

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA  
DE  
EDUCACIÓN FÍSICA**

**1º - 4º DE ESO**

**IES LA PAZ (GRANADA)  
Curso 2023-2024**

## ÍNDICE

<b>IDENTIFICACIÓN DEL ÁREA O MATERIA.....</b>	<b>3</b>
<b>1. PUNTO DE PARTIDA (Diagnóstico inicial de las necesidades de aprendizaje).....</b>	<b>3</b>
<b>2. JUSTIFICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.....</b>	<b>4</b>
<b>3. OBJETIVOS DE LA ETAPA.....</b>	<b>6</b>
<b>PERFIL DE SALIDA.....</b>	<b>6</b>
<b>4. CONTRIBUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE.....</b>	<b>7</b>
<b>5. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS.....</b>	<b>10</b>
<b>6. BLOQUES DE SABERES BÁSICOS.....</b>	<b>18</b>
<b>7. CONTENIDOS Y SU DISTRIBUCIÓN TEMPORAL (SABERES BÁSICOS).....</b>	<b>18</b>
<b>8. METODOLOGÍA.....</b>	<b>36</b>
<b>9. MATERIALES DIDÁCTICOS.....</b>	<b>38</b>
<b>10. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.....</b>	<b>39</b>
<b>RELACIÓN ENTRE LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS, LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y LOS SABERES BÁSICOS.....</b>	<b>50</b>
<b>PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.....</b>	<b>61</b>
<b>11. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....</b>	<b>63</b>
<b>12. TAREAS INTERDISCIPLINARES COORDINADAS POR DEPARTAMENTOS.....</b>	<b>67</b>
<b>13. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.....</b>	<b>68</b>
<b>14. ATENCIÓN AL PROCESO DE TRANSFORMACIÓN DIGITAL EDUCATIVA (TDE).....</b>	<b>69</b>
<b>ANEXO: ESQUEMA DE SITUACIONES DE APRENDIZAJE.....</b>	<b>70</b>

# **IDENTIFICACIÓN DEL ÁREA O MATERIA**

## **Denominación de la materia/ámbito:**

*EDUCACIÓN FÍSICA*

## **Denominación de la etapa donde se ubica:**

*EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA (ESO)*

## **Nivel académico:**

*1º - 4º*

## **Docente responsable:**

*JORGE DUEÑAS SALCEDO. JEFE DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA.*

## **1. PUNTO DE PARTIDA (DIAGNÓSTICO INICIAL DE LAS NECESIDADES DE APRENDIZAJE)**

Nuestro instituto se encuentra enclavado en la barriada de La Paz, en el Polígono de Almanjáyar (Distrito Norte de Granada). Se trata de un barrio en el cual conviven en multitud de infraviviendas, familias desestructuradas con una elevada tasa de desempleo y un elevado fracaso y absentismo escolar.

Según las propuestas de mejora recogidas en el análisis de los resultados del curso pasado, partimos de la idea de que contamos con un alumnado muy poco motivado por asistir al centro y desarrollar las actividades que se plantean en el mismo. En la evaluación inicial realizada al alumnado a comienzo de curso se ha evidenciado una falta de interés total por los contenidos que se tratan en la materia y un nivel de conocimientos bastante bajo.

Por todo ello, se hace necesario hacer un planteamiento de la materia atractivo para nuestro alumnado de manera que lo hagamos responsable de su salud individual y colectiva, autónomo para la práctica de actividad física, y que aprecie la riqueza de las manifestaciones culturales de carácter motriz, entre las que se incluye el flamenco, tan arraigado en la comunidad gitana de la cual forma parte la mayoría de nuestro alumnado.

Tomando como referente los criterios de evaluación, valoraré las posibles dificultades de los aprendizajes competenciales.

## **2. JUSTIFICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA**

La Programación Didáctica se puede definir como el proceso mediante el cual, se planifica el trabajo que se va a desarrollar en el aula, dando lugar a un conjunto de unidades didácticas secuenciadas para un ciclo o un curso determinado. Es un instrumento de planificación del proceso de enseñanza-aprendizaje que se desarrolla en el aula, con objeto de que éste no se desarrolle de forma arbitraria y permita la consecución de los objetivos de la etapa secundaria obligatoria.

La Orden de 30 de mayo de 2023, desarrolla el currículo de la ESO en Andalucía y establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado, de conformidad con el Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la ESO.

La Educación Física es uno de los engranajes esenciales para el desarrollo de los fines educativos, permitiendo el desarrollo integral y competencial del alumnado a través del movimiento, presentándose así como una solución vital en el desarrollo de hábitos de vida saludables y deportivos en el alumnado, que se mantendrá a lo largo de la vida.

La programación didáctica está en consonancia con lo establecido en el Plan de Centro.

## **3. OBJETIVOS DE LA ETAPA.**

Según establece el R.D. 217/2022, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas 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, 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 expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la comunidad autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.

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) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

## **PERFIL DE SALIDA DEL ALUMNADO AL TÉRMINO DE LA ENSEÑANZA BÁSICA**

– Desarrollar una actitud responsable a partir de la toma de conciencia de la degradación del medio ambiente y del maltrato animal basada en el conocimiento de las causas que los provocan, agravan o mejoran, desde una visión sistémica, tanto local como global.

– Identificar los diferentes aspectos relacionados con el consumo responsable, valorando sus repercusiones sobre el bien individual y el común, juzgando críticamente las necesidades y los excesos y ejerciendo un control social frente a la vulneración de sus derechos.

– Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella, asumiendo la responsabilidad personal y social en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas, así como en la promoción de la salud pública.

