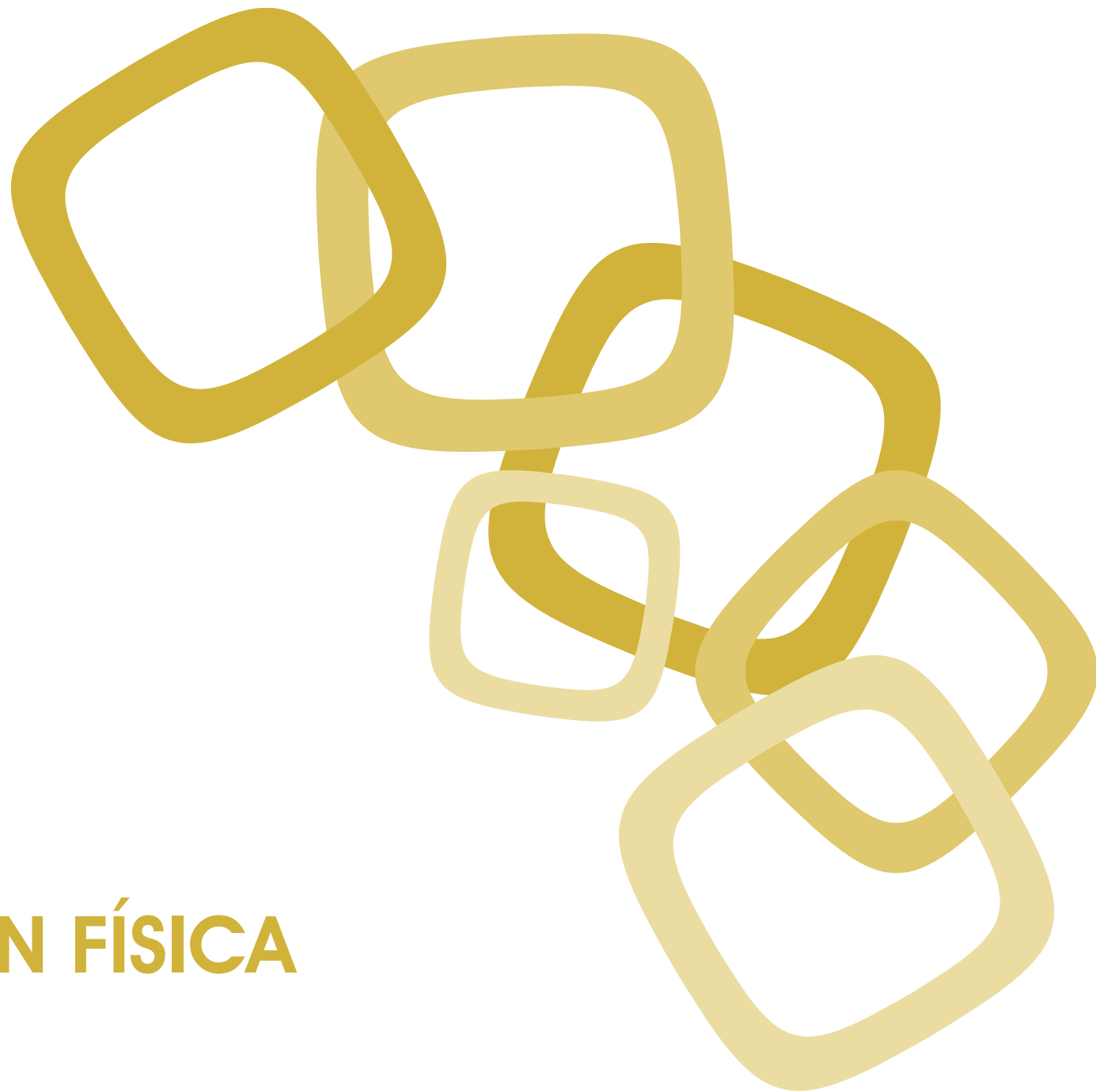
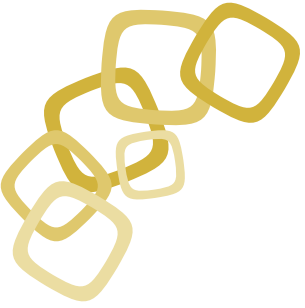


Área

EDUCACIÓN FÍSICA





ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

1. ASPECTOS GENERALES DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Introducción

El área de Educación física tiene como finalidad principal el desarrollo de la competencia motriz orientada a la puesta en práctica de procesos, conocimientos y actitudes motrices para realizar actividades y ejercicios físicos, representaciones, escenificaciones, juegos y deportes. La enseñanza de la Educación física ha de promover y facilitar que alumnos y alumnas se sientan bien con su cuerpo, que adquieran una comprensión significativa del mismo y de sus posibilidades, a fin de conocer y dominar actuaciones diversas que les permitan su desenvolvimiento de forma normalizada en el medio, mejorar sus condiciones de vida, disfrutar del ocio y establecer ricas y fluidas interrelaciones con los otros. De igual manera, se debe resaltar la importancia educativa del conocimiento corporal vivenciado y de sus posibilidades lúdicas, expresivas y comunicativas; así como la importancia de la aceptación del propio cuerpo y de utilizarlo eficazmente.

En la sociedad actual, que progresa hacia la optimización del esfuerzo intelectual y físico, se hace imprescindible la práctica de la actividad física, pero sobre todo su aprendizaje y valoración como medio de equilibrio psicofísico. Esta situación de constante aprendizaje debe estar presente durante toda la vida como una actitud ante los retos físicos o de otra índole que se les presente a nuestro alumnado. Para ello hemos de buscar el desarrollo de procesos reflexivos que nos inviten a percibir, analizar, decidir y finalmente evaluar los patrones puestos en acción; todo ello, teniendo en cuenta el entorno, el momento, las personas, nuestro desarrollo real y potencial de competencia motriz.

Proporcionar un estilo de vida saludable es un elemento esencial del área de Educación física. Es cierto que son muchos los beneficios que genera la sociedad del conocimiento, pero también ha sido pródiga en costumbres poco saludables desde la infancia, donde el sedentarismo y la obesidad pueden llegar a convertirse en problemas graves para la salud. Desde esta perspectiva, la Educación física ha de tratar de mantener el equilibrio entre actividad y reposo haciendo que la máxima "mens sana in corpore sano" siga teniendo validez. Por ello, la Educación física se debe centrar en plantear propuestas para el desarrollo de planos competenciales relacionados con la salud, y que tendrían como finalidad tanto la adquisición de hábitos saludables en virtud a una práctica regular de actividades físicas como una actitud crítica ante aquellas prácticas sociales ya asentadas o emergentes que resulten perjudiciales. Se trata de que cada alumna o alumno adquieran hábitos saludables que posibiliten sentirse satisfechos con su propia identidad corporal, la cual será vehículo de expresión y comunicación consigo mismo y con los demás.

El Consejo de Europa a través de "La Carta Europea del Deporte" adoptó la resolución relativa a los principios que deben imperar las políticas y la planificación deportiva. Entre las directrices que se establecen cabe destacar la importancia de velar porque todos los escolares disfruten de programas de práctica de deportes, de actividades recreativas y de Educación física.

Fomentar el deporte escolar como práctica deportiva que se programa y desarrolla desde el centro educativo requiere el fomento de esa práctica



desde un enfoque lúdico-recreativo, donde predomina el desarrollo de valores educativos como la cooperación-colaboración, la coeducación, la solidaridad, la igualdad de oportunidades. A partir del diseño, desarrollo y evaluación de juegos y actividades de carácter cooperativo y de cooperación-oposición aumentaremos la participación del alumnado en condiciones de igualdad de sexo, reduciendo la competitividad y aumentando el grado de autonomía del alumnado, así como la creatividad en los juegos y actividades que se desarrollan.

