

---

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA**  
**Educación Secundaria**  
**Obligatoria.**

---

**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA.**  
**CURSO 2023/2024.**

**I.E.S AL-FAKAR**  
**JEFA DE DEPARTAMENTO**  
**M<sup>a</sup> ÁNGELES BENJUMEA**  
**ÁLVAREZ**

## 1. Descripción del departamento didáctico.

(Artículo 92. Departamentos de coordinación didáctica del Decreto 327/2010, de 13 de julio)

El departamento de Educación Física se constituye como el órgano básico encargado de organizar y desarrollar la enseñanza de la asignatura de Educación Física. Es unipersonal y está constituido por D<sup>a</sup> M<sup>a</sup> ÁNGELES BENJUMEA ÁLVAREZ, que imparte todos los niveles:

- 1ºESO A y B
- 2º ESO A, B y C.
- 3º ESO A y B.
- 4º ESO A y B.

## Los objetivos, los contenidos y su distribución temporal y los criterios de evaluación, posibilitando la adaptación de la secuenciación de contenidos a las características del centro y su entorno.

Anexo curricular de la Orden correspondiente (anexos II, III, IV y V de la Orden de Educación Secundaria de 30 de mayo de 2023)

### Objetivos Generales

**La Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y lasalumnas las capacidades que les permitan:**

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, 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 las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, incluidos los derivados por razón de distintas etnias, 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. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.
- f) 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.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

- h) Comprender y expresarse en la lengua castellana con corrección, tanto de forma oral, como escrita, utilizando textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada, aproximándose a un nivel A2 del Marco Común Europeo de Referencia de las Lenguas.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia de España, y específicamente de Castilla-La Mancha, así como su patrimonio artístico y cultural. Este conocimiento, valoración y respeto se extenderá también al resto de comunidades autónomas, en un contexto europeo y como parte de un entorno global mundial.
- k) 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. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. 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.
- l) Conocer los límites del planeta en el que vivimos y los medios a su alcance para procurar que los recursos prevalezcan en el espacio el máximo tiempo posible, abandonando el modelo de economía lineal seguido hasta el momento y adquiriendo hábitos de conducta y conocimientos propios de una economía circular.
- m) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación, conociendo y valorando las propias castellano-manchegas, los hitos y sus personajes y representantes más destacados.

## **Criterios de evaluación**

### Competencia específica 1.

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 y respetando la propia realidad e identidad corporal.

1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.

1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.

1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su

potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

#### Competencia específica 2.

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

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 de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.

2.3 Evidenciar 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 en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

#### Competencia específica 3.

3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

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, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

#### Competencia específica 4.

4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

4.2 Analizar objetivamente 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.

4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.

#### Competencia específica 5.

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o

acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.

5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

### **Saberes básicos.**

#### **A. Vida activa y saludable.**

– Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del *core* (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.

– Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

– Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

#### **B. Organización y gestión de la actividad física.**

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

– Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.

– La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

– Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

– Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

– Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).

#### **C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

– 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. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de

oposición. 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.

- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.

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

- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

#### D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

- 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.

#### E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.

- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.

- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

- Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).

- Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

#### F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.

- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour*, *skate* o similares).

- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos.

- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

**Competencia específica:** 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 del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

**Descriptor del perfil de salida** relacionados a esta competencia: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

PRIMER Y SEGUNDO CURSOS	TERCERO Y CUARTO CURSOS
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 y respetando la propia realidad e identidad corporal.	1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.
1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.
1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	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, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.
1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.
1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	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.
1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.



**Competencia específica:** 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.

**Descriptor del perfil de salida** relacionados a esta competencia: CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

#### PRIMER Y SEGUNDO CURSOS

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

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 de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.

2.3 Evidenciar 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 en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

#### TERCERO Y CUARTO CURSOS

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.

2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.

**Competencia específica:** 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.

**Descriptor del perfil de salida** relacionados a esta competencia: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

#### PRIMER Y SEGUNDO CURSOS

3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

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, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

#### TERCERO Y CUARTO CURSOS

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, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

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.

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 cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

**Competencia específica:** 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.

**Descriptor del perfil de salida** relacionados a esta competencia: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

PRIMER Y SEGUNDO CURSOS	TERCERO Y CUARTO CURSOS
4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico- expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.
4.2 Analizar objetivamente 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.	4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico- deportivo.
4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	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 técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.