– Desarrollar un espíritu crítico, empático y proactivo para detectar situaciones de inequidad y exclusión a partir de la comprensión de las causas complejas que las originan.

– Entender los conflictos como elementos connaturales a la vida en sociedad que deben resolverse de manera pacífica.

– Analizar de manera crítica y aprovechar las oportunidades de todo tipo que ofrece la sociedad actual, en particular las de la cultura en la era digital, evaluando sus beneficios y riesgos y haciendo un uso ético y responsable que contribuya a la mejora de la calidad de vida personal y colectiva.

- Aceptar la incertidumbre como una oportunidad para articular respuestas más creativas, aprendiendo a manejar la ansiedad que puede llevar aparejada.
- Cooperar y convivir en sociedades abiertas y cambiantes, valorando la diversidad personal y cultural como fuente de riqueza e interesándose por otras lenguas y culturas.
- Sentirse parte de un proyecto colectivo, tanto en el ámbito local como en el global, desarrollando empatía y generosidad.
- Desarrollar las habilidades que le permitan seguir aprendiendo a lo largo de la vida, desde la confianza en el conocimiento como motor del desarrollo y la valoración crítica de los riesgos y beneficios de este último.

#### **4. CONTRIBUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE**

Las características de la Educación Física permiten que las distintas competencias clave sean desarrolladas como a continuación se expone:

##### **1. Competencia en comunicación lingüística (CCL).**

Son diversas las situaciones en las que la Educación Física favorece el desarrollo de esta competencia. Así, las constantes interacciones que se producen en clase y las vías de comunicación que en ellas se establecen, el desarrollo del lenguaje no verbal como refuerzo del verbal a través de las actividades de expresión corporal o la utilización de técnicas expresivas como la dramatización y la improvisación, contribuirán a la mejora de esta capacidad tan importante en el ser humano.

##### **2. Competencia plurilingüe (CP).**

La terminología inglesa utilizada frecuentemente en los sistemas de entrenamiento o ejercicios específicos de desarrollo de la fuerza, ofrece a los alumnos la capacidad de desarrollar las destrezas de plurilingüismo, haciéndoles conscientes de las semejanzas y diferencias a nivel lingüístico como cultural. De la misma forma, la utilización del lenguaje corporal permite la posibilidad de expresarse universalmente, salvando las barreras lingüísticas de los idiomas.

Los juegos y las actividades animan al análisis de la lengua y las representaciones desarrollan estrategias que movilizan todo su repertorio de destrezas comunicativas.

### **3. Competencia matemática y competencias en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM).**

La realización del análisis de distintos cálculos (zonas de intensidad de actividad física, balance energético, etc.), la elaboración de gráficos relacionados con la valoración de las capacidades físicas básicas, la resolución de problemas mediante la deducción lógica, la utilización de diferentes magnitudes y medidas utilizadas para cuantificar algunos contenidos o la estructuración espacio-temporal en las distintas acciones, etc. están estrechamente vinculadas al dominio matemático y pueden ser aprovechadas para desarrollar dicha competencia.

La posibilidad de movimiento del cuerpo da sentido a la Educación Física y esto hace del conocimiento de lo corporal y de las relaciones que se establecen con la motricidad un saber fundamental e imprescindible. Sistemas corporales relacionados con la actividad física, adaptaciones que se producen en el mismo motivadas por la práctica física regular, importancia de los hábitos saludables para el cuidado del cuerpo, alimentación, postura, etc., son algunos de los contenidos que se desarrollarán en Educación Física y que contribuyen, sin duda, al desarrollo de las competencias clave en ciencia y tecnología.

### **4. Competencia digital (CD).**

La amplia variedad de contenidos de la Educación Física generará en el alumnado la necesidad de desarrollar estrategias adecuadas de utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación con el fin de buscar y procesar información, ampliando de esta manera su conocimiento sobre algún tema relacionado con la motricidad. Estos recursos también se utilizarán para elaborar trabajos de distinto tipo (texto, presentación, imagen, video, sonido...), exponerlos a sus compañeros y compartir información en los entornos adecuados. Por otro lado, la existencia de gran cantidad de aplicaciones informáticas relacionadas con la práctica física posibilitará la utilización de las



mismas en la elaboración y puesta en práctica de actividades para el desarrollo de la condición física, las actividades físico-deportivas en el medio natural, etc.

#### **5. Competencia en personal, social y de aprender a aprender (CPSAA).**

A través de la Educación Física se inicia al alumnado en el aprendizaje motriz y se generan las condiciones adecuadas para que, a través de un proceso reflexivo de adquisición de recursos, se alcancen progresivamente mayores niveles de eficacia y autonomía en el aprendizaje, de forma que los alumnos y alumnas lleguen a ser capaces de gestionar su propia práctica física, capacitándoles, además, para afrontar nuevos retos de aprendizaje.

#### **6. Competencia ciudadana (CC).**

Las actividades físico-deportivas en general son un medio de gran eficacia para facilitar la integración y fomentar el respeto, la tolerancia, la cooperación, la aceptación de normas, el trabajo en equipo, etc. La participación en deportes y juegos de distinto tipo, la realización de gran variedad de tareas en grupo y otras actividades en las que se interacciona con otros, generan la necesidad de adoptar actitudes que permitan al alumno desenvolverse en un entorno social, produciéndose de esta manera unos aprendizajes de gran valor, que podrán ser transferidos a situaciones de la vida cotidiana de nuestros alumnos y alumnas, colaborando además de esta manera al desarrollo de los elementos transversales.

Es importante señalar cómo el hecho de incluir un bloque específico de actitudes, valores y normas implica el compromiso con el desarrollo de estos componentes tan importantes en nuestro día a día y que conforman la base sobre la que se estructura la convivencia.

