	Entorno. Naturaleza. Cuestionario.
	1.Preparadores Físicos. (12 ss)	1.1	Planificar act. Fís. Saludable. Estilo de vida. (Plan de entrenamiento)
		1.2	Autorregulación, dosificación, postura, relajación
		1.3	Prevención lesiones. Primeros auxilios. (teoría)
		1.4	Calentamiento autónomo (Deporte específico)
		1.2	Autogestión/ autonomía.





	2. Deporte y Mujer (3 ss). Gymkhana.	1.4/4.1	Actuación comprometida y responsable. estereotipos. Influencia cultural.	
		1.5	Uso app digitales y recursos TIC.	
	3. Día Discapacidad. Deportes Inclusivos. Bolos, Minigolf, Boccia, Voley Sentado. (4 ss).	1.1	Planificar, elaborar autonomía.	
		1.3	Conocer Prev. Lesiones. Actuación accidentes. (teoría deportes).	
2º T R I M E S T R E	4. Hab. Mot. COMBAS. Montaje. (6 ss)	1.5	Uso app digitales y recursos TIC.	
		2.3	Gestos técnicos.	
		3.2	Cooperar	
		3.3	Mecanismos de relación y entendimiento.	
		4.2	Crear y representar composiciones corporales.	
	5. Bádminton. Palas. (6 ss).	1.2	Autorregulación, dosificación, autogestión.	
		2.1	Desarrollar proyectos motores.	
		2.2	Solución autónoma situaciones motrices.	
	6. Atletismo. (6 ss)	2.1	Desarrollar proyectos motores.	
		2.3	Gestos técnicos.	
		3.1	Organizar	
	7. Béisbol-Torneo roles. (4 ss).	1.2	Autorregulación, dosificación, autogestión.	
		2.1	Desarrollar proyectos motores.	
		2.2	Solución autónoma situaciones motrices.	
	3º T R I M E S T R E	8. Juegos Populares y tradicionales. (7 ss)	1.5	Uso app digitales y recursos TIC.
			3.2	Cooperar-colaborar. Iniciativa.
3.3			Mecanismos de relación y entendimiento.	
4.1			Influencia cultural.	
9. Deportes en la naturaleza. Escalada, Cabuyería y Orientación. (8 ss)		1.1	Planificar act. Fís. Saludable. Estilo de vida.	
		1.4	Actuación comprometida y responsable estereotipos.	
		5.1	Promover, organizar y participar entorno.	
		5.2	Practicar asumiendo responsabilidades.	
10. Bailes Salón. Salsa y Bachata. Coreografía. (7 ss)		1.5	Uso app digitales y recursos TIC.	
		2.1	Desarrollar proyectos motores.	
	4.2	Crear y representar composiciones corporales.		
	2.3	Gestos técnicos.		



6. METODOLOGÍA.

Centraremos la metodología de nuestra programación didáctica en la planificación por competencias, siguiendo las líneas establecidas por el **constructivismo**, entre las que destacan el papel protagonista del alumnado en el proceso de enseñanza-aprendizaje:

- **El alumno es un sujeto activo.** Debemos ofrecer juegos que sirvan para que implique sus vivencias y construya su personalidad a través de la interacción con sus iguales.
- **Ofrecer autonomía y mejora de las relaciones sociales en todas las UDIs.**
- **El juego será el contenido por excelencia** para favorecer el aprendizaje y la igualdad para ambos sexos desarrollando la inteligencia emocional del alumnado.
- **La acción pedagógica del profesor se enfoca como orientación** en un proceso significativo y constructivo del aprendizaje, partiendo de la Evaluación Inicial y del conocimiento de las particularidades del alumnado, así como gustos y preferencias. (Cuestionario de Salud y Cuestionario de Gustos y Preferencias a través de Google Classroom).
- Utilizaremos estilos de enseñanza que promuevan **la independencia, la socialización y la creatividad** como aquellos que se centren en la búsqueda y la libre exploración, aunque combinándolos con los estilos más directivos según el nivel del alumnado y de la complejidad de las tareas.
- Emplearemos **variedad de recursos materiales en las unidades** atendiendo a los diferentes niveles dentro de la clase, priorizando de igual forma el aumento del tiempo de compromiso motor.
- **Priorizaremos la seguridad del alumnado tanto en la práctica física** como el uso de tecnología respetando los acuerdos del ROF y el Plan de Autoprotección. Incluyendo en nuestras clases aspectos teórico – prácticos sobre prevención de accidentes y actuación a partir de los primeros auxilios.
- **Reconoceremos y apoyaremos el progreso individual del alumnado.**
- **Los resultados de la clase se concretan en la contribución a la formación integral de los alumnos:** ámbitos cognitivo, motriz, de habilidad, de actitud.
- Los alumnos, tanto individual como colectivamente, se identifican con las sesiones de educación física disfrutando de su práctica física y deportiva.
- **El aprendizaje basado en las competencias** requiere que el alumno resuelva problemas que estén contextualizados en su vida cotidiana. (Organización de torneos, gymkhanas, etc).
- Prestaremos mucha importancia al **desarrollo emocional** del alumnado favoreciendo las relaciones sociales y la mejora de la perspectiva de éxito en los juegos.
- Se tendrá en cuenta el **proceso y el resultado** adaptando el éxito al nivel competencial del alumnado.