La Educación física permite al alumnado indagar en sus cualidades y destrezas motrices y las lleva a la práctica en situaciones de enseñanza-aprendizaje variadas. Las experiencias individuales y colectivas permiten adaptar las respuestas a los diferentes contextos, de esta forma atiende a las dimensiones de la personalidad: sensorial, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, de la salud, moral, social y creativa. Este área es un verdadero motor de formación integral y permanente, ya que a partir de propuestas de tareas competenciales dinámicas y variadas servirá para instrumentalizar en otras áreas actitudes que ayuden a afrontar los retos que en ellas se destilen, sobrepasando su plano motriz inicial. La actividad física tiene un valor educativo muy importante, tanto por las posibilidades de exploración que propicia como por las relaciones lógicas que el sujeto establece en las interacciones con los objetos, el medio, los otros y consigo mismo. Así, por ejemplo, los alumnos y alumnas construyen sus primeras nociones topológicas, temporales, espaciales o de resolución de problemas en actividades que emprende con otros en diferentes situaciones motrices.

No podemos obviar el papel tan importante y motivador que desempeña el juego en este área, siendo el aspecto lúdico un eje sobre el que gira todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. Existe en el juego una respuesta a diferentes situaciones vivenciales en el espacio escolar, la calle, el barrio y diferentes manifestaciones populares. Su práctica habitual debe desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia. Además, la práctica lúdica se vinculará a la cultura andaluza que aporta multitud de tradiciones y manifestaciones propias de indudable riqueza. Conviene por tanto tener en cuenta la importancia de que los alumnos y alumnas conozcan y practiquen juegos autóctonos y tradicionales, como vínculo de nuestro patrimonio cultural.

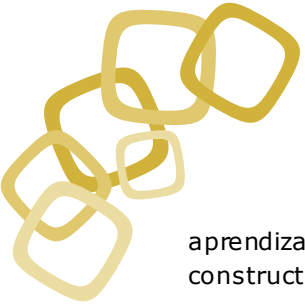
El área de Educación física debe hacer que cada plaza, cada barrio y en definitiva, cada rincón de Andalucía, sea una extensión de las actividades realizadas en los patios de las escuelas, para que en ellos se juegue a lo que se juega en los colegios. En la comunidad y contextos del alumnado se deben encontrar las actitudes que se cultivan en la escuela; de esta forma, el área se consolidará en la categoría de área competencial que promueva acciones, reflexiones y actitudes que aporten nuestro granito de arena para una sociedad más solidaria, saludable y dispuesta a afrontar los retos.

En definitiva, es un área en la que se optimizan las capacidades y habilidades motrices sin olvidar el cuidado del cuerpo, salud y la utilización constructiva del ocio. En Educación física se producen relaciones de cooperación y colaboración, en las que el entorno puede ser estable o variable, para conseguir un objetivo o resolver una situación. La atención selectiva, la interpretación de las acciones de otras personas, la previsión y anticipación de las propias acciones teniendo en cuenta las estrategias colectivas, el respeto de las normas, la resolución de problemas, el trabajo en grupo, la necesidad de organizar y adaptar las respuestas a las variaciones del entorno, la posibilidad de conexión con otras áreas, el juego como herramienta primordial, la imaginación y creatividad.

Bloques de contenidos:

Para alcanzar las competencias en el área de Educación física los contenidos se organizan en torno a 4 bloques.

Bloque 1, "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices": desarrolla los contenidos básicos de la etapa que servirán para posteriores



aprendizajes más complejos, donde seguir desarrollando una amplia competencia motriz. Se trabajará la autoestima y el autoconocimiento de forma constructiva y con miras a un desarrollo integral del alumnado.

Bloque 2, “La Educación física como favorecedora de salud”: está centrado en la consolidación de hábitos de vida saludable, de protocolos de seguridad antes, durante y después de la actividad física y en la reflexión cada vez más autónoma frente a hábitos perjudiciales. Este bloque tendrá un claro componente transversal.

Bloque 3, “La Expresión corporal: expresión y creación artística”: se refiere al uso del movimiento para comunicarse y expresarse, con creatividad e imaginación.

Bloque 4, “El juego y el deporte escolar”: desarrolla contenidos sobre la realización de diferentes tipos de juegos y deportes entendidos como manifestaciones culturales y sociales de la motricidad humana. El juego, además de ser un recurso recurrente dentro del área, tiene una dimensión cultural y antropológica.

Orientaciones metodológicas

La Educación física debe contribuir al desarrollo integral del alumnado partiendo del desarrollo de la motricidad humana y las características propias a través del desarrollo corporal, el aprendizaje instrumental básico, la autonomía y la socialización. Las propuestas deben conocer y partir del contexto inmediato del alumnado y deberán permitir adaptarlas a sus condiciones personales y sus posibilidades. En este área, los alumnos y alumnas son los protagonistas de su proceso de enseñanza aprendizaje. El autoaprendizaje permite que sea capaz de resolver planteamientos motrices, organizar su propio trabajo, constatar y comprobar en sí mismo la mejora, tanto en sus actitudes como en sus habilidades y destrezas que a su vez estimularán la creatividad, huyendo de modelos fijos o estereotipados.

Será un área de acción y reflexión, donde en las actividades debe valorarse más los procesos que los resultados.

El aspecto lúdico y deportivo favorece el trabajo en equipo, fomentando el compañerismo y la cooperación. El conocimiento y práctica de juegos populares, tradicionales y alternativos, contribuirán a enriquecer su identidad cultural.

Como línea de acción se integrarán en las propuestas aspectos tales como la colaboración, el juego limpio, la autonomía personal, el autoconocimiento, la superación de dificultades, los hábitos de vida saludable y la resolución de problemas-conflictos.

El desarrollo del área tratará de gestionar progresiones lógicas en las distintas tareas, actividades y ejercicios que la configuran. Se establecerá como punto de partida los aprendizajes previos del alumnado para progresar en virtud a cada uno de ellos y sus capacidades.

Para valorar el desarrollo de las competencias se crearán situaciones variadas, de tal forma que el alumnado pueda transferir lo aprendido y poner en práctica sus aptitudes para solucionar y tomar decisiones en las distintas circunstancias que le surjan.

La evaluación debe girar en torno a su planteamiento más formativo basada en los procesos que quedan definidos en los objetivos del área. Trataremos de considerar el esfuerzo y el trabajo realizado además del resultado. Entendiendo que deben existir distintos niveles de exigencia en las



destrezas, se atenderá al proceso y todos los elementos que intervienen con una evaluación continua y flexible que favorezca realizar mejoras, adaptándose a la realidad educativa en la que se inserta el alumnado y haciendo partícipe de esta a sus protagonistas.

La riqueza del tratamiento del área, los aspectos que intervienen en el desarrollo del individuo, el aspecto lúdico como recurso didáctico y la transversalidad con las demás áreas y competencias, hacen posible que el desarrollo de sus objetivos e intereses vayan mas allá de un contexto fijo y formal educativo.

Contribución del área a las competencias clave.

Competencias sociales y cívicas.

Las características de la Educación física, sobre todo las relativas al entorno en el que se desarrolla y a la dinámica de las clases, la hacen propicia para la educación de habilidades sociales. Las actividades físicas y en especial las que se realizan colectivamente son un medio eficaz para facilitar la relación, la integración, el respeto y la interrelación entre iguales, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación solidaria.