#### **7. Competencia emprendedora (CE).**

La elaboración de proyectos personales relacionados con la propia práctica física, la organización y puesta en práctica de forma autónoma de una considerable variedad de actividades desarrolladas en clase o la participación en proyectos grupales, son algunas de las situaciones que se dan en las clases de Educación Física, en las que el alumno tendrá que poner en juego todos sus recursos personales, de forma que, asumiendo responsabilidades, tomando

decisiones, mostrándose perseverante en sus acciones y superando las dificultades, dé respuesta de forma creativa a los retos planteados.

Por otro lado, la propia dinámica de participación en los deportes exige la adopción de posturas proactivas, con constantes procesos de toma de decisiones en función de los condicionantes presentes en la práctica y la aplicación de los recursos que en cada caso se consideren más adecuados.

## **8. Competencia en conciencia y expresiones culturales (CCEC).**

Si bien es innegable el hecho de considerar las expresiones deportivas y lúdicas como manifestaciones de la motricidad que forman parte del patrimonio cultural de los pueblos, el contenido que más contribuye al desarrollo de esta competencia es el de la expresión corporal. La danza, la utilización del lenguaje corporal para expresar, las dramatizaciones, etc., son algunas de las manifestaciones artístico-expresivas que permiten a nuestros alumnos y alumnas conocer, experimentar y valorar la riqueza cultural de una sociedad. De igual forma, a través de la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural, se establece un vínculo de utilización responsable del entorno que genera actitudes de respeto y conservación.

## **5. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**

De acuerdo con la Orden de 30 de mayo de 2023, las competencias específicas de la materia de Educación Física se orientan a consolidar un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado perpetuarlo a través de la planificación autónoma y la autorregulación de su práctica física y de todos los componentes que afecten a la salud, adoptando un estilo de vida sostenible y valorando la riqueza de las manifestaciones culturales. Por tanto, se pretende un aprendizaje a lo largo de la vida a través del desarrollo de la competencia motriz del alumnado.

Establece las siguientes:

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas

que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

La adquisición de esta competencia específica se alcanzara a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionaran al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas con las que comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación Física. Los estilos de vida activos y saludables se nutren de un conjunto de hábitos (alimenticios, de actividad física, de higiene postural, etc.), y para que dichos hábitos sean asumidos como propios por los alumnos y alumnas, es preciso generar una predisposición positiva hacia la realización de determinados comportamientos y hábitos de manera repetida. Ello requiere proponer tanto situaciones de aprendizaje satisfactorias, saludables y seguras para los alumnos y alumnas, como proporcionarles conocimientos suficientes para que puedan identificar y valorar las consecuencias positivas y negativas de determinadas conductas. Se puede, por tanto, abordar esta competencia desde la participación activa en las actividades físicas, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios, las características de la actividad física saludable y segura y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la relajación y respiración, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. La utilización de la tecnología debe permitir que el alumnado indague e investigue acerca de cada elemento y contexto de aplica-

ción de los hábitos de vida saludables, participando de manera activa en plataformas virtuales que actúen como soporte para el intercambio de información y comunicación. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

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

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

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

Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (ringol, floorball, ultimate, lacrosse, rugby escolar, tripela,

kinball, tchoukball, balonkorf, colpbol, baloncodo, cordoball, goubak, futbol 7, minibalonmano, minibasket, baloncesto) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (pinfuvote, voleibol, frontenis, pickleball, palados por poner algunos ejemplos), pasando por deportes de campo y bate (rounders, softball, beisbol, entre otros), de blanco y diana (boccia, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (skate, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros).

Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

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

**3.** Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades relativas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. Dentro del plano personal, también conlleva la identificación y concienciación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su

regulación en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Igualmente, el desarrollo de esta competencia establece una relación entre el aprendizaje competencial y el desarrollo emocional del alumnado.

La Educación Física debe abordar este enfoque partiendo de situaciones de aprendizaje para el desarrollo de la concienciación, reconocimiento y regulación de las emociones, y que potencie la autonomía emocional, permitiéndoles el desarrollo de esta competencia específica.

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

La educación y el fomento de valores, tanto individuales como colectivos, debe conducir hacia la formación de ciudadanos que entiendan la importancia de la ética personal y social como uno de los elementos esenciales de una sociedad más justa. Se deben aplicar situaciones en la que el alumnado ponga en práctica aspectos que favorezcan la libertad personal, la responsabilidad, la ciudadanía democrática, la solidaridad, la tolerancia, la igualdad, el respeto y la justicia, así como aquellos que ayuden a superar cualquier tipo de discriminación. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.

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

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

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

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

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través

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

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

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

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

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



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

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

La diversa y rica red de espacios naturales protegidos en Andalucía ofrece un entorno de oportunidad para las situaciones de aprendizaje diseñadas que movilicen esta competencia específica. Deben valorarse entornos próximos que aporten posibilidades para hacer significativos los aprendizajes, así como otros menos conocidos que ofrezcan la oportunidad de ampliar el conocimiento, disfrutar y aprender del patrimonio natural andaluz.

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

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

## **6. BLOQUES DE SABERES BÁSICOS**

Para alcanzar las competencias específicas, el currículo de la materia de Educación Física se organiza en torno a seis bloques de saberes básicos, que deberán desarrollarse en distintos contextos, con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Éstos son los siguientes:

- A. Vida activa y saludable
- B. Organización y gestión de la actividad física
- C. Resolución de problemas en situaciones motrices
- D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices
- E. Manifestaciones de la cultura motriz
- F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno

## **7. CONTENIDOS Y SU DISTRIBUCIÓN TEMPORAL (SABERES BÁSICOS).**

La Orden de 30 de mayo de 2023 establece los siguientes saberes básicos:

### **SABERES BÁSICOS DE 1º ESO**

- A. Vida activa y saludable.
  - EFI.1.A.1. Salud física.
    - EFI.1.A.1.1. Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.
    - EFI.1.A.1.2. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.
    - EFI.1.A.1.3. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, alimentación y actividad física.
    - EFI.1.A.1.4. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural,

respiración y relajación.