Utilización de espacios, tiempos y agrupamientos:

Espacios	<ul style="list-style-type: none"> ● Aplicar los principios básicos de seguridad. ● Usar el escenario adecuado a las tareas motrices a realizar, y a la climatología. ● Establecer criterios uso de espacio para favorecer igualdad. ● Adaptar las limitaciones espaciales reglamentarias de los juegos a las necesidades del alumnado. ● Crear escenarios que no produzcan distracciones. ● Usar espacios de su entorno más cercano. ● Dejar autonomía al alumnado en el uso de los espacios.
Tiempo	<ul style="list-style-type: none"> ● Evitar filas de espera del alumnado para la ejecución de alguna tarea. ● No aplicar juegos que excluyan o eliminen a alumnos/as. ● Dar explicaciones breves, claras, sin extendernos innecesariamente. ● Proponer tareas que implique un alto compromiso motor. ● Plantear las sesiones como un continuo temporal donde exista relación entre todas las partes de la sesión y no supongan cortes diferenciadores. ● Dedicar al final de la sesión tiempo para la reflexión y el debate, fomentando los principios democráticos.
Utilización de Recursos	<ul style="list-style-type: none"> ● Uso del material y adaptación del mismo a las características del alumnado. ● Evitar usar demasiado material que suponga mucha pérdida de tiempo. ● Dar estabilidad en la sesión al material para que el alumnado aprenda a manejarlo. ● Usar material alternativo en juegos cooperativos. ● Inculcar la importancia de respetar y cuidar los materiales. ● Trasladar y colocar el material entre todos de forma coordinada.
Organización y Agrupamientos	<ul style="list-style-type: none"> ● Realizar juegos azarosos con cartas, pintarle la mano con una letra y un número, ruleta Idoceo, y dinámicas de creación de grupos para formar las agrupaciones de manera inclusiva. ● Organizar y distribuir los grupos de forma que el profesor pueda observar el desarrollo de las tareas y tenga buena comunicación. ● Variar los tipos de agrupamientos dependiendo del contenido a tratar. ● Fomentar los agrupamientos mixtos y grupos de nivel evitando discriminaciones.

Educación en valores, sostenibilidad y transversalidad.

Debemos tener en cuenta que los valores que fomentan los elementos transversales forman parte del contenido de las competencias clave, y que su tratamiento transversal es una vía para establecer proyectos didácticos interdisciplinares, así como a través de las situaciones de aprendizaje.



Elementos transversales

Igualdad de Oportunidades. Prevención Violencia Género	<ul style="list-style-type: none"> o Acepta a sus compañeros sin rechazos. o Utiliza un lenguaje correcto con sus iguales. o Adopta actitudes críticas ante la discriminación sexual y de género. o Gymkhana mujeres Día Violencia Género.
E. Ambiental	<ul style="list-style-type: none"> o Respeta el entorno que nos rodea. o Toma conciencia cuidado entorno. o Utiliza y construye materiales a partir del reciclaje.
Hábitos de vida saludable	<ul style="list-style-type: none"> o Desarrolla hábitos de aseo e higiene (lavarse las manos) después de la actividad física. o Se esfuerza para mejorar su condición física y/o salud. o Se esfuerza por llevar una dieta equilibrada. o Muestra interés por conocer cómo mejorar la competencia o motriz. o Participa de forma voluntaria en los eventos deportivos de los recreos. o Adopta actitud crítica ante “dietas basuras” y o sedentarismo.
Educación del consumidor	<ul style="list-style-type: none"> o Reflexiona sobre las necesidades de ropa e indumentaria deportiva. o Reflexiona sobre la importancia de cuidar lo que tenemos.
Educación Vial	<ul style="list-style-type: none"> o Conoce las principales normas de circulación en las actividades complementarias y extraescolares. o Respeta las normas de circulación. o Salidas BTT. o Senderismo.
Cultura Andaluza	<ul style="list-style-type: none"> o Conoce y practica los juegos autóctonos del entorno andaluz. o Practica el ritmo y bailes tradicionales: Sevillanas y Flamenco. o Conocer instalaciones del propio pueblo para practicar actividad física (Gimnasio Municipal y Centro de Crossfit).
Uso de las TIC/TAC con autocontrol.	<ul style="list-style-type: none"> o Utilizar las TIC para buscar información “para saber más”. o Manejo de classroom. o Adaptar Tecnologías a los cometidos de la SA. o Toma conciencia peligros de internet, enfermedades metabólicas, etc, tal como se recogen en los diferentes criterios de evaluación.
TRATAMIENTO de la lectura, escritura y expresión oral. ESO (Punto 3 del Artículo 29 de Decreto 327/2010, de 13 de julio).	<ul style="list-style-type: none"> o Entrega fichas o trabajos con limpieza y orden. o Realiza lecturas recomendadas, artículos según calendario establecido, así como su contextualización y actividades relacionadas con la misma. o Muestra comprensión sobre sucesos, valoraciones, hechos durante la vuelta a la calma. <p>o Seguiremos además la propuesta del centro del calendario de lectura, en el que cada grupo leerá 30 minutos diarios.</p>
TRATAMIENTO de la LECTURA y la capacidad de expresarse en público. BACHILLERATO (Punto 4 del Artículo 29 de Decreto 327/2010, de 13 de julio).	<ul style="list-style-type: none"> o Elaboración de trabajos con limpieza y orden. o Búsqueda de información, lecturas recomendadas, artículos según calendario establecido, así como su contextualización y actividades relacionadas con la misma. o Muestra comprensión sobre sucesos, valoraciones y hechos relacionados con el currículo y la actualidad deportiva, durante la vuelta a la calma.
TRABAJOS MONOGRÁFICOS (Punto 5 del Artículo 29 de Decreto 327/2010, de 13 de julio).	<ul style="list-style-type: none"> o Propondremos la elaboración de trabajos monográficos junto con música, biología y geografía e historia para el completo desarrollo del currículo en Educación Física.