La Educación física ayuda a aprender a convivir, desde la aceptación y elaboración de reglas para el funcionamiento colectivo, desde el respeto a la autonomía personal, la participación y la valoración de la diversidad. Las actividades dirigidas a la adquisición de las habilidades motrices requieren la capacidad de asumir las diferencias, así como las posibilidades y las limitaciones propias y ajenas. El cumplimiento de las normas que rigen los juegos favorece la aceptación de códigos de conducta para la convivencia. Las actividades físicas competitivas pueden generar conflictos en los que es necesaria la negociación, basada en el diálogo, como medio para su resolución.

La Educación física ayuda a entender, desarrollar y poner en práctica la relevancia del ejercicio físico y el deporte como medios esenciales para fomentar un estilo de vida saludable que favorezca al alumnado, su familia y su entorno social próximo.

Competencia matemática y competencias en ciencia y tecnología.

Abordar cálculos, análisis de datos, gráficas y tablas sobre tiempos en pruebas, clasificaciones, ritmo cardíaco, puntuaciones, nociones de orden y espacios, cantidades, etc.

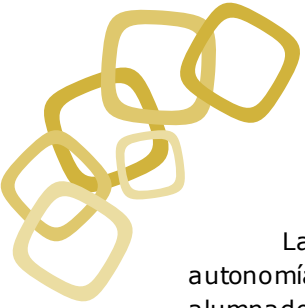
El conocimiento de la naturaleza y la interacción con esta hace que se desarrollen las competencias en ciencia y tecnología. La observación del medio, el planteamiento de hipótesis para adaptar la acción al medio desde el conocimiento del propio cuerpo.

Competencia en conciencia y expresiones culturales.

Este área contribuye a la adquisición de esta competencia mediante la expresión de ideas o sentimientos de forma creativa, a través de la exploración y utilización de las posibilidades y recursos del cuerpo y del movimiento; a apreciación y comprensión del hecho cultural y a la valoración de su diversidad; el reconocimiento y la apreciación de las manifestaciones culturales específicas, tales como los deportes, los juegos tradicionales, las actividades expresivas o la danza y su consideración como patrimonio de los pueblos.

El área favorece un acercamiento al fenómeno deportivo como espectáculo mediante el análisis y la reflexión crítica.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.



La Educación física ayuda a la consecución esta competencia en la medida en que emplaza al alumnado a tomar decisiones con progresiva autonomía en situaciones en las que debe manifestar autosuperación, perseverancia y actitud positiva. También lo hace, si se le da protagonismo al alumnado, en aspectos de organización individual y colectiva de las actividades físicas, deportivas y expresivas.

Aprender a aprender.

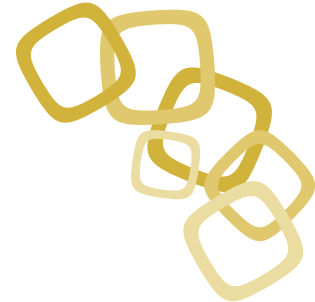
El área contribuye a esta competencia mediante el conocimiento de sí mismo y de las propias posibilidades y carencias como punto de partida del aprendizaje motor, desarrollando un repertorio variado que facilite su transferencia a tareas motrices más complejas. Ello permite el establecimiento de metas alcanzables cuya consecución genera autoconfianza. Al mismo tiempo, los proyectos comunes en actividades físicas colectivas facilitan la adquisición de recursos de cooperación.

Competencia digital.

En la medida en que los medios informáticos y audiovisuales ofrecen recursos cada vez más actuales para analizar y presentar infinidad de datos que pueden ser extraídos de las actividades físicas, deportivas, competiciones, etc, el uso de herramientas digitales que permiten la grabación y edición de eventos (fotografías, vídeos, etc.) suponen recursos para el estudio de distintas acciones llevadas a cabo.

Competencia en comunicación lingüística.

El área también contribuye en cierta medida a la adquisición de la *competencia en comunicación lingüística* ofreciendo gran variedad de intercambios comunicativos, del uso de las normas que los rigen y del vocabulario específico que el área aporta.



2. OBJETIVOS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.

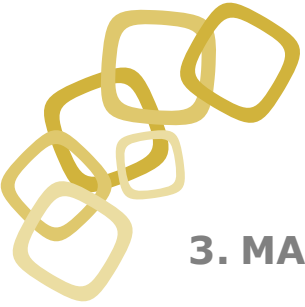
O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.

O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

O.EF.5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.

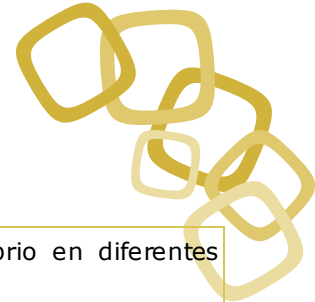
O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

O.EF.7. Utilizar las TIC como recurso de apoyo al área para acceder, indagar y compartir información relativa a la actividad física y el deporte.



3. MAPA DE DESEMPEÑO DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

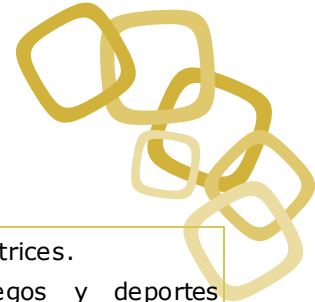
Objetivos del Área	Criterio de evaluación Ciclo 1	Criterio de evaluación Ciclo 2	Criterio de evaluación Ciclo 3	Criterio de evaluación Etapa	Estándares de aprendizaje
<p>O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y la relación del mismo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.</p> <p>O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.</p>	<p>C.E.1.1. Responder a situaciones motrices sencillas, identificando los movimientos (desplazamientos, lanzamientos, saltos, giros, equilibrios...)</p> <p>mediante la comprensión y conocimiento de sus posibilidades motrices y su intervención corporal ante la variedad de estímulos visuales, auditivos y táctiles.</p>	<p>C.E.2.1. Integrar y resolver satisfactoriamente variadas situaciones motrices, utilizando las habilidades perceptivo-motrices y básicas más apropiadas para una eficaz solución.</p>	<p>C.E.3.1. Aplicar las habilidades motrices básicas para resolver de forma eficaz situaciones de práctica motriz con variedad de estímulos y condicionantes espacio-temporales.</p>	<p>C.E.1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>STD.1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>STD.1.2. Adapta las habilidades motrices básicas de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artísticas expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>STD.1.3. Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.</p> <p>STD.1.4. Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas teniendo en cuenta los tres ejes corporales y los dos sentidos, y ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural</p>



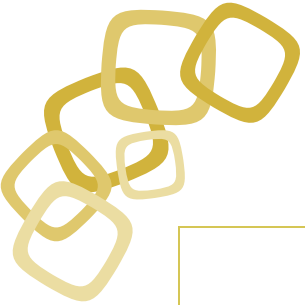
					<p>STD.1.5. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.</p> <p>STD.1.6. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.</p>
<p>O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y la relación del mismo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.</p> <p>O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.</p>	<p>C.E.1.2. Conocer recursos expresivos del cuerpo a través de bailes y danzas sencillas, coreografías simples o pequeños musicales y simbolizar, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, ideas sencillas, emociones y sentimientos.</p>	<p>C.E.2.2. Indagar y utilizar el cuerpo como recurso expresivo para comunicarse con otros, representando personajes, ideas y sentimientos, desarrollando ámbitos competenciales creativos y comunicativos.</p>	<p>C.E.3.2. Crear representaciones utilizando el cuerpo y el movimiento como recursos expresivos, demostrando la capacidad para comunicar mensajes, ideas, sensaciones y pequeñas coreografías con especial énfasis en el rico contexto cultural andaluz.</p>	<p>C.E.2. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.</p>	<p>STD.2.1. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.</p> <p>STD.2.2. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.</p> <p>STD.2.3. Conoce y lleva a cabo bailes y danzas sencillas representativas de distintas culturas y distintas épocas, siguiendo una coreografía establecida.</p> <p>STD.2.4. Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales</p>
<p>O.EF.5. Desarrollar, a través del juego, actitudes y hábitos de</p>	<p>C.E.1.3. Identificar, comprender y respetar las normas</p>	<p>C.E.2.3. Identificar y utilizar estrategias básicas de juegos y</p>	<p>C.E.3.3. Elegir y utilizar adecuadamente las</p>	<p>C.E.3. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y</p>	<p>STD.3.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones</p>