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

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

EFI.1.A.2. Salud social.

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

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

EFI.1.A.3. Salud mental.

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

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

B. Organización y gestión de la actividad física.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

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

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

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

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

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

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

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

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

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

EFI.1.D.1. Gestión emocional.

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

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

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

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

EFI.1.D.2. Habilidades sociales.

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

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

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

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

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

EFI.1.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.

EFI.1.E.2. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.

EFI.1.E.3. Deporte y perspectiva de género. Medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

EFI.1.F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.

EFI.1.F.2. Nuevos espacios y prácticas deportivas.

EFI.1.F.3. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).

EFI.1.F.4. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.

## **SABERES BÁSICOS DE 2º ESO**

A. Vida activa y saludable.

EFI.2.A.1. Salud física.

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

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

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

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

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

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

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

EFI.2.A.3. Salud mental.

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

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

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

B. Organización y gestión de la actividad física.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

EFI.2.D.1. Gestión emocional.

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

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

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

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

EFI.2.D.2. Habilidades sociales.

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

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

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

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

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

EFI.2.E.1. Usos comunicativos de la corporalidad.

EFI.2.E.1.1. Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos.  
EFI.2.E.1.2. Técnicas de interpretación.

EFI.2.E.2. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. El Flamenco.

EFI.2.E.3. Deporte y perspectiva de género.

EFI.2.E.3.1. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, y otras).

EFI.2.E.3.2. Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

EFI.2.F.1. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales reciclados para la práctica motriz.

EFI.2.F.2. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos urbanos y naturales de la red de espacios protegidos andaluces.

EFI.2.F.3. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.

EFI.2.F.4. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

## **SABERES BÁSICOS DE 3º ESO**

A. Vida activa y saludable.

EFI.3.A.1. Salud física.

EFI.3.A.1.1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.

EFI.3.A.1.2. Autorregulación y planificación del entrenamiento.

EFI.3.A.1.3. Alimentación saludable (dieta mediterránea, plato de Harvard) y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares).

EFI.3.A.1.4. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares.

EFI.3.A.1.5. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).

EFI.3.A.1.6. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.

EFI.3.A.1.7. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

B. Organización y gestión de la actividad física.

EFI.3.B.1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización.

EFI.3.B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.

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

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

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

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

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

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

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

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

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

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

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

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

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



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

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

EFI.3.C.3. Capacidades condicionales.

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

EFI.3.C.3.2. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.

EFI.3.C.3.3. Sistemas de entrenamiento.

EFI.3.C.4. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

EFI.3.D.1. Autorregulación emocional.

EFI.3.D.1.1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.

EFI.3.D.1.2. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

EFI.3.D.2. Habilidades sociales.

EFI.3.D.2.1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

EFI.3.D.2.2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

EFI.3.D.2.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado. E. Manifestaciones de la cultura motriz.

EFI.3.E.1. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.

EFI.3.E.2. Deporte y perspectiva de género.

EFI.3.E.2.1. Historia del deporte desde la perspectiva de género.

EFI.3.E.2.2. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Ejemplos que muestren la diversidad en el deporte.

EFI.3.E.2.3. Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.

EFI.3.E.3. Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco.

EFI.3.E.4. El deporte en Andalucía.

EFI.3.E.5. Los Juegos Olímpicos. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

EFI.3.F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.

EFI.3.F.2. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).

EFI.3.F.3. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.

EFI.3.F.4. Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.

EFI.3.F.5. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

## **SABERES BÁSICOS DE 4º ESO**

A. Vida activa y saludable.

EFI.4.A.1. Salud física.

EFI.4.A.1.1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.

EFI.4.A.1.2. Autorregulación y planificación del entrenamiento.

EFI.4.A.1.3. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.

EFI.4.A.1.4. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.

EFI.4.A.1.5. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

EFI.4.A.2. Salud social.

EFI.4.A.2.1. Suplementación y dopaje en el deporte.

EFI.4.A.2.2. Riesgos y condicionantes éticos.

EFI.4.A.3. Salud mental

EFI.4.A.3.1. Exigencias y presiones de la competición.

EFI.4.A.3.2. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación.

EFI.4.A.3.3. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros).

EFI.4.A.3.4. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B. Organización y gestión de la actividad física.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

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

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

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

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

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

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

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

EFI.4.C.3. Capacidades condicionales.

EFI.4.C.3.1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.

EFI.4.C.3.2. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.

EFI.4.C.3.3. Sistemas de entrenamiento.

EFI.4.C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.

EFI.4.C.5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

EFI.4.C.6. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

EFI.4.D.1. Autorregulación emocional.

EFI.4.D.1.1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.

EFI.4.D.1.2. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

EFI.4.D.2. Habilidades sociales.

EFI.4.D.2.1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

EFI.4.D.2.2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

EFI.4.D.2.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

EFI.4.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.

EFI.4.E.2. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

EFI.4.E.3. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.

EFI.4.E.4. Deporte y perspectiva de género. Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.

EFI.4.E.5. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

EFI.4.E.6. Los Juegos Olímpicos.

EFI.4.E.6.1. Repercusión cultural, económica y política de los juegos olímpicos.