7. INSTRUMENTOS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Para el cálculo global de la nota de cada trimestre, así como la nota final, se tendrá en cuenta la **nota aritmética de los criterios** que aparecen en séneca, como resultado de los instrumentos que se aplicarán en cada una de las situaciones de aprendizaje o unidades de trabajo.

Se utilizarán los siguientes **Instrumentos de Evaluación**:

- Circuito de Habilidades coordinativas, expresivas y de capacidades físicas.
- Resolución de ejercicios y problemas.
- Test Condición Física Básica.
- Pruebas prácticas
- Rúbrica (indicadores de logro del propio criterio).
- Observación Directa



- Lista de control
- Escalas de valoración
- Escalas numéricas
- Dianas de autoevaluación
- Pruebas teórico-prácticas
- Montajes o producciones
- Cuaderno del alumno (Exposición trabajos, infografías, etc).
- Ficha no práctica.

VALORACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS:

- Todos los instrumentos tendrán el mismo valor dentro de una Situación de Aprendizaje.
- La nota del boletín será la MEDIA GLOBAL que aparece en el portal séneca hasta el momento de la evaluación.

REDONDEOS:

- Desde 0 hasta 0,49 no habrá redondeos.
- Desde 0,5 hasta 0,99 la puntuación será la inmediatamente superior.

8. SITUACIONES DE APRENDIZAJE.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE 1º ESO:	
1º TRIMESTRE	
TÍTULO: PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA.	
PRODUCTO FINAL Planificar la actividad física en base a la autoevaluación hecha por el propio alumno. Tras la segunda toma de test de condición física, el alumnado realizará un trabajo para autoevaluar la evolución y valorará la idoneidad de su propuesta, pudiendo modificarla para optimizar el trabajo.	
TEMPORALIZACIÓN	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE1. Estilo de Vida Activo y Saludable.	1.1
CE2. Adaptar capacidades físicas, perceptivo-motrices y coord.	2.1
2º TRIMESTRE	
TÍTULO: JUEGOS PROPIOS DE ANDALUCÍA	
PRODUCTO FINAL Recopilación de juegos propios de Andalucía, así como participación y organización de los mismos.	
TEMPORALIZACIÓN	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva.	3.1/ 3.2
CE4. Cultura motriz.	4.1

3º TRIMESTRE	
TÍTULO: MONTAJE DE COREOGRAFÍA	
PRODUCTO FINAL Realización y montaje en grupo de una coreografía. Se valorará la participación y colaboración den la toma de decisiones del grupo durante la elaboración de la coreografía.	
TEMPORALIZACIÓN	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva.	3.2
CE4. Cultura motriz.	4.3

SITUACIONES DE APRENDIZAJE 2º ESO:	
1º TRIMESTRE	
TÍTULO: FERIA DE LA SALUD. STAND HÁBITOS SALUDABLES.	
PRODUCTO FINAL Diseño, montaje y exposición de stands sobre hábitos saludables. En grupos. (Alimentación, Postura y Ergonomía, Rutinas Saludables, Primeros Auxilios, Prevención de Lesiones). Cada stand debe contener: -Información relevante al ámbito asignado en Cartel/ infografía informativa.	