<p>tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razón de género, culturales y sociales.</p> <p>O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.</p>	<p>y reglas de los juegos y actividades físicas, mientras se participa, favoreciendo las buenas relaciones entre compañeros/as.</p>	<p>actividades físicas para interaccionar de forma individual, coordinada y cooperativa, resolviendo los retos presentados por la acción jugada.</p>	<p>estrategias de juegos y de actividades físicas relacionadas con la cooperación, la oposición y la combinación de ambas, para resolver los retos tácticos implícitos en esos juegos y actividades.</p>	<p>de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.</p>	<p>motrices.</p> <p>STD.3.2. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.</p>
<p>O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y conocimiento de la estructura y</p>		<p>C.E.2.4. Poner en uso, durante el desarrollo de actividades físicas y artístico-expresivas, la conexión de</p>	<p>C.E.3.4. Relacionar los conceptos específicos de educación física con los de otras áreas al practicar actividades</p>	<p>C.E.4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas con la</p>	<p>STD.4.1. Identifica la capacidad física básica implicada de forma más significativa en los ejercicios.</p> <p>STD.4.2. Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la</p>



<p>funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.</p> <p>O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.</p>		<p>conceptos propios de educación física con los aprendidos en otras áreas y las distintas competencias.</p>	<p>motrices y artístico-expresivas.</p>	<p>práctica de actividades físico deportivas y artístico expresivas.</p>	<p>mejora de las habilidades motrices.</p> <p>STD.4.3. Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación y de oposición.</p> <p>STD.4.4. Comprende la explicación y describe los ejercicios realizados, usando los términos y conocimientos que sobre el aparato locomotor se desarrollan en el área de ciencias de la naturaleza.</p>
<p>O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.</p>	<p>C.E.1.4. Mostrar interés por adquirir buenos hábitos relacionados con la salud y el bienestar, tomando conciencia de la importancia de una buena alimentación e higiene corporal.</p>	<p>C.E.2.5. Tomar conciencia de los efectos saludables derivados de la actividad física relacionados con hábitos posturales y alimentarios, además de consolidar hábitos de higiene corporal</p>	<p>C.E.3.5 Reconocer e interiorizar los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y valorar la importancia de una alimentación sana, hábitos posturales correctos y una higiene corporal</p>	<p>C.E.5. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.</p>	<p>STD.5.1. Tiene interés por mejorar las capacidades físicas.</p> <p>STD.5.2. Relaciona los principales hábitos de alimentación con la actividad física (horarios de comidas, calidad/cantidad de los alimentos ingeridos, etc...).</p> <p>STD.5.3. Identifica los efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud.</p> <p>STD.5.4. Describe los efectos negativos del sedentarismo, de una dieta desequilibrada y del consumo de alcohol, tabaco y otras</p>



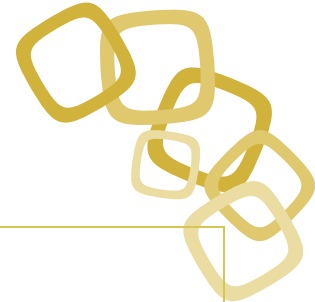
		teniendo en cuenta las características de nuestra comunidad en estos aspectos, por ejemplo la dieta mediterránea y el clima caluroso.	responsable.		sustancias. STD.5.5. Realiza los calentamientos valorando su función preventiva.
<p>O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.</p> <p>O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.</p>	C.E.1.5. Mostrar interés por mejorar la competencia motriz y participar en actividades diversas.	C.E.2.6. Investigar, elaborar y aplicar propuestas para aumentar la condición física, pariendo de sus posibilidades.	C.E.3.6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.	C.E.6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.	<p>STD.6.1. Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud.</p> <p>STD.6.2. Identifica su frecuencia cardíaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo.</p> <p>STD.6.3. Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.</p> <p>STD.6.4. Identifica su nivel comparando los resultados obtenidos en pruebas de valoración de las capacidades físicas y coordinativas con los valores correspondientes a su edad.</p>



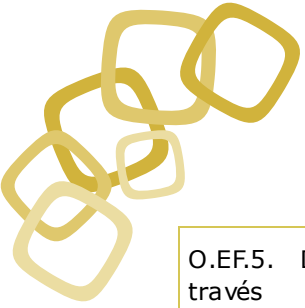
O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y la relación del mismo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.	C.E.1.6. Tomar conciencia y reconocer el propio cuerpo y el de los demás, mostrando respeto y aceptación por ambos.	C.E.2.7. Valorar y aceptar la propia realidad corporal y la de otros, desde una perspectiva respetuosa que favorezca relaciones constructivas.	C.E.3.7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.	C.E.7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.	STD.7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase. STD.7.2. Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.
O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.	C.E.1.7. Descubrir y distinguir las diversas actividades que se pueden desarrollar a partir de la Educación física.	C.E.2.8. Valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas, creando gustos y aficiones personales hacia ellas, practicándolas tanto dentro como fuera de la escuela y el entorno más cercano.	C.E.3.8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas que se pueden realizar en la Comunidad Autónoma de Andalucía.	C.E.8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.	STD.8.1. Expone las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza. STD.8.2. Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.
O.EF.5. Desarrollar, a través del juego, actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia,	C.E.1.8. Tomar conciencia de situaciones conflictivas que puedan surgir en actividades físicas de distinta índole.	C.E.2.9. Reflexionar sobre las situaciones conflictivas que surgen en la práctica, opinando coherente y críticamente, y respetando el punto de vista de las	C.E.3.9. Mostrar una actitud de rechazo hacia los comportamientos antisociales derivadas de situaciones conflictivas.	C.E.9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas,	STD.9.1. Adopta una actitud crítica ante las modas y la imagen corporal de los modelos publicitarios. STD.9.2. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo. STD.9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.



ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razón de género, culturales y sociales.		demás personas para llegar a una solución.		participando en debates, aceptando las opiniones de los demás.	STD.9.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.
O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.	C.E.1.9. Demostrar actitudes de cuidado hacia el entorno y el lugar en el que realizamos los juegos y actividades, siendo conscientes y preocupándose por el medio donde se desarrollan y valorando la variedad de posibilidades que le brinda el clima y el entorno de Andalucía.	C.E.2.10. Mostrar actitudes consolidadas de respeto, cada vez más autónomas y constructivas, hacia el medio ambiente en las actividades realizadas al aire libre.	C.E.3.10. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.	C.E.10. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.	STD.10.1 Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se genera en las actividades en el medio natural. STD.10.2. Utiliza los espacios naturales respetando la flora y la fauna del lugar.
O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, adoptar	C.E.1.10. Reconocer posibles riesgos en la práctica de la actividad física derivados de los materiales y	C.E.2.11. Desarrollar una actitud que permita evitar riesgos en la práctica de juegos y actividades motrices, realizando	C.E.3.11. Mostrar la responsabilidad y la precaución necesarias en la realización de actividades físicas, evitando riesgos a	C.E.11. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la	STD.11.1 Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios.