**Competencia específica:** 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.

**Descriptor del perfil de salida** relacionados a esta competencia: STEM5, CC4, CE1, CE3.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

#### PRIMER Y SEGUNDO CURSOS

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.

5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

#### TERCERO Y CUARTO CURSOS

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

SABERES BÁSICOS: A. *Vida activa y saludable.*

PRIMER Y SEGUNDO CURSOS

- Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.
- Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.
- Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

TERCERO Y CUARTO CURSOS

- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.
- Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.
- Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

SABERES BÁSICOS: *B. Organización y gestión de la actividad física.*

PRIMER Y SEGUNDO CURSOS

- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).

TERCERO Y CUARTO CURSOS

- 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.
- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.
- 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. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones ante accidentes. 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 y similares).

**SABERES BÁSICOS: C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

**PRIMER Y SEGUNDO CURSOS**

- 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. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. 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.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas.
- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

**TERCERO Y CUARTO CURSOS**

- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. 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 o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. 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.
- 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 para resolverla adecuadamente.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.
- Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

**SABERES BÁSICOS: *D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.***

PRIMER Y SEGUNDO CURSOS	TERCERO Y CUARTO CURSOS
<p>– Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.</p> <p>Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.</p> <p>– Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.</p> <p>– Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.</p> <p>– 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>– Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.</p> <p>– Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.</p> <p>– Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</p> <p>– 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>

**SABERES BÁSICOS: *E. Manifestaciones de la cultura motriz.***

PRIMER Y SEGUNDO CURSOS	TERCERO Y CUARTO CURSOS
<p>– Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.</p> <p>– Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.</p> <p>– Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.</p> <p>– Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).</p> <p>– Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.</p>	<p>– Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</p> <p>– Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.</p> <p>– Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.</p> <p>– Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.</p> <p>– Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.</p>



**SABERES BÁSICOS: *F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.***

**PRIMER Y SEGUNDO CURSOS**

- Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate o similares).
- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos.
- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz. – Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

**TERCERO Y CUARTO CURSOS**

- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).
- 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.
- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

## 5. Contribución a las Competencias Clave.

Artículo 5. Objetivos de la etapa del Decreto 102/2023, de 9 de mayo.

Artículo 5. Objetivos de la etapa del Decreto 103/2023, de 9 de mayo. Anexo 1 . Perfil de salida de Decreto 102/2023, de 9 de mayo.

Anexo 1. Competencias clave del Decreto 103/2023, de 9 de mayo.

Anexos de las Órdenes donde se relacionan los descriptores operativos de las competencias clave con los objetivos de la etapa correspondiente (anexo VI de la Orden de Educación Secundaria de 30 de mayo).

El currículo de la asignatura de Educación Física, permite a todo el alumnado el desarrollo de todas las competencias clave, desde un enfoque significativo e integral, interrelacionando saberes conceptuales, saberes procedimentales, actitudes y valores propios de la materia. La contextualización de los aprendizajes y las metodologías activas que se ponen en juego garantizan las creencias, de la cultura y de la historia personal y colectiva, tanto de uno mismo como de los demás.

### **Competencia en comunicación lingüística**

Se desarrolla esta competencia desde varias perspectivas, pero, en todas ellas, gracias a la variedad de intercambios comunicativos que permite. Juegos de comunicación oral, exposiciones, resolución de retos cooperativos, comunicación en deporte de equipo...

### **Competencia plurilingüe**

Varios recursos que se proporcionan al alumnado serán en otros idiomas, esencialmente inglés. Esto es debido a que, en el ámbito recreativo y deportivo, gran parte de los textos, recursos y expresiones se encuentran en inglés.

Para ello se realizarán en clase explicaciones expositivas utilizando recursos en inglés, de esta manera, aunque la explicación se realice en español, el alumno ya va asociando conceptos y vocabulario a términos en inglés. Durante la práctica, ellos mismos tendrán que utilizar estas expresiones en inglés para referirse a actividades así nombradas o a partes, incluso nombres, de diferentes deportes.

### **Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)**

Ciertas actividades que se realizan en educación física pueden contribuir a desarrollar esta competencia (apreciación de distancias, trayectorias...). Exploración y conocimiento de otros medios, mejora de la salud y de la calidad de vida.