-Decálogo de aspectos a mejorar.
-Mitos relacionados con el ámbito asignado.
-Imágenes que representen el ámbito.
Los alumnos por grupos tendrán que explicar a través de diálogo y cartelería los aspectos más relevantes en 3-5 minutos.
Intentaremos que los alumnos de 1º de ESO puedan asistir a la presentación de la FERIA SALUDABLE.

TEMPORALIZACIÓN: 6 sesiones.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE1. Estilo de Vida Activo y Saludable.	1.1./ 1.2/1.6
CE2. Adaptar capacidades físicas, perceptivo-motrices y coord.	2.3
CE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva.	3.1

2º TRIMESTRE

TÍTULO: ORGANIZACIÓN DE TORNEO PALADÓS. Creación de material.

PRODUCTO FINAL

Los alumnos dispuestos en grupos, tendrán que asumir los diferentes roles del modelo *Educación Deportiva* (árbitro, preparador físico, jugadores, reportero gráfico, utillero, etc).
Al finalizar las diferentes sesiones participaremos en un torneo interno a la clase, con el material de construcción propia.

TEMPORALIZACIÓN: 6 sesiones.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE2. Adaptar capacidades físicas, perceptivo-motrices y coord.	2.1/ 2.3
CE5. Entorno.	5.1

3º TRIMESTRE

TÍTULO: MONTAJE ACROSPORT.

PRODUCTO FINAL

Creación de un montaje de acrosport con música. La coreografía deberá contener:

- Figuras individuales.
- Figuras parejas.
- Figuras tríos.
- Figuras grupo.
- Movimientos de presentación.
- Movimientos de despedida.
- Se tendrán presentes las medidas de seguridad, apoyos, etc.

El montaje se realizará a lo largo de las diferentes sesiones. Agruparemos por equipo y se distribuirán los roles.

TEMPORALIZACIÓN: 7 sesiones.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE1. Estilo de Vida Activo y Saludable.	1.3
CE2. Adaptar capacidades físicas, perceptivo-motrices y coord.	2.3
CE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva.	3.2

SITUACIONES DE APRENDIZAJE 3º ESO:

1º TRIMESTRE

TÍTULO: FERIA SALUDABLE: STAND NUTRICIÓN.

PRODUCTO FINAL

Diseño, montaje y exposición de stands sobre NUTRICIÓN. En grupos. (Alimentación saludable, plato de Harvard, anorexia, bulimia, alimentos no saludables, publicidad fraudulenta, prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica deportiva, aplicaciones registro y gestión de alimentación saludable sinazúcar.org, yuka, etc).

Cada stand debe contener:

- Información relevante al ámbito asignado en Cartel/ infografía informativa.
- Decálogo de aspectos a mejorar.
- Mitos relacionados con el ámbito asignado.
- Imágenes que representen el ámbito.

Los alumnos por grupos tendrán que explicar a través de diálogo y cartelería los aspectos más relevantes en 3-5 minutos.

Intentaremos que los alumnos de 1º y 2º de ESO puedan asistir a la presentación de la FERIA SALUDABLE.

(Intentaremos que también puedan participar los alumnos de primaria del centro contiguo a nuestro centro).

TEMPORALIZACIÓN: 5 sesiones.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE1. Estilo de Vida Activo y Saludable.	1.1/ 1.2/ 1.3/ 1.6/
CE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva.	3.1
CE4. Cultura motriz.	4.2

2º TRIMESTRE

TÍTULO: TORNEO PINFUVOTE

PRODUCTO FINAL



Organización y participación en el torneo de Pinfuvote. Utilización del Modelo de Educación Deportiva-roles.	
-Búsqueda información del deporte. -Creación normas infografía. -Roles. (árbitro, preparador físico, jugadores, reportero gráfico, utillero, etc). -Torneo.	
TEMPORALIZACIÓN: 7 sesiones.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE1. Estilo de Vida Activo y Saludable.	1.3/
CE2. Adaptar capacidades físicas, perceptivo-motrices y coord.	2.1/ 2.2
CE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva.	3.2
CE4. Cultura motriz.	4.1
3º TRIMESTRE	
TÍTULO: MONTAJE GRUPAL BAILES Y DANZAS DEL MUNDO.	
PRODUCTO FINAL	
Dispuestos en grupos. La coreografía deberá contener: -Pasos simultáneos. -Pasos alternativos. -Figuras pareja. -Duración 1:30 min. Grabación en vídeo y exposición ante el grupo.	
TEMPORALIZACIÓN: 7 sesiones.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE4. Cultura motriz.	4.1/ 4.3