<p>actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.</p>	<p>espacios.</p>	<p>un correcto calentamiento previo y medidas de seguridad para la actividad física, y estableciendo descansos adecuados para una correcta recuperación ante los efectos de un esfuerzo.</p>	<p>través de la prevención y las medidas de seguridad.</p>	<p>realización de la práctica de la actividad física.</p>	
<p>O.EF.7. Utilizar las TIC como recurso de apoyo al área para acceder, indagar y compartir información relativa a la actividad física y el deporte.</p>	<p>C.E.1:11. Iniciarse en trabajos de investigación utilizando recursos de las tecnologías de la información y la comunicación.</p>	<p>C.E.2.12. Inferir pautas y realizar pequeños trabajos de investigación dentro de la Educación Física sobre aspectos trabajados en ella, utilizando diversas fuentes y destacando las tecnologías de la información y comunicación, sacando conclusiones personales sobre la información elaborada.</p>	<p>C.E.3.12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa y compartirla utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área y elemento de desarrollo competencial.</p>	<p>C.E.12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa, y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.</p>	<p>STD.12.1 Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.</p> <p>STD.12.2. Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.</p> <p>STD.12.3. Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones y respeta las opiniones de los demás.</p>



<p>O.EF.5. Desarrollar, a través del juego, actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razón de género, culturales y sociales.</p>	<p>C.E.1.12. Valorar y respetar a las otras personas que participan en las actividades, mostrando comprensión y respetando las normas. Valorar el juego como medio de disfrute y de relación con los demás</p>	<p>C.E.2.13. Participar en juegos, deportes y actividades físicas estableciendo relaciones constructivas en virtud a muestras de respeto mutuo. Interiorizar una cultura de juego limpio y aceptar las normas..</p>	<p>C.E.3.13. Poner por encima de los propios intereses y resultados (perder o ganar) el trabajo en equipo, el juego limpio y las relaciones personales que se establecen en la práctica de juegos y actividades físicas.</p>	<p>C.E.13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.</p>	<p>STD.13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz. STD.13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad STD.13.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo. STD.13.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases. STD.13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.</p>
--	--	---	--	--	---



Tercer Ciclo

Criterio de evaluación:

C.E.3.1. Aplicar las habilidades motrices básicas para resolver de forma eficaz situaciones de práctica motriz con variedad de estímulos y condicionantes espacio-temporales.

Orientaciones y ejemplificaciones:

Se pretende evaluar la capacidad de resolver problemas motores y de aplicar las habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos, recepciones, transporte y conducciones) a condiciones cada vez más complejas. Estas habilidades se pueden llevar a cabo mediante audio-circuitos, narraciones de historias a través de las cuales se interioriza una serie de instrucciones para ponerlas en práctica en diversos circuitos. También se pueden trabajar mediante "olimpiadas" que pongan en juego distintas habilidades motrices (lanzamientos, desplazamientos, saltos, etc.)

Objetivos del área para la etapa:

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, las habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.

Contenidos: Bloque 1: "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices"

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.
- 1.4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.
- 1.5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- 1.6. Ejecución de movimientos sin demasiada dificultad con los segmentos corporales no dominantes.
- 1.7. Equilibrio estático y dinámico en situaciones con cierta complejidad.
- 1.8. Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que impliquen variaciones de velocidad, trayectoria, evoluciones grupales.
- 1.10. Adaptación y resolución de la ejecución de las habilidades motrices a resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.
- 1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

Competencias:

CAA, SIEP

Indicadores:

EF.3.1.1. Aplica las habilidades motrices básicas para resolver, de forma eficaz, situaciones de práctica motriz con variedad de estímulos y condicionantes espacio-temporales. (CAA, SIEP).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.2. Crear representaciones utilizando el cuerpo y el movimiento como recursos expresivos, demostrando la capacidad para comunicar mensajes, ideas, sensaciones y pequeñas coreografías con especial énfasis en el rico contexto cultural andaluz.

Orientaciones y ejemplificaciones:

La intención es valorar la capacidad para comunicar de forma comprensible, tanto individual como colectivamente, sensaciones, mensajes, ideas...; ayudándose para ello del gesto, mímica y el movimiento. Se pueden realizar tareas que parten de un lugar imaginario (castillo, selva, zoológico...), en las que se interactúa de forma figurativa como los personajes que actúan y viven en ese lugar. También podemos utilizar el cine mudo como herramienta para alcanzar estas capacidades comunicativas y expresivas, ¿seríamos capaces de representar una obra de teatro imitando este género del cine?

Objetivos del área para la etapa:

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices con el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.

Contenidos:**Bloque 1: "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices"**

1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.

1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.

1.9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando autonomía personal y autoestima y confianza en sí mismo y en los demás.

Bloque 3: "La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz"

3.1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.

3.2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.

3.3. Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales, en bailes y danzas sencillos.

3.4. Identificación y disfrute de la práctica de bailes populares autóctonos de gran riqueza en Andalucía, con especial atención al flamenco y los procedentes de otras culturas.

3.5. Experimentación y marcado, a través de movimientos y los recursos expresivos del cuerpo, de aquellos palos flamencos más representativos de Andalucía.

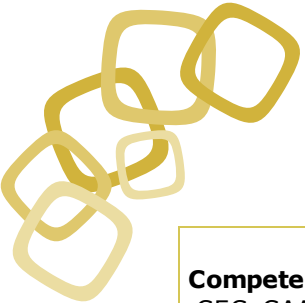
3.6. Comprensión, expresión y comunicación de mensajes, sentimientos y emociones a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con espontaneidad y creatividad, de manera individual o colectiva.

3.7. Disfrute y experimentación con improvisaciones artísticas con el lenguaje corporal a través de improvisaciones artísticas y con la ayuda de objetos y materiales.

3.8. Escenificación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización de técnicas expresivas.

3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.

3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.



Competencias:
CEC, CAA

Indicadores:

EF.3.2.1. Crea representaciones utilizando el cuerpo y el movimiento como recursos expresivos. (CAA, CEC).
EF.3.2.2. Comunica mensajes, ideas, sensaciones y participa en pequeñas coreografías, utilizando el cuerpo y el movimiento como recursos expresivos y con especial énfasis en el rico contexto cultural andaluz. (CEC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.3. Elegir y utilizar adecuadamente las estrategias de juegos y de actividades físicas relacionadas con la cooperación, la oposición y la combinación de ambas, para resolver los retos tácticos implícitos en esos juegos y actividades.

Orientaciones y ejemplificaciones:

Se pretende evaluar las interacciones en situaciones de juego. Se trata de observar las acciones de ayuda y colaboración entre los miembros de un equipo. Se observarán además acciones de oposición como la interceptación del móvil o dificultar el avance del oponente. También se tendrá en cuenta cómo se colocan los jugadores o jugadoras en el terreno de juego, si facilitan o no las acciones de cooperación y oposición. Para observar tales fines puede venir muy bien la organización de campeonatos de diferentes deportes (fútbol, baloncesto, balonmano...) que sirva para la reflexión, la mejora grupal y la participación activa.

Objetivos del área para la etapa:

O.EF.5 Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razón de género, culturales y sociales.