### **Competencia digital**

Por un lado, los alumnos/as aprenden a valorar críticamente los mensajes referidos al cuerpo, procedentes de los medios de información y comunicación, por otra parte el alumnado tiene que

ser capaz de hallar la información usando las TIC y utilizando diferentes aplicaciones para la mejora, por ejemplo de su nivel de condición física.

### **Competencia personal, social y de aprender a aprender.**

Es por todos conocida la capacidad del deporte y el juego para transmitir valores, ya que el trabajo en equipo y la capacidad para seguir las normas del propio deporte desarrollan en la persona su capacidad de cooperación, respeto, tolerancia, igualdad... y más valores que les serán de gran utilidad en su desarrollo y posterior paso por la vida adulta.

También dará en el alumno a través del aprendizaje de nuevos juegos y deportes, así como métodos y medios para la mejora de su salud a través de la práctica de actividad física y deporte y de las pautas para llevar una alimentación saludable, alejándose así, de todo aquello que sea nocivo o perjudicial para ellos.

### **Competencia ciudadana**

A partir de la interpretación y debate de fenómenos y problemas sociales contextualizados se elaboran respuestas, se toman decisiones y se interactúa con los demás, resolviendo conflictos partiendo de la tolerancia y el respeto, expresando y comprendiendo puntos de vista diferentes y mostrando empatía. La cooperación permanente favorecerá el bienestar personal y colectivo. El compromiso social y la disposición para la comunicación intercultural ayudarán a superar los prejuicios y a resolver los problemas que afectan al entorno escolar y a la comunidad, de manera activa, solidaria y constructiva. Así, se desarrollará el respeto de los valores y la intimidad de las personas.

### **Competencia emprendedora**

Desde el autoconocimiento, la autoestima, la autoconfianza, la autonomía, el interés y el esfuerzo, el estudiante aprenderá a saber elegir, planificar y gestionar diversos conocimientos, destrezas o habilidades y actitudes con criterio propio y con fines concretos. Desarrollará su capacidad para transformar las ideas en actos con iniciativa, creatividad e imaginación, a través de trabajos individuales y en equipo que le exigirán organizar, comunicar, presentar, representar, participar, negociar, gestionar recursos, delegar, tomar decisiones, evaluar, autoevaluar... Todo ello, aplicado en sí mismo y en los demás, llevando al plano social las decisiones individuales, entendiendo otras decisiones individuales distintas y mostrando las suyas con orden y respeto.

### **Competencia en conciencia y expresión culturales**

Nuestra materia se acerca a esta competencia apreciando la parte artística de ciertas ejecuciones motrices, entendiendo algunas manifestaciones de la motricidad humana como hechos culturales presentes en todas las culturas y civilizaciones.

### **Situaciones de aprendizaje.**

La metodología de la materia se basará en el desarrollo de diferentes situaciones de aprendizaje, que reconocerán al alumnado como agente de su propio aprendizaje y partirán de los centros de interés del alumnado, permitiéndoles construir el conocimiento con autonomía y creatividad desde sus propios aprendizajes y experiencias.

Estas situaciones de aprendizaje se desarrollarán a lo largo de las distintas unidades didácticas, y seguirán los principios básicos del Diseño Universal para el Aprendizaje, fomentando procesos pedagógicos flexibles y accesibles que se ajusten a las necesidades, características y diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado.

Partirán del planteamiento de unos objetivos claros y precisos que integren diversos saberes básicos. Además, propondrán tareas o actividades que favorezcan diferentes tipos de agrupamientos, desde el trabajo individual al trabajo en grupos.

## 1ºESO

TÍTULO	TEMPORALIZACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	COMPETENCIAS ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
Comenzamos a trabajar nuestra condición física	Septiembre / octubre / noviembre	CCL / CP / CMCT / CD / CPAA	1 / 2 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 2,1/2,2/2,3 5,1/5,2	A / B / F
Deporte colectivo: El balonmano	Diciembre / enero / febrero	CCL / CP / CD / CPAA / CSC / CEC	1 / 3 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 3,1/3,2/3,3 5,1/5,2	A / B / C / D / F
Deporte individual: Las palas	Marzo	CCL / CP / CD / CPAA / CSC / CCyEC	1 / 3 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 2,1/3,2/3,3 5,1/5,2	A / B / C / D
La expresión corporal: El ritmo y la expresión.	Mitad de Abril y mayo	CCL / CP / CD / CPAA / SIE / CEC	2 / 4	2,1/3,2/3,3 4,1/4,2/4,3	A / B / D / E
Los deportes alternativos: Dodgeball/Ultimate.	Junio	CCL / CP / CD / CPAA / CSC / CEC	1 / 3 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 3,1/3,2/3,3 5,1/5,2	A / B / C / E