SITUACIONES DE APRENDIZAJE 4º ESO:	
1º TRIMESTRE	
TÍTULO: CALENTAMIENTO ESPECÍFICO.	
PRODUCTO FINAL	
Elaboración y exposición en parejas/tríos de un calentamiento específico de una modalidad deportiva asignada. -Ficha registro: *Nombre del ejercicio. *Descripción. *Tiempo estimado. *Representación gráfica. *Materiales. Elaboración/ explicación vídeo.	
TEMPORALIZACIÓN: 11 sesiones.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE1. Estilo de Vida Activo y Saludable.	1.1/ 1.2/ 1.6
CE2. Adaptar capacidades físicas, perceptivo-motrices y coord.	2.3
2º TRIMESTRE	
TÍTULO: TORNEO DEPORTES ALTERNATIVOS.	
PRODUCTO FINAL	
Organización y participación en el torneo de los diferentes deportes alternativos. Utilización del Modelo de Educación Deportiva-roles.	
-Búsqueda información del deporte. -Creación normas infografía. -Roles. (árbitro, preparador físico, jugadores, reportero gráfico, utillero, etc). -Torneo. -Materiales.	
TEMPORALIZACIÓN: 6 sesiones.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE2. Adaptar capacidades físicas, perceptivo-motrices y coord.	2.1/ 2.2
CE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva.	3.3
3º TRIMESTRE	
TÍTULO: MONTAJE COREOGRAFÍA AERÓBIC.	
PRODUCTO FINAL	
Dispuestos en grupos. La coreografía deberá contener: -Pasos de clase. -Pasos nuevos. -Figuras/ pasos complejos. -Duración 1:30 min. -FICHA: ejercicios, descripción, representación gráfica, tiempo estimado de cada ejercicio. Música elegida.	



Grabación en vídeo y exposición ante el grupo.	
TEMPORALIZACIÓN: 7 sesiones.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE1. Estilo de Vida Activo y Saludable.	1.5/1.6
CE2. Adaptar capacidades físicas, perceptivo-motrices y coord.	2.3
CE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva.	3.2
CE4. Cultura motriz.	4.3

SITUACIONES DE APRENDIZAJE 1º BACHILLERATO	
1º TRIMESTRE	
TÍTULO: PLANIFICACIÓN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO	
PRODUCTO FINAL Planificar un entrenamiento deportivo. -Fuerza y/o Resistencia. -Sesiones. -Objetivos. -Fichas de entrenamiento. Por equipos tendrán que planificar un entrenamiento deportivo y llevar a la práctica con su grupo/clase.	
TEMPORALIZACIÓN: 12 sesiones.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE1. Adoptar estilo de vida activo y saludable.	1.1/ 1.2/ 1.3/ 1.4
2º TRIMESTRE	
TÍTULO : MONTAJE DE COMBAS	
PRODUCTO FINAL Dispuestos en grupos. La coreografía deberá contener: -Pasos de clase. -Pasos nuevos. -Pasos individuales. -Pasos parejas/ grupos. -Figuras/ pasos complejos. -Duración 1min. - Música elegida. Grabación en vídeo y exposición ante el grupo.	
TEMPORALIZACIÓN: 6 sesiones.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE1. Adoptar estilo de vida activo y saludable.	1.5
CE2. Adaptar las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coord.	2.3 3.2/ 3.3
CE3. Compartir espacios de práctica.	4.2
CE4. Cultura Motriz	
3º TRIMESTRE	
TÍTULO: MONTAJE BAILES DE SALÓN	
PRODUCTO FINAL Dispuestos en grupos. La coreografía deberá contener: -Pasos de clase. -Pasos nuevos. -Figuras/ pasos complejos. -Duración 1:30 min. -Grabación de vídeo con presentación del vídeo. -Música. -Modalidad elegida.	
TEMPORALIZACIÓN: 7 sesiones.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE1. Adoptar estilo de vida activo y saludable.	1.5
CE2. Adaptar las capacidades físicas, perceptivo-motrices.	2.1/ 2.3
CE4. Cultura motriz.	4.2



9. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

Programas de Refuerzo del Aprendizaje (PRA), alumnado con adaptación curricular significativa y alumnado de altas capacidades, desdobles, Programa de Diversificación Curricular, etc).

9.1 PROGRAMAS DE REFUERZO DEL APRENDIZAJE (PRA)

*ALUMNOS PENDIENTES

Utilizaremos un PRA para el alumnado con la materia de Educación Física pendiente en cursos anteriores. Para ello, utilizaremos como referencia los informes establecidos para conocer qué criterios tienen pendientes e informaremos al alumnado de cómo tendrán que recuperarlos de forma individualizada.

*ALUMNOS CON LESIONES O PATOLOGÍAS QUE LE IMPIDEN REALIZAR PRÁCTICA. (VER ANEXO II).

Utilizaremos la realización de PRA para alumnos que, por alguna razón, no puedan realizar determinadas prácticas. (Desviación columna, dolor rodilla, esguinces, etc). Lo dividiremos en 3 grandes tipos:

TIPO A) MODIFICACIÓN DE PARÁMETROS ESTRUCTURALES DEL JUEGO para alumnado que no pueda realizar algunas actividades concretas.

TIPO B) REALIZACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA A SU PATOLOGÍA para alumnado que pueda realizar actividad adaptada.