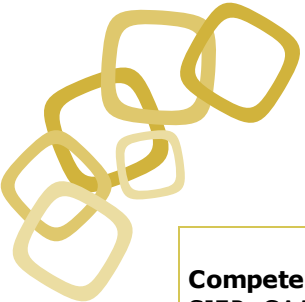
O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

Contenidos: Bloque 1: "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices"

- 1.5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- 1.6. Ejecución de movimientos sin demasiada dificultad con los segmentos corporales no dominantes.
- 1.7. Equilibrio estático y dinámico en situaciones con cierta complejidad.
- 1.8. Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que impliquen variaciones de velocidad, trayectoria, evoluciones grupales.
- 1.10. Adaptación y resolución de la ejecución de las habilidades motrices a resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.
- 1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

Bloque 4: "El juego y deporte escolar"

- 4.1. Investigación, reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.
- 4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- 4.3. Práctica de juegos y actividades pre-deportivas con o sin implemento.
- 4.4. Adaptación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.
- 4.5. Conocimiento y uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- 4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- 4.9. Aprecio del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.
- 4.10. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.
- 4.11. Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.
- 4.12. Valoración del juego y las actividades deportivas. Participación activa en tareas motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.
- 4.13. Experimentación de juegos populares, tradicionales de distintas culturas y autóctonos con incidencia en la riqueza lúdico-cultural de Andalucía.
- 4.14. Investigación y aprecio por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.



Competencias:
SIEP, CAA

Indicadores:

EF.3.3.1. Elige y utiliza adecuadamente las estrategias de juegos y de actividades físicas relacionadas con la cooperación, la oposición y la combinación de ambas para resolver los retos tácticos implícitos en esos juegos y actividades. (CAA, SIEP).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.4. Relacionar los conceptos específicos de Educación física con los de otras áreas al practicar actividades motrices y artístico-expresivas.

Orientaciones y ejemplificaciones:

En el área de Educación física se trabajan multitud de conceptos mediante juegos y actividades motrices. A través de estos elementos curriculares se pretende evaluar si se es capaz de relacionar los conceptos aprendidos en otras áreas con la práctica que se realiza. Lenguaje, Matemáticas, Naturales, Sociales, Artística y Ciudadanía son áreas cuyos contenidos se pueden relacionar perfectamente con Educación física a través de juegos, actividades motrices, trabajos, exposiciones, representaciones, etc..

Objetivos del área para la etapa:

O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, las habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.

O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.

Contenidos: Bloque 1: "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices"

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.
- 1.5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- 1.10. Adaptación y resolución de la ejecución de las habilidades motrices a resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.
- 1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

Bloque 2: "La Educación Física como favorecedora de salud"

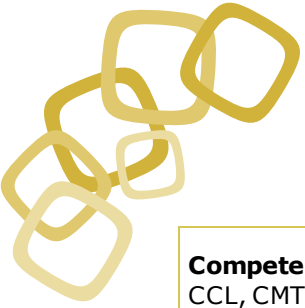
- 2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
- 2.8. Aprecio de dietas sanas y equilibradas, con especial incidencia en la dieta mediterránea. Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación (obesidad, "vigorexia", anorexia y bulimia).

Bloque 3: "La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz"

- 3.1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.
- 3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.
- 3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.

Bloque 4: "El juego y deporte escolar"

- 4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- 4.3. Práctica de juegos y actividades pre-deportivas con o sin implemento.
- 4.5. Conocimiento y uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- 4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- 4.7. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.
- 4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- 4.10. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.

**Competencias:**

CCL, CMT, CAA, CSYC, CEC

Indicadores:

EF.3.4.1. Relaciona los conceptos específicos de educación física con los de otras áreas al practicar actividades motrices y artístico-expresivas. (CCL, CMT, CAA, CSYC, CEC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.5 Reconocer e interiorizar los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y valorar la importancia de una alimentación sana, hábitos posturales correctos y una higiene corporal responsable.

Orientaciones y ejemplificaciones:

Es importante saber si se establecen relaciones entre lo aprendido y la puesta en práctica de hábitos saludables y para ello se pueden utilizar estos elementos curriculares. Se tendrá en cuenta la predisposición a realizar ejercicio físico evitando el sedentarismo, a mantener posturas correctas, a alimentarse de manera equilibrada y a asearse correctamente.

A través de un mural, expuesto en el aula, se pueden puntuar los hábitos saludables que se practican a lo largo de la semana (me siento correctamente en la silla, ayer comí fruta, traigo la bolsa de aseo, por la tarde jugué en la calle, después de jugar me lavo la cara y manos, etc.).

Objetivos del área para la etapa:

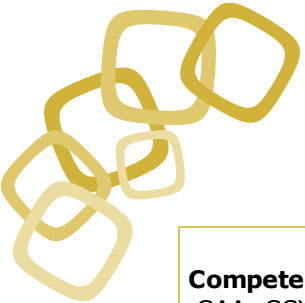
O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

Contenidos:**Bloque 1: "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices"**

- 1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.

Bloque 2: "La Educación Física como favorecedora de salud"

- 2.1. Consolidación de hábitos posturales y alimentarios saludables y autonomía en la higiene corporal.
- 2.2. Valoración de los efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables.
- 2.3. Indagación y experimentación del acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad, desarrollo de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza y la velocidad.
- 2.4. Sensibilización con la prevención de lesiones en la actividad física. Conocimiento y puesta en práctica de distintos tipos de calentamiento, funciones y características.
- 2.5. Valoración del calentamiento, dosificación del esfuerzo y recuperación necesarios para prevenir lesiones. Aprecio de la "Vuelta a la calma", funciones y sus características.
- 2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
- 2.7. Identificación y aplicación de medidas básicas de prevención y medidas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso correcto de materiales y espacios.
- 2.8. Aprecio de dietas sanas y equilibradas, con especial incidencia en la dieta mediterránea. Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación (obesidad, "vigorexia", anorexia y bulimia.)
- 2.9. Valoración y aprecio de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud.
- 2.10. Desarrollo adecuado de las capacidades físicas orientadas a la salud.
- 2.11. Preparación autónoma de ropa y calzado adecuados para su uso en una práctica concreta.



Competencias:
CAA, CSYC

Indicadores:

EF.3.5.1. Reconoce e interioriza los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud. (CAA).
EF.3.5.2. Valora la importancia de una alimentación sana, hábitos posturales correctos y una higiene corporal responsable. (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.

Orientaciones y ejemplificaciones:

Se observará el interés por mantener conductas activas que conduzcan hacia una mejora de las capacidades físicas sabiendo dosificar la intensidad y la duración de un esfuerzo realizado adaptando el ejercicio a las propias posibilidades y limitaciones.

Se puede prestar atención a esta capacidad a través de un diario en el que se anota los registros, las dificultades, el cómo responder a una situación, cómo se va apreciando el bienestar, qué limitaciones se ha encontrado, etc.

Objetivos del área para la etapa:

O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, las habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.

O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

Contenidos:**Bloque 1: "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices"**

1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.

1.9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando una autonomía personal y autoestima y confianza en sí mismo y en los demás.

1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

Bloque 2: "La Educación Física como favorecedora de salud"

2.2. Valoración de los efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables.

2.9. Valoración y aprecio de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud.

2.10. Desarrollo adecuado de las capacidades físicas orientadas a la salud.

Bloque 4: "El juego y deporte escolar"

4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.

4.9. Aprecio del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.

4.11. Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.

4.12. Valoración del juego y las actividades deportivas. Participación activa en tareas motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.