## 2ºESO

TÍTULO	TEMPORALIZACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	COMPETENCIAS ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
Seguimos trabajando nuestra condición física	Septiembre / octubre / noviembre	CCL / CP / CMCT / CD / CPAA	1 / 2 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 2,1/2,2/2,3 5,1/5,2	A / B / F
Deporte colectivo: El fútbol-sala	Diciembre / enero / febrero	CCL / CP / CD / CPAA / CSC / CEC	1 / 3 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 3,1/3,2/3,3 5,1/5,2	A / B / C / D / F
Deporte individual: Iniciación al pádel	Marzo y mitad abril	CCL / CP / CD / CPAA / CSC / CCyEC	1 / 3 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 2,1/3,2/3,3 5,1/5,2	A / B / C / D
La expresión corporal: El acrosport.	Mitad de Abril y mayo	CCL / CP / CD / CPAA / SIE / CEC	2 / 4	2,1/3,2/3,3 4,1/4,2/4,3	A / B / D / E
Los deportes alternativos: Kickball/colpball.	Junio	CCL / CP / CD / CPAA / CSC / CEC	1 / 3 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 3,1/3,2/3,3 5,1/5,2	A / B / C / E

## 3ºESO

TÍTULO	TEMPORALIZACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	COMPETENCIAS ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
Mejoramos nuestra condición física	Septiembre / octubre / noviembre	CCL / CP / CMCT / CD / CPAA	1 / 2 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 2,1/2,2/2,3 5,1/5,2	A / B / F
Deporte colectivo: El baloncesto	Diciembre / enero / febrero	CCL / CP / CD / CPAA / CSC / CEC	1 / 3 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 3,1/3,2/3,3 5,1/5,2	A / B / C / D / F
Deporte individual: El picketball	Marzo y mitad abril	CCL / CP / CD / CPAA / CSC / CCyEC	1 / 3 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 2,1/3,2/3,3 5,1/5,2	A / B / C / D
La expresión	Mitad de Abril y mayo	CCL / CP / CD / CPAA /	2 / 4	2,1/3,2/3,3	A / B / D / E

corporal: Los bailes de salón.		SIE / CEC		4,1/4,2/4,3	
Los deportes alternativos: mini-Lacrosse/Netball.	Junio	CCL / CP / CD / CPAA / CSC / CEC	1 / 3 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 3,1/3,2/3,3 5,1/5,2	A / B / C / E

## 4ºESO

TÍTULO	TEMPORALIZACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	COMPETENCIAS ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
Programamos el trabajo de condición física	Septiembre / octubre / noviembre	CCL / CP / CMCT / CD / CPAA	1 / 2 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 2,1/2,2/2,3 5,1/5,2	A / B / F
Deporte colectivo: El baloncesto	Diciembre / enero / febrero	CCL / CP / CD / CPAA / CSC / CEC	1 / 3 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 3,1/3,2/3,3 5,1/5,2	A / B / C / D / F
Deporte individual: El bádminton	Marzo y mitad abril	CCL / CP / CD / CPAA / CSC / CCyEC	1 / 3 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 2,1/3,2/3,3 5,1/5,2	A / B / C / D
La expresión corporal: Aerobic y Zumba.	Mitad de Abril y mayo	CCL / CP / CD / CPAA / SIE / CEC	2 / 4	2,1/3,2/3,3 4,1/4,2/4,3	A / B / D / E
Los deportes alternativos: Floorball/Rugby tag.	Junio	CCL / CP / CD / CPAA / CSC / CEC	1 / 3 / 5	1,1/1,2/1,3/1,4/1,5/1,6 3,1/3,2/3,3 5,1/5,2	A / B / C / E

## 8. Estrategias e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes del alumnado.

### La evaluación

La evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje se realizará a lo largo de todo el curso académico, de manera continuada y diferenciada. Se desarrollarán los siguientes tipos de evaluación:

- A través de la **evaluación inicial** se conocerán y valorarán los conocimientos previos del alumnado, lo que ayudará a adaptar la programación en función de las necesidades del grupo. Esta evaluación se realizará al principio de curso, y se realizará a través de dos instrumentos diferentes de evaluación, una prueba tipo test de los contenidos trabajados en el curso anterior y la observación sistemática de las actividades realizadas durante las sesiones realizadas.
- La **evaluación del proceso** se realizará a través de distintos procedimientos e instrumentos, para conocer y valorar el trabajo del alumnado y el grado en el que este alcanza los objetivos previstos.
- La **evaluación** será **formativa**, es decir, durante el proceso de evaluación, el docente empleará los instrumentos de evaluación necesarios para que los alumnos puedan detectar sus carencias, reportándoles la información y promoviendo el feedback.
- La **evaluación** será **integradora**, en las distintas sesiones de evaluación programadas a lo largo del curso se compartirá el proceso de evaluación por parte

del conjunto de profesores de las distintas materias del grupo coordinados por el tutor.

- La **evaluación final** se realizará una vez desarrolladas todas las Unidades Didácticas, y servirá para conocer y valorar los resultados finales del proceso de enseñanza- aprendizaje.
- **Autoevaluación y coevaluación**, que hará partícipes a los alumnos en el proceso evaluador. Se hará efectiva a través de las actividades, trabajos, proyectos y pruebas que se realizarán a lo largo del curso y que se integrarán en las diferentes situaciones de aprendizaje que se definan.

### **Evaluación de las Competencias Clave**

La evaluación de las Competencias Clave se llevará a cabo a través de la evaluación de las competencias específicas. En las tablas del punto “ Integración de las competencias clave en los elementos curriculares mediante su relación con los saberes básicos y las competencias específicas” se puede consultar qué descriptores operativos de cada competencia clave están relacionados con cada competencia específica de la materia. A su vez, las competencias específicas se relacionan con los criterios de calificación y evaluación que se expondrán en el punto “Criterios de calificación y promoción”.

### **Instrumentos de evaluación**

Los instrumentos que han de medir los aprendizajes de los alumnos deberán cumplir unas normas básicas:

- a) Deben ser útiles, esto es, han de servir para medir exactamente aquello que se pretende medir: lo que un alumno sabe, hace o cómo actúa.
- b) Han de ser viables, su utilización no ha de entrañar un esfuerzo extraordinario o imposible de alcanzar.
- c) Deben contemplar las distintas características del alumnado, adaptándose a ellos.

En Educación física podemos hablar fundamentalmente de dos tipos de procedimientos de evaluación como lo son los de experimentación (medidas más objetivas) y observación (medidas más subjetivas).

- ✚ **Procedimientos de experimentación:** resultan de la evaluación objetiva mediante la realización de pruebas o test para medir resultados, por lo que el juicio del profesor no puede alterar los resultados. Estas pruebas serán iguales para todos los alumnos que en todo momento serán conscientes de que están siendo evaluados. Habrá control del tiempo y el lugar. Se relaciona con los siguientes instrumentos:
  - Pruebas de ejecución y test.
  - Pruebas escritas (a desarrollar, tipo test, preguntas cortas...)
  - Realización de un calentamiento.
  - Pruebas de evocación (preguntas en clase, lluvia de ideas...) serán muy útiles en los pequeños debates que llevaremos en sesiones concretas cuando surja por las necesidades concretas de algún grupo.
  - Trabajos escritos (poster): recopilación por parte del alumno de evidencias y materiales que buscan explicar y reflexionar los contenidos de enseñanza y el rendimiento final.
  - Cuestionaris en Moodle.

- ✚ **Procedimientos de observación:** Se caracterizan en basarse en la observación del trabajo en el aula, por lo general no se controla el tiempo y las situaciones no tienen que ser las mismas.
  - Registro anecdótico.
  - Listas de control.
  - Escalas o rúbricas. Que utilizaremos por ejemplo en la unidad inicial de retos cooperativos para conocer mejor a los grupos.
  - Instrumentos mixtos formados por varios.
  - Coevaluación.
  - Autoevaluación.
  - Tareas.

Cabe destacar que se llevarán a cabo adaptaciones en los instrumentos de evaluación siempre que sea necesario y en función de cada caso para atender de manera correcta a la diversidad del alumnado. Como por ejemplo aumentar el porcentaje de la parte teórica junto con otro tipo de trabajo, para conseguir la nota de un lesionado que está impedido para realizar las actividades prácticas.