EFI.4.E.6.2. Los juegos olímpicos desde la perspectiva de género.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

EFI.4.F.1. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.

EFI.4.F.2. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

EFI.4.F.3. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos urbanos y naturales de la red de espacios protegidos andaluces.

EFI.4.F.4. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

## DISTRIBUCIÓN TEMPORAL

### 1º ESO:

Trimestre	Situación de Aprendizaje	Saberes Básicos
1º	1. Calentando motores y puesta a punto para la carrera	EFI.1.A.1, EFI.1.A.1.1, EFI.1.A.1.6., EFI.1.B.3., EFI.1.B.6., EFI.1.C.1.
1º	2. Diagnóstico de mi condición física	EFI.1.A.1.2, EFI.1.B.5., EFI.1.C.1.
1º	3. Nos entrenamos para mejorar nuestra CF	EFI.1.A.1.2, EFI.1.A.1.3., EFI.1.A.1.4., EFI.1.A.1.5, EFI.1.A.3.4., EFI.1.C.1., EFI.1.C.3., EFI.1.D.1.3.
1º	7. Nos relajamos	EFI.1.A.2.1., EFI.1.A.2.2., EFI.1.A.3., EFI.1.D.1.
2º	5. Juegos populares	EFI.1.A.3.1., EFI.1.A.3.2., EFI.1.A.3.3., EFI.1.B.6., EFI.1.D.2.4., EFI.1.E.1.
2º	6. A raquetazos	EFI.1.A.3.2., EFI.1.B.1., EFI.1.C.1.5., EFI.1.D.1.3., EFI.1.D.2.2.
2º	8. Fútbol para todos/as	EFI.1.A.2.2., EFI.1.A.3.1., EFI.1.B.1., EFI.1.C.1., EFI.1.C.1.2., EFI.1.C.1.4., EFI.1.C.1.5., EFI.1.D.2.2., EFI.1.D.2.4., EFI.1.E.5.1.
3º	9. Acrosport	EFI.1.A.3.2., EFI.1.A.3.3., EFI.1.C.1., EFI.1.C.1.2., EFI.1.C.5.
3º	10. Accidente! ¿Qué hago?	EFI.1.B.8., EFI.1.B.8.2., EFI.1.B.8.3., EFI.1.B.8.4., EFI.1.D.1., EFI.1.E.3.1., EFI.1.E.3.2., EFI.1.F.4
3º	11. 3x3	EFI.1.A.3.2., EFI.1.C.1., EFI.1.C.1.2., EFI.1.C.1.4., EFI.1.C.1.5., EFI.1.D.2.2.
3º	4. Actividades en el medio natural. Nos orientamos	EFI.1.A.3.2., EFI.1.D.1.3., EFI.1.F.1., EFI.1.F.2., EFI.1.F.3., EFI.1.F.6., EFI.1.F.7.

### Temporalización 1º ESO:

**1º Trimestre:** 23 sesiones en las que aproximadamente y dependiendo de las circunstancias en las que se desarrollen, 1 sesión será de toma de contacto con el alumnado, 6 sesiones de acondicionamiento físico general para preparar al alumnado para la realización de los test de condición física. 7 sesiones de diagnóstico de la condición física, 9 sesiones para la realización de juegos y ejercicios que permiten el desarrollo de las cualidades físicas. A lo largo de todas las sesiones se profundizará en la importancia, ejecución y dominio del calentamiento y se irán introduciendo técnicas de relajación deductivas e inductivas.

**2º Trimestre:** 24 sesiones en las que aproximadamente y dependiendo de las circunstancias en las que se desarrollen, 8 sesiones para el desarrollo de juegos populares, y el resto de sesiones se dedicarán para el desarrollo de deportes individuales de raqueta y técnica básica en deportes colectivos.

**3º Trimestre:** 23 sesiones en las que aproximadamente y dependiendo de las circunstancias en las que se desarrollen, 4 sesiones serán para el manejo del stick de hockey, 7 sesiones para desarrollo de los contenidos de expresión corporal, 6 sesiones para el desarrollo de habilidades gimnásticas. 4 sesiones para el desarrollo de contenidos de baloncesto, 4 sesiones para el desarrollo de los contenidos de actividades en el medio natural y 2 sesiones para hacer un diagnóstico final del desarrollo individual de la condición física.

## 2º ESO:

Trimestre	Situación de Aprendizaje	Saberes Básicos
1º	1. Calentando motores y puesta a punto para la carrera	EFI.2.A.1., EFI.2.A.1.1., EFI.2.A.1.6., EFI.2.B.3., EFI.2.B.6., EFI.2.C.1.
1º	2. Diagnóstico de mi condición física	EFI.2.A.1.2, EFI.2.B.5., EFI.2.C.1.
1º	3. Nos entrenamos para mejorar nuestra CF	EFI.2.A.1.2, EFI.2.A.1.3., EFI.2.A.1.4, EFI.2.A.1.5, EFI.2.A.3.4., EFI.2.C.1., EFI.2.C.3., EFI.2.D.1.3.
1º	7. Nos relajamos	EFI.2.A.2.1., EFI.2.A.2.2., EFI.2.A.3., EFI.2.D.1.
2º	5. Juegos populares	EFI.2.A.3.1., EFI.2.A.3.2., EFI.2.A.3.3., EFI.2.B.6., EFI.2.D.2.4., EFI.2.E.1.
2º	6. A raquetazos	EFI.2.A.3.2., EFI.2.B.1., EFI.2.C.1.5., EFI.2.D.1.3., EFI.2.D.2.2.
2º	8. Fútbol para todos/as	EFI.2.A.2.2., EFI.2.A.3.1., EFI.2.B.1., EFI.2.C.1., EFI.2.C.1.2., EFI.2.C.1.4., EFI.2.C.1.5., EFI.2.D.2.2., EFI.2.D.2.4., EFI.2.E.5.1.
3º	9. Acrosport	EFI.2.A.3.2., EFI.2.A.3.3., EFI.2.C.1., EFI.2.C.1.2., EFI.2.C.5.
3º	10. Accidente! ¿Qué hago?	EFI.2.B.8., EFI.2.B.8.2., EFI.2.B.8.3., EFI.2.B.8.4., EFI.2.D.1., EFI.2.E.3.1., EFI.2.E.3.2., EFI.2.F.4
3º	11. 3x3	EFI.2.A.3.2., EFI.2.C.1., EFI.2.C.1.2., EFI.2.C.1.4., EFI.2.C.1.5., EFI.2.D.2.2.
3º	4. Actividades en el medio natural. Nos orientamos	EFI.2.A.3.2., EFI.2.D.1.3., EFI.2.F.1., EFI.2.F.2., EFI.2.F.3., EFI.2.F.6., EFI.2.F.7.