TIPO C) REALIZACIÓN DE FICHAS/TAREAS.

9.2 ALUMNADO CON ADAPTACIÓN CURRICULAR SIGNIFICATIVA Y ALUMNADO DE ALTAS CAPACIDADES

En el caso del alumnado con *adaptaciones curriculares significativas*, en la materia de Educación Física se ha decidido que se modificarán los *parámetros estructurales del juego y grupos de nivel o interés*, para permitir la mayor inclusión posible del alumnado. Además de la utilización del alumno tutor en el caso de alumnado con dificultad para relacionarse.

En relación a las tareas escritas, se adaptarán o modificarán dichas tareas, de forma que se presenten más claras pero con el mismo contenido que su grupo.

En los exámenes trataremos de presentar al alumnado las preguntas de forma separada y por partes, para que el alumnado pueda gestionarlo a su ritmo.

Para los alumnos de altas capacidades, en nuestro caso, *“alumnado con alta motivación hacia la práctica”*, propondremos al alumnado en cuestión que se investiguen aspectos relacionados con los saberes, así como preparación de clases con estilos de enseñanza como la microenseñanza, donde se les permitirá enseñar a sus propios compañeros.

9.3 DESDOBLES

En Educación Física no se realizarán desdobles. En el caso de presentar alumnado con diferente nivel curricular en alguno de los contenidos, utilizaremos los grupos de nivel o interés para tratar de atender al alumnado en relación a sus necesidades.

10 ACTIVIDADES Y TAREAS PARA EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA (ESO).

De acuerdo con el art. 9 de la Orden del 30 de mayo de 2023, debemos “garantizar la incorporación de un tiempo diario no inferior a 30 minutos para el desarrollo de la lectura”.

Seguiremos el calendario establecido por el centro para realizar los 30 minutos de lectura y su tratamiento. Realizaremos un tratamiento temporal de la lectura:

-Antes: contextualizar, enmarcar a nivel curricular, etc.

-Durante: vocabulario, resolución dudas, etc.

-Después: resumen, esquemas, plickers, etc.

Propondremos lecturas relacionadas con nuestro currículo, a partir de artículos, lecturas, noticias, etc.

11 MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.

Utilizaremos recursos de creación propia, búsqueda de artículos, etc.

Contaremos con material propio de Educación Física y con las instalaciones polideportivas municipales.



12 ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

1º ESO	Senderismo Hornachuelos: Guadalora. Actividades Multiaventura.
2º ESO	Viaje Sierra Nevada. 2º Trimestre. Salida BTT. 3º Trimestre.
3º ESO	Sendero Benamahoma: Ruta Majaceite. 2º Trimestre.
4º ESO	Visita Gimnasio. 1º Trimestre Sendero Benamahoma: Ruta Majaceite. 2º Trimestre. Viaje fin de curso. Lugar por determinar. Se intentará compaginar actividad física (nieve, etc) con actividad turística. 2º Trimestre.
1º BACHILLERATO	Visita Gimnasio. 1º Trimestre. Salida Parque de la Alameda Orientación. 3º Trimestre.

13 PROCEDIMIENTOS PARA LA EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE.

Desde el Departamento de Educación Física hemos diseñado un sistema de autoevaluación emocional para que al finalizar cada sesión el alumnado pase por un cartel con tres emoticonos (amarillo, verde y azul), en los que podrán determinar si la sesión les ha gustado mucho, poco o nada, como forma de mejorar nuestra programación y práctica docente.

Además, de las mejoras a nuestra propia planificación de sesiones, en las que iremos anotando qué juegos o actividades no han funcionado o son posibles de modificación en cuanto a espacios, material, normas, distribución del alumnado, etc.

El centro ha elaborado un Cuestionario de Evaluación de la Práctica Docente común para todo el profesorado. Dicho documento se recoge como Anexo 1 al final de esta Programación.



ANEXO 1. CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE.

PROGRAMACIÓN GENERAL

1. Seleccione los contenidos que voy a impartir siguiendo criterios predefinidos (objetivos, relevancia, utilidad, interés y conocimientos previos del alumnado, etc.).
2. Decido los criterios de calificación e instrumentos de evaluación en función de las características de la materia (objetivos, contenidos, desarrollo, etc.) y de las características del alumnado.
3. Calculo el tiempo que voy a dedicar a cada uno de los temas del programa, teniendo en cuenta tanto el tiempo que el alumnado necesita para aprender los contenidos, como el total de su carga de estudio.
4. Pienso en la metodología que voy a utilizar en cada fase del curso, teniendo en cuenta los recursos de los que puedo disponer para impartir mi docencia.
5. Me coordino con los miembros de mi departamento que imparten clase a los otros grupos del mismo nivel para sincronizar el ritmo de trabajo, los contenidos tratados a lo largo del curso y los instrumentos de evaluación.
6. Contemplo las medidas de atención a la diversidad que voy a poner en práctica con el alumnado con NEAE.