¿Cuándo evaluar?

Atendiendo a las características de la evaluación (continua), tendrá tres fases:

- **Evaluación inicial:** Se realizará al principio para conocer sus conocimientos previos y el nivel de que partimos, sirviéndonos para tomar decisiones (metodología, actividades a realizar, etc.).
- **Pre-evaluaciones:** una observación que se realizará para conocer el grado de adquisición de las competencias clave y, por otro lado, ayuda a detectar problemas o dificultades a lo largo del proceso de enseñanza aprendizaje.
- **Final o sumativa:** de cada trimestre, que aporta información del grado de consecución de competencias.

Criterios de calificación y promoción.

La finalidad de la evaluación consiste en comprobar el grado de adquisición de las competencias clave y el logro de los objetivos de la etapa y, **con independencia del instrumento de evaluación utilizado en cada caso, los referentes para comprobar el grado de adquisición de las competencias clave y el grado de logro de los objetivos de la etapa serán los criterios de evaluación.**

La calificación en cada evaluación será, por tanto, la media ponderada de las calificaciones obtenidas en cada bloque de criterios de evaluación abordados en la misma, a través de los resultados obtenidos después de aplicar los diferentes instrumentos de evaluación. Para aprobar, la nota debe ser como mínimo de 5.

Después de cada evaluación se planificarán distintos mecanismos de recuperación para los alumnos que no hayan superado la materia. Además, antes de la evaluación final, se realizará una última recuperación para los alumnos que no hayan superado alguna

evaluación de la materia, que contemplará distintos mecanismos para que cada alumno pueda mejorar las carencias de la materia, teniendo que reforzar únicamente las competencias específicas y criterios de evaluación no superados.

### **Criterios de recuperación**

Los mecanismos de recuperación están en función de todo lo anteriormente expuesto. Entendemos que cada alumno o alumna ha de recuperar aquello en lo que no ha logrado los objetivos propuestos, de modo que:

- a) Deberá reforzar los saberes básicos que no haya conseguido y las competencias específicas en las que no haya logrado el nivel adecuado.
- b) Deberá mejorar el grado de consecución de los objetivos.

De esta manera, no puede haber un único mecanismo de recuperación, pues este se ajustará a la realidad de los alumnos en cada evaluación. La profesora acordará con sus alumnos el momento más adecuado para la realización de las actividades necesarias, que siempre contemplarán las distintas características de cada alumno para adaptarse a su aprendizaje de la mejor manera. Los alumnos que tengan pendiente de recuperación alguna evaluación anterior, recibirán actividades extra de refuerzo, que serán motivadoras, significativas y adaptadas al modo de aprendizaje de cada alumno, y que deben ayudarle a alcanzar los objetivos.

### **Alumnos con la materia pendiente del curso anterior.**

Si el alumno supera la materia del curso actual, aprobará la materia de cursos anteriores.

### **Indicadores de logro**

Para que la evaluación sea realmente continua y formativa, tal y como establece la Instrucción conjunta 1/2022 cada criterio de evaluación será evaluado mediante una rúbrica que establece hasta cinco indicadores de logro, indicándose que escala deberá ajustarse en cinco niveles de logro, en concreto: insuficiente (del 1 al 4), suficiente (del 5 al 6), bien (entre el 6 y el 7), notable (entre el 7 y el 8) y sobresaliente (entre el 9 y el 10).

El Departamento ha elaborado las siguientes rúbricas y listas de cotejo para evaluar a los alumnos/as, entendiendo siempre que, según las instrucciones de la Consejería de Educación y Ciencia de la Junta de Andalucía, cada criterio de evaluación tiene el mismo peso en la nota final.