## Temporalización 2º ESO:

**1º Trimestre:** 23 sesiones en las que aproximadamente y dependiendo de las circunstancias en las que se desarrollen, 1 sesión será de toma de contacto con el alumnado, 6 sesiones de acondicionamiento físico general para preparar al alumnado para la realización de los test de condición física. 7 sesiones de diagnóstico de la condición física, 9 sesiones para la realización de juegos y ejercicios que permiten el desarrollo de las cualidades físicas. A lo largo de todas



las sesiones se profundizara en la importancia, ejecución y dominio del calentamiento y se irán introduciendo técnicas de relajación deductivas e inductivas.

**2º Trimestre:** 24 sesiones en las que aproximadamente y dependiendo de las circunstancias en las que se desarrollen, 8 sesiones para el desarrollo de juegos populares, y el resto de sesiones se dedicaran para el desarrollo de deportes individuales de raqueta y técnica básica en deportes colectivos.

**3º Trimestre:** 23 sesiones en las que aproximadamente y dependiendo de las circunstancias en las que se desarrollen, 4 sesiones serán para el manejo del stick de hockey, 7 sesiones para desarrollo de los contenidos de expresión corporal, 6 sesiones para el desarrollo de habilidades gimnásticas. 4 sesiones para el desarrollo de contenidos de baloncesto, 4 sesiones para el desarrollo de los contenidos de actividades en el medio natural y 2 sesiones para hacer un diagnóstico final del desarrollo individual de la condición física.

### 3º ESO:

Trimestre	Situación de Aprendizaje	Saberes Básicos
1º	1. Calentamos motores y puesta a punto	EFI.3.A.1., EFI.3.A.1.1., EFI.3.A.1.4., EFI.3.A.1.7., EFI.3.B.6.
1º	2. Diagnóstico de mi condición física	EFI.3.A.1., EFI.3.A.1.1., EFI.3.A.3.3., EFI.3.B.5., EFI.3.C.1.
1º	3. Nos entrenamos para mejorar nuestra condición física	EFI.3.A.1., EFI.3.A.1.2., EFI.3.A.1.3., EFI.3.C.1., EFI.3.C.3., EFI.3.C.3.1., EFI.3.C.3.3., EFI.3.E.5.3.
1º	4. Nos orientamos en el medio natural	EFI.3.A.1., EFI.3.F.1., EFI.3.F.2., EFI.3.F.4., EFI.3.F.5., EFI.3.F.6.
2º	5. Nuestros juegos populares	EFI.3.B.6., EFI.3.D.2., EFI.3.D.2.3., EFI.3.E.1., EFI.3.E.7.
2º	6. Deportes con implementos	EFI.3.C.1., EFI.3.C.1.3., EFI.3.D.1.1., EFI.3.D.2.2
2º	7. Relax	EFI.3.D.1.,
2º	8. Fútbol para todos/as	EFI.3.C.1., EFI.3.C.1.3., EFI.3.C.1.4., EFI.3.C.1.5., EFI.3.D.2.2, EFI.3.D.2.3., EFI.3.E.5.1.
3º	9. Acrosport	EFI.3.C.1., EFI.3.C.5., EFI.3.D.2.1.
3º	10. Accidente! ¿Qué hago?	EFI.3.A.1., EFI.3.B.3., EFI.3.B.8., EFI.3.B.10., EFI.3.B.12., EFI.3.D.1., EFI.3.E.2.
3º	11. Basquet 3x3	EFI.3.C.1., EFI.3.C.1.3., EFI.3.C.1.4., EFI.3.C.1.5., EFI.3.D.2.2

### Temporalización 3º ESO:

**1º Trimestre:** 23 sesiones en las que aproximadamente y dependiendo de las circunstancias en las que se desarrollen, 1 sesión será de toma de contacto con el alumnado, 7 sesiones de acondicionamiento físico general para preparar al alumnado para la realización de los test de condición física. 7 sesiones de diagnóstico de la condición física, 6 sesiones para la realización de juegos y ejercicios que permiten el desarrollo de las cualidades físicas, 2 sesiones dedicadas a la relación entre la alimentación, la salud y la actividad física. A lo largo de todas las sesiones se profundizará en la importancia, ejecución y dominio del calentamiento general y específico.

**2º Trimestre:** 24 sesiones en las que aproximadamente y dependiendo de las circunstancias en las que se desarrollen, 8 sesiones para el desarrollo de juegos populares, y el resto de sesiones se dedicaran para el desarrollo de deportes individuales de raqueta y técnica básica en deportes colectivos. A lo largo del trimestre se trabajará la relajación muscular como medio de consecución de la relajación mental.