4.14. Investigación y aprecio por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.

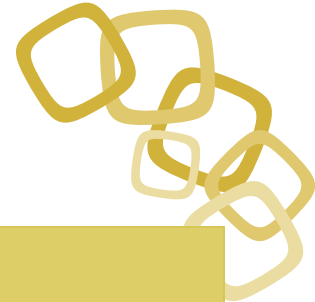
**Competencias:**

CAA

Indicadores:

EF.3.6.1. Mejora el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo (CAA).

EF.3.6.2. Tiene en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud para mejorar el nivel de sus capacidades físicas. (CAA).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica .

Orientaciones y ejemplificaciones:

Con estos elementos curriculares se pretende tener en cuenta la reflexión que se realiza de la propia realidad corporal y la de otras personas. A través de la observación se evaluará si se acepta y valora el propio cuerpo así como el de otros. Se atenderá a las habilidades sociales como tener en cuenta a las demás personas, evitar discriminaciones, respetar diferentes opiniones y posibilidades motrices de otros o evitar estereotipos y prejuicios. Esta perspectiva se puede reflejar a través de un pasaporte en el que, a lo largo del curso, se anota con qué compañeros o compañeras se ha formado parejas y grupos para realizar una actividad.

Objetivos del área para la etapa:

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

Contenidos:**Bloque 1: "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices"**

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.
- 1.4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.
- 1.5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- 1.6. Ejecución de movimientos sin demasiada dificultad con los segmentos corporales no dominantes.
- 1.7. Equilibrio estático y dinámico en situaciones con cierta complejidad.
- 1.8. Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que impliquen variaciones de velocidad, trayectoria, evoluciones grupales.
- 1.9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando autonomía personal y autoestima y confianza en sí mismo y en los demás.
- 1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

Competencias:

CSYC

Indicadores:

EF.3.7.1. Valora, acepta y respeta la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica. (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas que se pueden realizar en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

Orientaciones y ejemplificaciones:

Teniendo como referente el entorno andaluz se pretende que se adquiera un amplio conocimiento de juegos y actividades artísticas y deportivas y que, mediante la práctica de las mismas, se valore el trabajo en equipo, la satisfacción y bienestar de su desarrollo, las relaciones personales y el carácter integrador entre los participantes. Este conocimiento de juegos puede quedar reflejado a través de la elaboración de una guía, en la que se recopilen todas las actividades realizadas durante el curso, incluso si se practican fuera de la escuela.

Objetivos del área para la etapa:

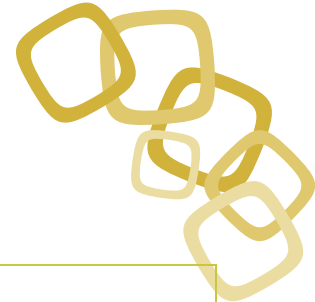
O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

Contenidos: Bloque 3: "La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz"

- 3.1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.
- 3.2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.
- 3.3. Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales, en bailes y danzas sencillos.
- 3.4. Identificación y disfrute de la práctica de bailes populares autóctonos de gran riqueza en Andalucía, con especial atención al flamenco y los procedentes de otras culturas.
- 3.5. Experimentación y marcado, a través de movimientos y los recursos expresivos del cuerpo, de aquellos palos flamencos más representativos de Andalucía.
- 3.8. Escenificación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización de técnicas expresivas.

Bloque 4: "El juego y deporte escolar"

- 4.1. Investigación, reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.
- 4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- 4.3. Práctica de juegos y actividades pre-deportivas con o sin implemento.
- 4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- 4.7. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.
- 4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- 4.10. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.
- 4.11. Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.
- 4.12. Valoración del juego y las actividades deportivas. Participación activa en tareas motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.
- 4.13. Experimentación de juegos populares, tradicionales de distintas culturas y autóctonos con incidencia en la riqueza lúdico-cultural de Andalucía.



Competencias:
CSYC, CEC

Indicadores:
EF.3.8.1. Conoce y valora la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas que se pueden realizar en la Comunidad Autónoma andaluza. (CSYC, CEC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.9 Mostrar una actitud de rechazo hacia los comportamientos antisociales derivadas de situaciones conflictivas.

Orientaciones y ejemplificaciones:

Al realizarse actividades físicas y motrices pueden dar lugar a situaciones conflictivas: no saber perder, no respetar al que gana, burlarse del que pierde, discriminar e insultar al que no tiene gran dominio motriz, no respetar normas y reglas del juego. Todas estas situaciones deben ser evitadas. Se comprobará si se muestra la actitud contraria y de rechazo a estos comportamientos antisociales. Además se tendrá en cuenta la participación, interés y actitud por dialogar y debatir para mantener y procurar un ambiente positivo y sano con los demás. La fase "vuelta a la calma" es un buen momento para dialogar y mantener pequeños debates de las circunstancias y momentos difíciles que se han producido durante la clase.

Objetivos del área para la etapa:

O.EF.5 Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razón de género, culturales y sociales.

Contenidos: Bloque 3: "La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz"

3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.

3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.

Bloque 4: "El juego y deporte escolar"

4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.

4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.

Competencias:

CCL, CSYC

Indicadores:

EF.3.9.1. Participa en debates respetando las opiniones de otros (CCL).

EF.3.9.2. Expresa una actitud de rechazo hacia los comportamientos antisociales derivadas de situaciones conflictivas. (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.10. Manifiestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.

Orientaciones y ejemplificaciones:

Realizar juegos y actividades al aire libre repitiendo el entorno y el medio en el que se realizan. Se tendrán en cuenta las acciones como recoger y no arrojar basura, respetar y cuidar las especies vegetales, posibles efectos contaminantes... Las actividades extraescolares, en las que se mantiene una convivencia con la comunidad educativa del centro, son buen momento para comprobar todos y cada uno sabemos respetar el entorno y la naturaleza circundante.

Objetivos del área para la etapa:

O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

Contenidos: Bloque 1: "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices"

1.4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.

Bloque 2: "La Educación Física como favorecedora de salud"

2.11. Preparación autónoma de ropa y calzado adecuados para su uso en una práctica concreta.

Bloque 4: "El juego y deporte escolar"

4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.

4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.

4.7. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.

Competencias:

CMT, CSYC

Indicadores:

EF.3.10.1. Manifiesta respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre. (CMT, CSYC).

EF.3.10.2. Identifica y realiza acciones concretas dirigidas a la preservación del entorno y el medio natural. (CMT, CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.11. Mostrar la responsabilidad y la precaución necesarias en la realización de actividades físicas, evitando riesgos a través de la prevención y las medidas de seguridad.

Orientaciones y ejemplificaciones:

Estos elementos curriculares están orientados a evaluar la responsabilidad y capacidad para prevenir posibles accidentes y riesgos mientras se realizan actividades físicas. Un correcto calentamiento acorde con la actividad a realizar, los materiales y ropa a utilizar y un comportamiento responsable y seguro mientras se desarrolla la práctica son algunos aspectos a observar. Todas estas observaciones se pueden recoger en un decálogo que diferencie acuerdos y aclaraciones para evitar todos los riesgos posibles durante la ejecución y práctica de actividades físicas.

Objetivos del área para la etapa:

O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

Contenidos: Bloque 1: "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices"

1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.

1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.

Bloque 2: "La Educación Física como favorecedora de salud"

2.1. Consolidación de hábitos posturales y alimentarios saludables y autonomía en la higiene corporal.

2.4. Sensibilización con la prevención de lesiones en la actividad física. Conocimiento y puesta en práctica de distintos tipos de calentamiento, funciones y características.