Comp. específicas .1º 2ºESO	Criterios de evaluación	INSUF (1-4)	SUF-BIEN (5-6)	NOTABLE (7-8)	SOBRESALIENTE (9-10)
1	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 y respetando la propia realidad e identidad corporal.	<b>No</b> establece 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 y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Establece y organiza <b>sin dificultad, pero con errores leves</b> 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 y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Establece y organiza <b>con facilidad</b> 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 y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Establece y organiza <b>con exactitud</b> 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 y respetando la propia realidad e identidad corporal.
	1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	<b>No</b> comienza a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices,	Comenzar a incorporar, <b>sin dificultad, pero con errores leves</b> , con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la	Comienza a incorporar, <b>fácilmente</b> , con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene	Comenzar a incorporar, <b>con exactitud</b> y con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las
		interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz	durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de	rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

		saludable y responsable.	una práctica motriz saludable y responsable.	
1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	<b>No</b> adopta de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	Adopta, <b>sin dificultad, pero con errores</b> y de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	Adopta <b>fácilmente</b> y de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	Adopta, <b>con exactitud</b> y de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.
1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	<b>No</b> actúa de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	Actúa, <b>sin dificultad, pero con errores</b> , de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	Actúa <b>fácilmente</b> de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	Actuar <b>con exactitud</b> de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.

<p>1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p>	<p><b>No</b> analiza y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p>	<p>Analiza y valora <b>sin dificultad, pero con errores</b>, la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p>	<p>Analiza y valora <b>fácilmente</b> la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p>	<p>Analiza y valora <b>con exactitud</b> la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p>
<p>1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la AF y el deporte.</p>	<p><b>No</b> explora diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la AF y el deporte.</p>	<p>Explora <b>sin dificultad, pero con errores</b>, diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la AF y el deporte.</p>	<p>Explora <b>con facilidad</b> diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la AF y el deporte.</p>	<p>Explora <b>con exactitud</b> diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la AF y el deporte.</p>

2.	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	<b>NO</b> Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> , estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, <b>CON FACILIDAD</b> estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, <b>CON EXACTITUD</b> estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.
	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas,	<b>NO</b> Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos	Interpretar y actuar <b>SIN DIFICULTAD , PERO CON ERRORES</b> , correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en	Interpretar y actuar <b>CON FACILIDAD</b> correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones	Interpretar y actuar <b>CON EXACTITUD</b> correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de
	juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	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 de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.

2.3 Evidenciar 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 en situaciones motrices	<b>NO</b> Evidenciar 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 en situaciones motrices transferibles a su	Evidenciar control y dominio corporal, <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> , al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices	Evidenciar control y dominio corporal <b>CON FACILIDAD</b> al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su	Evidenciar control y dominio corporal <b>CON EXACTITUD</b> al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en
transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	espacio vivencial con progresiva autonomía.	transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	espacio vivencial con progresiva autonomía.	situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

3.	3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	<b>NO</b> Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	Practicar una gran variedad de actividades motrices, <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> , valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	Practicar <b>CON FACILIDAD</b> una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	Practicar <b>CON EXACTITUD</b> una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.
	3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices	<b>NO</b> Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y	Cooperar o colaborar, <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> en la práctica de diferentes producciones	Cooperar o colaborar <b>CON FACILIDAD</b> en la práctica de diferentes producciones motrices	Cooperar o colaborar <b>CON EXACTITUD</b> en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el

	para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma	grupal, participando en la toma de decisiones y	motrices para alcanzar el logro, participando en la	para alcanzar el logro, participando en la toma	logro individual y grupal, participando en la toma de
	de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	toma de decisiones y asumiendo roles asignados y responsabilidades.	de decisiones y asumiendo roles asignados y responsabilidades.	decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.
	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, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	<b>NO</b> 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, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	<b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES,</b> 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, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	<b>CON FACILIDAD</b> 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, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	<b>CON EXACTITUD,</b> 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, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

4	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artísticoexpresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	<b>NO</b> Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artísticoexpresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	Gestionar <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> la participación en juegos motores y otras manifestaciones artísticoexpresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	Gestionar <b>CON FACILIDAD</b> la participación en juegos motores y otras manifestaciones artísticoexpresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	Gestionar <b>CON EXACTITUD</b> la participación en juegos motores y otras manifestaciones artísticoexpresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.
	4.2 Analizar objetivamente 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.	<b>NO</b> Analizar objetivamente 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.	Analizar objetivamente <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género, capacidad o comportamientos sexistas vinculados a dichas manifes.	Analizar objetivamente <b>CON FACILIDAD</b> las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género, capacidad o comportamientos sexistas vinculados a dichas manifes.	Analizar objetivamente <b>CON EXACTITUD</b> 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 manifes.