PLANIFICACIÓN DE LA CLASE

1. La actividad de aula se adecua a lo establecido en el Proyecto Educativo y en las programaciones didácticas y a lo establecido en la normativa vigente.
2. Seleccione los contenidos que voy a impartir.
3. Decido los diferentes métodos de enseñanza que voy a utilizar.
4. Elaboro un guion de lo que voy a tratar en clase y asigno el tiempo que dedicaré a cada parte del guion.
5. Preparo actividades de distinto grado de dificultad que permitan ampliar y/o reforzar.
6. Planteo actividades en clase que permitan al alumnado realizar inferencias y conexiones con otras áreas o materias.
7. Planteo actividades que propicien la adquisición de las competencias clave a través de situaciones educativas que posibiliten conexiones con las prácticas sociales y culturales de la comunidad.
8. Diseño situaciones en el aula en las que el alumnado integre aprendizajes, los ponga en relación con distintos tipos de contenidos y los utilice de manera efectiva en diferentes contextos.
9. Planteo actividades relacionadas con buscar, consultar fuentes de diferente naturaleza (documentos escritos, imágenes, gráficos, infografías, audios, vídeos...) y soporte, aplicando especialmente estrategias de búsqueda y acceso en Internet.
10. Planteo actividades relacionadas con desarrollar estrategias adecuadas para seleccionar y organizar información concreta y relevante, analizarla, obtener conclusiones, hacer predicciones y comunicar su experiencia, comunicándola oralmente y por escrito, utilizando especialmente las TICs.
11. Planteo actividades relacionadas con utilizar de manera adecuada el vocabulario correspondiente a cada uno de los bloques de contenidos.
12. Planteo actividades que permitan trabajar la lectura, la escritura y la expresión oral de forma sistemática.
13. Pido a mi alumnado que haga resúmenes, esquemas y otras formas de esquematización o síntesis del contenido de la materia a partir de mis explicaciones, de lecturas del libro de texto o de cualquier otra fuente.
14. Diseño actividades relacionadas con plantear y resolver problemas asociados a situaciones de la vida cotidiana, utilizando diferentes estrategias y procedimientos de resolución, siendo capaz de comunicar el procedimiento seguido en la resolución y las conclusiones.
15. Propongo actividades significativas y variadas (de análisis, investigación, preparación de tareas, redacción, exposición oral, etc., no sólo de elegir o completar o de reproducción mecánica).

ACTUACIÓN EN EL AULA

1. Cumpro en el aula lo programado.
2. Informo al alumnado de los objetivos, actividades, criterios de evaluación y calificación, etc. de la materia.
3. Atiendo las propuestas del alumnado y fomento el trabajo individual, cooperativo y el aprendizaje entre iguales en el alumnado.
4. Fomento el aprendizaje y el análisis crítico mediante el desarrollo de la comprensión y fluidez lectora, así como la comprensión y expresión oral.
5. Hago un resumen de la clase anterior al comenzar mi intervención.
6. Presento un esquema de lo que vamos a tratar en clase.



7. Relaciono el contenido de la clase con lo que ya conoce el alumnado.
8. Establezco explícitamente relaciones entre los contenidos explicados y con otros conocimientos y experiencias.
9. Planteo el contenido de forma que despierte el interés del alumnado.
10. Adapto la cantidad y dificultad de los contenidos impartidos en clase al nivel del alumnado.
11. Destaco el contenido principal de la clase.
12. Ofrezco diferentes puntos de vista sobre un mismo tema.
13. Indico claramente el paso de un punto del esquema a otro.
14. La estructura de mis explicaciones es clara, lógica y organizada.
15. Verifico que el alumnado ha comprendido los conceptos.
16. Utilizo ejemplos para ilustrar el contenido de mi exposición.
17. Muestro aplicaciones de la teoría en situaciones reales.
18. Utilizo recursos expresivos (gestos, silencios, variaciones en el tono de voz, etc.).
19. Uso distintos tipos de agrupamientos para facilitar distintas formas de interacción y relaciones interpersonales.
20. Dirijo la mirada a todo el alumnado mientras expongo.
21. Solicito que el alumnado intervenga en clase con preguntas y comentarios.
22. Respondo con precisión a las preguntas del alumnado.
23. Incluyo actividades efectivas y motivadoras para que el alumnado realice durante la clase.
24. El alumnado realiza prácticas con materiales o en situaciones reales.
25. Oriento y superviso personalmente las actividades y/o las prácticas.
26. Me apoyo en diferentes materiales didácticos efectivos para hacer más comprensible lo que estudiamos.
27. Mi forma de impartir las clases mantiene la atención y el interés del alumnado.
28. Resumo lo que se ha tratado en clase.
29. Detecto dificultades de aprendizaje y adopto medidas inmediatas.
30. Ofrezco a mi alumnado ejercicios de refuerzo, tanto para recuperar criterios no superados como para mejorar la nota.
31. Soy respetuoso/a con el alumnado y promuevo buenas relaciones de trabajo con mi alumnado.
32. Realizo actividades para mejorar el clima de convivencia del grupo y/o tomo medidas para resolver los conflictos que surgen.