**3º Trimestre:** 23 sesiones en las que aproximadamente y dependiendo de las circunstancias en las que se desarrollen, 2 sesiones para la exposición oral de los protocolos de actuación ante primeros auxilios, 6 sesiones para desarrollo de los contenidos de expresión corporal (teatralización de primeros auxilios), 6 sesiones para el aprendizaje de habilidades gimnásticas, 4 sesiones para el desarrollo de contenidos de baloncesto, 3 sesiones para el desarrollo de los contenidos de actividades en el medio natural y 2 sesiones para hacer un diagnóstico final del desarrollo individual de la condición física.

### 4º ESO:

Trimestre	Situación de Aprendizaje	Saberes Básicos
1º	1. Calentamos motores y puesta a punto	EFI.4.A.1., EFI.4.A.1.1., EFI.4.A.1.4., EFI.4.A.1.7., EFI.4.B.6.
1º	2. Diagnóstico de mi condición física	EFI.4.A.1., EFI.4.A.1.1., EFI.4.A.3.3., EFI.4.B.5., EFI.4.C.1.
1º	3. Nos entrenamos para mejorar nuestra condición física	EFI.4.A.1., EFI.4.A.1.2., EFI.4.A.1.3., EFI.4.C.1., EFI.4.C.3., EFI.4.C.3.1., EFI.4.C.3.3., EFI.4.E.5.3.
1º	4. Nos orientamos en el medio natural	EFI.4.A.1., EFI.4.F.1., EFI.4.F.2., EFI.4.F.4., EFI.4.F.5., EFI.4.F.6.
2º	5. Nuestros juegos populares	EFI.4.B.6., EFI.4.D.2., EFI.4.D.2.3., EFI.4.E.1., EFI.4.E.7.
2º	6. Deportes con implementos	EFI.4.C.1., EFI.4.C.1.3., EFI.4.D.1.1., EFI.4.D.2.2
2º	7. Relax	EFI.4.D.1.

2º	8. Fútbol para todos/as	EFI.4.C.1., EFI.4.C.1.3., EFI.4.C.1.4., EFI.4.C.1.5., EFI.4.D.2.2, EFI.4.D.2.3., EFI.4.E.5.1.
3º	9. Acrosport	EFI.4.C.1., EFI.4.C.5., EFI.4.D.2.1.
3º	10. Accidente! ¿Qué hago?	EFI.4.A.1., EFI.4.B.3., EFI.4.B.8., EFI.4.B.10., EFI.4.B.12., EFI.4.D.1., EFI.4.E.2.
3º	11. Basquet 3x3	EFI.4.C.1.,EFI.4.C.1.3.,EFI.4.C.1.4.,EFI.4.C.1.5., EFI.4.D.2.2

### **Temporalización 4º ESO:**

**1º Trimestre:** 23 sesiones en las que aproximadamente y dependiendo de las circunstancias en las que se desarrollen, 1 sesión será de toma de contacto con el alumnado, 7 sesiones de acondicionamiento físico general para preparar al alumnado para la realización de los test de condición física. 7 sesiones de diagnóstico de la condición física, 6 sesiones para la realización de juegos y ejercicios que permiten el desarrollo de las cualidades físicas, 2 sesiones dedicadas a la relación entre la alimentación, la salud y la actividad física. A lo largo de todas las sesiones se profundizará en la importancia, ejecución y dominio del calentamiento general y específico.

**2º Trimestre:** 24 sesiones en las que aproximadamente y dependiendo de las circunstancias en las que se desarrollen, 8 sesiones para el desarrollo de juegos populares, y el resto de sesiones se dedicaran para el desarrollo de deportes individuales de raqueta y técnica básica en deportes colectivos. A lo largo del trimestre se trabajará la relajación muscular como medio de consecución de la relajación mental.

**3º Trimestre:** 23 sesiones en las que aproximadamente y dependiendo de las circunstancias en las que se desarrollen, 2 sesiones para la exposición oral de los protocolos de actuación ante primeros auxilios, 6 sesiones para desarrollo de los contenidos de expresión corporal (teatralización de primeros auxilios), 6 sesiones para el aprendizaje de habilidades gimnásticas, 4 sesiones para el desarrollo de contenidos de baloncesto, 3 sesiones para el desarrollo de los contenidos de actividades en el medio natural y 2 sesiones para hacer un diagnóstico final del desarrollo individual de la condición física.

## 8. METODOLOGÍA

Se dará un tratamiento global para que se busque la integración del mayor número de aspectos posibles recogidos en los diferentes núcleos de contenidos.

Hay que partir de habilidades y destrezas básicas y atender el logro de las específicas, mediante transferencia de aspectos cuantitativos que sirven al alumnado para poder realizar prácticas deportivas.

Prácticas de habilidades y destrezas que proporcionan la solución de problemas motores. Tendremos que determinar periodos de inicio o calentamiento como elementos preparatorios y de relajación y vuelta a la calma para finalizar. Hay que garantizar la utilización del tiempo real haciendo progresiones en las actividades y utilizando mecanismos para ello.

Favorecer hábitos de aseo corporal como cambio de vestuario, alimentación adecuada, realización de calentamientos, relajación. Garantizar la seguridad del alumnado valorando su estado físico y acondicionando las actividades al desarrollo de cada uno sin forzarlo.

Los programas de refuerzo del aprendizaje no deben tener distinta asignación de tareas sino la misma que cada uno realice según su nivel físico o capacidades. Plantear tareas individuales para que descubran por si mismos nuevas posibilidades de movimiento y utilización de medios para llevar a buen término las acciones propuestas.