<p>4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>	<p><b>NO</b> Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>	<p><b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES,</b> Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>	<p><b>CON FACILIDAD,</b> Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>	<p><b>CON EXACTITUD,</b> Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.</p>
---	---	--	---	---

<p>5</p>	<p>5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.</p>	<p><b>NO</b> Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.</p>	<p>Participar <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.</p>	<p>Participar <b>CON FACILIDAD</b> en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.</p>	<p>Participar <b>CON EXACTITUD</b> en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.</p>
	<p>5.2 Practicar act físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.</p>	<p><b>NO</b> Practicar act físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y</p>	<p>Practicar <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> act físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando</p>	<p>Practicar <b>CON FACILIDAD</b> act físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y</p>	<p>Practicar <b>CON EXACTITUD</b> act físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.</p>



		colectivas.	normas de seguridad individuales y colectivas.	colectivas.	
--	--	-------------	--	-------------	--

C.Específicas. 3º 4ºESO	Criterios de evaluación	0-4 INSUFICIENTE	5-6 SUFICIENTE	7-8 NOTABLE	9-10 SOBRESALIENTE
1	1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.
	1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las	<b>NO</b> Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y	Incorporar de forma autónoma, <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> , los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas	Incorporar de forma autónoma, <b>CON FACILIDAD</b> , los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas	Incorporar, <b>CON EXACTITUD</b> , de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas

	rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	responsable.	propias de una práctica motriz saludable y responsable.	motriz saludable y responsable.	motriz saludable y responsable.
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, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	<b>NO</b> Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	Adoptar, <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORS</b> , de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	Adoptar, <b>CON FACILIDAD</b> , de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	Adoptar, <b>CON EXACTITUD</b> , de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.
1.4	Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	<b>NO</b> Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	Actuar, <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> , de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia aplicando medidas específicas de primeros aux.	Actuar, <b>CON FACILIDAD</b> , de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	Actuar, <b>CON EXACTITUD</b> , de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.

	<p>1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, género y diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p>	<p><b>NO</b> Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, género y diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p>	<p>Adoptar, <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b>, actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, género y diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p>	<p>Adoptar, <b>CON FACILIDAD</b>, actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, género y diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p>	<p>Adoptar, <b>CON EXACTITUD</b>, actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, género y diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p>
	<p>1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y app digitales vinculados al ámbito de la AF y el deporte.</p>	<p><b>NO</b> Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y app digitales vinculados al ámbito de la AF y el deporte.</p>	<p>Planificar, desarrollar y compartir, <b>SIN DIFICULTAD PERO CON ERRORES</b>, con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y app digitales vinculados al ámbito de la AF y el deporte.</p>	<p>Planificar, desarrollar y compartir, <b>CON FACILIDAD</b>, con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y app digitales vinculados al ámbito de la AF y el deporte.</p>	<p>Planificar, desarrollar y compartir, <b>CON EXACTITUD</b>, con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y app digitales vinculados al ámbito de la AF y el deporte.</p>

2	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.	<b>NO</b> 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.	Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> , 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.	Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, <b>CON FACILIDAD</b> , 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.	Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, <b>CON EXACTITUD</b> , 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.
	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción,	<b>NO</b> Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera	Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, <b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> , aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción,	Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, <b>CON FACILIDAD</b> , aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en	Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, <b>CON EXACTITUD</b> , aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación,
	decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y	decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.

		resultados obtenidos.			
	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	<b>NO</b> Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	Evidenciar, <b>SIN DIFICULTAD PERO CON ERRORES</b> , control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	Evidenciar, <b>CON FACILIDAD</b> , control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	Evidenciar, <b>CON EXACTITUD</b> , control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.

<b>3</b>	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, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	<b>NO</b> Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	<b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERRORES</b> , Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	<b>CON FACILIDAD</b> , Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	<b>CON EXACTITUD</b> , Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.
----------	--	--	--	---	---

		u otros.			
3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal,	<b>NO,</b> Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro	o	<b>SIN DIFICULTAD, PERO CON ERROES,</b> Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual	<b>CON FACILIDAD,</b> Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal,	<b>CON EXACTITUD,</b> Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con

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.	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.	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.	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.	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>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 ...</p>	<p><b>NO</b> 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...</p>	<p><b>SIN DIFICULTAD, PERO CON EERORES,</b> 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...</p>	<p><b>CON FACILIDAD,</b> 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...</p>	<p><b>CON EXACTITUD,</b> 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...</p>
---	--	---	---	--