EVALUACIÓN

1. Aplico en el aula los instrumentos y criterios de evaluación recogidos en la programación del departamento.
2. Establezco claramente los criterios que voy a seguir para valorar los conocimientos del alumnado (rúbricas, criterios de calificación, etc.).
3. Utilizo otros instrumentos de evaluación aparte del examen escrito (preguntas orales, intervenciones en clase o salir a la pizarra, trabajos escritos, trabajos orales como exposiciones orales o vídeos, prácticas, etc.).
4. Informo al alumnado tanto de los criterios de evaluación y calificación que voy a seguir para evaluarles como de los instrumentos que voy a utilizar.
5. Utilizo rúbricas para evaluar y las comparto con mi alumnado para que sepa qué es lo que puntúa y cuánto.
6. Evalúo en varios momentos del curso para hacer un seguimiento continuo del progreso del alumnado.
7. La evaluación se ajusta a las actividades realizadas durante el curso y el nivel de exigencia se corresponde con el nivel impartido.
8. Realizo una evaluación inicial al comenzar el curso para estimar los conocimientos previos del alumnado.
9. Verifico previamente que las preguntas y tareas propuestas son comprensibles y asequibles para el alumnado.
10. Corrijo y evalúo de manera inmediata y continua las actividades diarias que realiza el alumnado tanto en horario escolar como extraescolar.



11. Comento con el alumnado los resultados de las actividades evaluables realizadas y les oriento sobre cómo pueden mejorar los resultados de la evaluación.
12. Informo a mi alumnado periódicamente (entre evaluaciones) sobre el desarrollo de su aprendizaje (calificaciones parciales, aspectos a mejorar, consejos para hacerlo...).
13. Escucho reclamaciones a las notas de las actividades evaluables, doy las explicaciones pertinentes y, si es necesario, rectifico la nota.
14. Realizo alguna actividad al final de cada tema, mes o trimestre para que el alumnado autoevalúe su aprendizaje, ya sea oral o por medio de algún cuestionario.
15. Tengo en cuenta los resultados de las pruebas de evaluación para introducir modificaciones tanto en mi planificación como en mi actuación docente.

ANEXO 2. INFORMACIÓN PARA ALUMNADO LESIONADO O QUE NO PUEDA HACER PRÁCTICA.

¿QUÉ DEBE HACER EL ALUMNO/A QUE NO PUEDE REALIZAR PRÁCTICAS EN EDUCACIÓN FÍSICA PARA APROBAR LA MATERIA?:



1.- Asistir a todas las clases: No poder realizar prácticas no te exime de venir a clase. El profesor tendrá en cuenta para tu nota aspectos como tu asistencia a clase, puntualidad, tu comportamiento, colaboración con la distribución del material en clase, etc., al igual que hará con los alumnos que sí realizan práctica.

2.- Realizar todos los controles escritos y/o trabajos que el profesor señale para toda la clase.

3.- Las adaptaciones en EF para los alumnos que no puedan realizar práctica (de forma puntual como a largo plazo) serán las siguientes:

TIPO A) *HACER LA MISMA ACTIVIDAD con adaptación de los parámetros estructurales: (intensidad, tiempo, espacio, normas, etc): ejemplos: en lugar de correr, andar, si no puede agacharse, hacerlo de pie, si no puede coger peso, sólo el movimiento, etc.

TIPO B) *HACER UNA ACTIVIDAD ALTERNATIVA/DIFERENTE: En los momentos que se pueda realizar la práctica, el profesor propondrá una práctica diferente adaptada a su lesión/ patología/ etc.

TIPO C) *NO HACER NINGUNA ACTIVIDAD PRÁCTICA: Registro en el cuaderno de clase de sesión tipo: cuando la actividad según la lesión, esté totalmente contraindicada y no pueda realizarla. Se realiza en silla y mesa del pabellón, el alumnado registra en el cuaderno de EF la actividad y las explicaciones que se realizan durante la hora de clase, y mostrarlo al profesor al finalizar la clase.

FICHA PARA ALUMNOS QUE NO HACEN PRÁCTICA EN EDUCACIÓN FÍSICA





Alumno:	Curso:
Unidad didáctica:	Sesión n°:
Contenido de la sesión:	
Instalaciones:	Material:
Ejercicios y actividades realizadas:	Representación gráfica:
CALENTAMIENTO	
PARTE PRINCIPAL	
VUELTA A LA CALMA	
¿Qué destacarías de la sesión?	
Motivo por el que no has realizado la sesión práctica de Educación Física:	
Fecha:	Justificación: SI NO