2.5. Valoración del calentamiento, dosificación del esfuerzo y recuperación necesarios para prevenir lesiones. Aprecio de la "Vuelta a la calma", funciones y sus características.

2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.

2.7. Identificación y aplicación de medidas básicas de prevención y medidas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso correcto de materiales y espacios.

Competencias:

CSYC, SIEP

Indicadores:

EF.3.11.1. Muestra la responsabilidad y la precaución necesarias en la realización de actividades físicas. (SIEP).

EF.3.11.2. Evita riesgos a través de la prevención y las medidas de seguridad. (CSYC, SIEP).



Criterio de evaluación:

C.E.3.12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa y compartirla utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área y elemento de desarrollo competencial.

Orientaciones y ejemplificaciones:

Con este conjunto de elementos curriculares se pretende valorar cómo se extrae información utilizando las TIC para realizar actividades y compartirlas. Así pues, todos los trabajos de investigación, presentaciones digitales y actividades con enfoque TIC son buenas herramientas para desarrollar estos elementos curriculares, destacando el papel de la lectura comprensiva como recurso para acceder a la información.

Objetivos del área para la etapa:

O.EF.7.
Utilizar las TIC como recurso de apoyo al área para acceder, indagar y compartir información relativa a la actividad física y el deporte

Contenidos: Bloque 1: "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices"

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.

Bloque 2: "La Educación Física como favorecedora de salud"

- 2.2. Valoración de los efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables.
- 2.3. Indagación y experimentación del acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad, desarrollo de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza y la velocidad.
- 2.4. Sensibilización con la prevención de lesiones en la actividad física. Conocimiento y puesta en práctica de distintos tipos de calentamiento, funciones y características.
- 2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
- 2.8. Aprecio de dietas sanas y equilibradas, con especial incidencia en la dieta mediterránea. Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación (obesidad, "vigorexia", anorexia y bulimia).

Bloque 3: "La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz"

- 3.2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.
- 3.4. Identificación y disfrute de la práctica de bailes populares autóctonos de gran riqueza en Andalucía, con especial atención al flamenco y los procedentes de otras culturas.

Bloque 4: "El juego y deporte escolar"

- 4.1. Investigación, reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.
- 4.5. Conocimiento y uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- 4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- 4.13. Experimentación de juegos populares, tradicionales de distintas culturas y autóctonos con incidencia en la riqueza lúdico-cultural de Andalucía.
- 4.14. Investigación y aprecio por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.

Competencias:
CCL, CD, CAA

Indicadores:

- EF.3.12.1. Extrae, elabora y comparte información relacionada con temas de interés en la etapa. (CCL, CD).
- EF.3.12.2. Utiliza fuentes de información determinadas y hace uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área y elemento de desarrollo competencial. (CCL, CD, CAA).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.13. Poner por encima de los propios intereses y resultados (perder o ganar) el trabajo en equipo, el juego limpio y las relaciones personales que se establecen en la práctica de juegos y actividades físicas.

Orientaciones y ejemplificaciones:

Se observará la participación activa en el juego y actividades físicas demostrando interés por el juego limpio y el respeto a normas y reglas, priorizando el cumplimiento de las mismas antes que las trampas y el deseo de ganar. Se atenderá al interés por favorecer las buenas relaciones entre los participantes, desarrollar una práctica no discriminatoria y el trabajo en equipo.

Estas ideas se pueden reflejar en carteles de clase (tipo rúbricas) en los que se constatarán buenas prácticas, de forma que una vez alcanzado el número acordado se realice una sesión con los juegos y actividades que más han gustado de la unidad.

Objetivos del área para la etapa:

O.EF.5 Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razón de género, culturales y sociales.

Contenidos: Bloque 4: "El juego y deporte escolar"

4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
4.9. Aprecio del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.
4.10. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.
4.11. Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.

Competencias clave:

CSYC

Indicadores:

EF.3.13.1. Pone por encima de los propios intereses y resultados (perder o ganar) el trabajo en equipo, el juego limpio y las relaciones personales que se establecen en la práctica de juegos y actividades físicas. (CSYC).



Tercer Ciclo

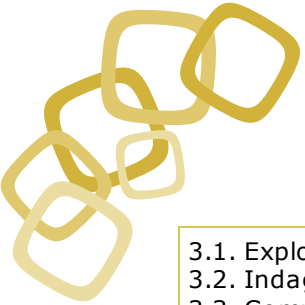
Bloque 1: "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices"

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.
- 1.4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.
- 1.5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- 1.6. Ejecución de movimientos sin demasiada dificultad con los segmentos corporales no dominantes.
- 1.7. Equilibrio estático y dinámico en situaciones con cierta complejidad.
- 1.8. Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que impliquen variaciones de velocidad, trayectoria, evoluciones grupales.
- 1.9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando autonomía personal y autoestima y confianza en sí mismo y en los demás.
- 1.10. Adaptación y resolución de la ejecución de las habilidades motrices a resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.
- 1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

Bloque 2: "La Educación Física como favorecedora de salud"

- 2.1. Consolidación de hábitos posturales y alimentarios saludables y autonomía en la higiene corporal.
- 2.2. Valoración de los efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables.
- 2.3. Indagación y experimentación del acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad, desarrollo de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza y la velocidad.
- 2.4. Sensibilización con la prevención de lesiones en la actividad física. Conocimiento y puesta en práctica de distintos tipos de calentamiento, funciones y características.
- 2.5. Valoración del calentamiento, dosificación del esfuerzo y recuperación necesarios para prevenir lesiones. Aprecio de la "Vuelta a la calma", funciones y sus características.
- 2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
- 2.7. Identificación y aplicación de medidas básicas de prevención y medidas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso correcto de materiales y espacios.
- 2.8. Aprecio de dietas sanas y equilibradas, con especial incidencia en la dieta mediterránea. Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación (obesidad, "vigorexia", anorexia y bulimia).
- 2.9. Valoración y aprecio de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud.
- 2.10. Desarrollo adecuado de las capacidades físicas orientadas a la salud.
- 2.11. Preparación autónoma de ropa y calzado adecuados para su uso en una práctica concreta.

Bloque 3: "La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz"



- 3.1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.
- 3.2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.
- 3.3. Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales, en bailes y danzas sencillos.
- 3.4. Identificación y disfrute de la práctica de bailes populares autóctonos de gran riqueza en Andalucía, con especial atención al flamenco y los procedentes de otras culturas.
- 3.5. Experimentación y marcado, a través de movimientos y los recursos expresivos del cuerpo, de aquellos palos flamencos más representativos de Andalucía.
- 3.6. Comprensión, expresión y comunicación de mensajes, sentimientos y emociones a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con espontaneidad y creatividad, de manera individual o colectiva.
- 3.7. Disfrute y experimentación del lenguaje corporal a través de improvisaciones artísticas y con la ayuda de objetos y materiales.
- 3.8. Escenificación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización de técnicas expresivas.
- 3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.
- 3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.

Bloque 4: "El juego y deporte escolar"

- 4.1. Investigación, reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.
- 4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- 4.3. Práctica de juegos y actividades pre-deportivas con o sin implemento.
- 4.4. Adaptación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.
- 4.5. Conocimiento y uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- 4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- 4.7. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.
- 4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- 4.9. Aprecio del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.
- 4.10. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.
- 4.11. Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.
- 4.12. Valoración del juego y las actividades deportivas. Participación activa en tareas motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.
- 4.13. Experimentación de juegos populares, tradicionales de distintas culturas y autóctonos con incidencia en la riqueza lúdico-cultural de Andalucía.
- 4.14. Investigación y aprecio por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.