Mensualmente se planteará la realización de grupos interactivos o tertulias dialógicas, dentro del Proyecto de Comunidades de Aprendizaje, en los que se repasarán aspectos trabajados en las unidades didácticas o se realizarán actividades que las amplíen.

También en cada curso se van a trabajar, unidades didácticas que desarrollen un proyecto interdisciplinar que tendrá por núcleo temático los libros del itinerario lector establecido en el centro. Dicho proyecto lo van a desarrollar todos los departamentos del centro.

Conviene resaltar actividades realizadas de forma común y actividades diversificadas para diferentes intereses y aptitudes; y además éstas para atender intereses de especialización de los alumnos en determinadas actividades y habilidades deportivas.

Dar importancia a la comunicación ya que favorece el desarrollo socio-afectivo, posibilita actitudes de tolerancia, respeto y trato social, así como el desarrollo del sentido crítico. Todo ello favorecerá la convivencia en el centro.

Debemos crear hábitos para favorecer el cuidado y mantenimiento del material, de las instalaciones –su correcto uso- como pelotas, balones, aros, picas, bancos suecos, combas, etc.

Tal y como establecen las Instrucciones de 21 de junio de 2023, la propuesta de actividades a realizar desde el área de Educación Física para el **fomento de la lectura y el desarrollo de la comprensión lectora y expresión oral y escrita** es la siguiente:

- Lectura en voz alta de textos periodísticos y divulgativos relacionados con la Educación Física en clase. Resumen y comentario de lo leído.
- Tertulias dialógicas sobre artículos científicos relacionados con la materia.

- Realización de trabajos de investigación de algún tema específico relacionado con los contenidos de la materia.
- Exposición y grabación de temas relacionados con los hábitos de vida poco saludables para su posterior difusión entre la comunidad escolar para concienciar sobre dichos hábitos.

Dichas actividades se temporalizarán durante todo el curso académico realizando al menos una cada mes de acuerdo con lo establecido en las Instrucciones de 21 de junio de 2023.

Hemos de valorar el proceso de aprendizaje reflexionando sobre nuestras actuaciones y considerando el progreso del alumno en relación con el trabajo realizado y su evaluación. Debemos ayudar a eliminar estereotipos potenciando la igualdad de roles y la participación en grupos mixtos.

En general las orientaciones metodológicas van encaminadas a:

- Lograr una actividad intensa y protagonizada por el alumnado.
- Buscar siempre el equilibrio entre el proceso de enseñanza aprendizaje y sus resultados de tipo formativo y el desarrollo en valores, las actitudes y los mecanismos instrumentales.
- Que el aprendizaje sea significativo.
- Que faciliten la comunicación.
- Que se usen medios didácticos variados y atractivos.
- Que tengan en cuenta las características del entorno.
- Que el alumnado sea el protagonista de sus aprendizajes.
- La individualización atendiendo a la pluralidad de intereses, aptitudes y necesidades
- Potenciar el trabajo en equipo.

De la misma forma, el Departamento de Educación Física participa en otros proyectos de centro como son: Escuela Espacio de Paz, Ecoescuelas, Hábitos de vida saludable: Forma Joven, TDE, Plan de Igualdad, Vivir y Sentir el Patrimonio. Pazseos, Plan de Compensación Educativa, Programa de Aprendizaje-Servicio “La Paz Cuenta”, Proyecto: “Con nombre propio”, Proyecto Auna, Radio La Paz, Técnicas de estudio Bcrea , Libros aumentados y Desafío FLL “Super powered”

Igualmente, se trabajarán también las siguientes efemérides:

- 16 OCTUBRE: Día de la Niñas y la Escritoras
- 24 OCTUBRE: Día de las Bibliotecas Escolares
- 27 OCTUBRE: Halloween
- 25 NOVIEMBRE: Día contra la violencia hacia las mujeres
- 8 DICIEMBRE: Día de la Constitución
- 31 ENERO: Día de la Paz
- 14 FEBRERO: Día de la amistad.
- 28 FEBRERO: Semana de las Ciencias
- 23 ABRIL: Semana de las Letras y Feria del Libro
- 5-8 MARZO: Día de la Mujer
- 5 JUNIO: Día del Medioambiente

## **9. MATERIALES DIDÁCTICOS.**

El centro educativo dispone de un gimnasio nuevo (inaugurado en mayo de 2014), de 38 por 20 metros, un campo de baloncesto de dimensiones reducidas con una superficie algo resbaladiza y una pista polideportiva recientemente acondicionada para la práctica de fútbol, balonmano y voleibol con dos porterías ancladas al suelo.

Asimismo se ha ajustado la programación a los materiales deportivos existentes, así como al presupuesto que se dispone para la compra de materiales, quedando todo esto reflejado en el inventario del departamento.

También se hará uso de los recursos expuestos en la plataforma Moodle que complementarán los contenidos impartidos en las clases.

De igual modo, se utilizará un libro de texto de la editorial Kip Kiné como apoyo complementario, el cual facilitara el desarrollo de los contenidos de carácter teórico. También el libro de texto proporciona actividades de aprendizaje.

## **10. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

En consonancia con el aprendizaje competencial que se debe pretender a través del planteamiento de las distintas situaciones de aprendizaje en el aula, la evaluación debe diseñarse teniendo en cuenta la gran variedad de evidencias que se generan por parte del alumnado en el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje. Estas evidencias deberán estar en consonancia con las competencias específicas que ha de desarrollar el alumnado, competencias estas graduadas a través de los criterios de evaluación.

### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º ESO**

#### **Competencia específica 1**

1.1. Identificar y establecer secuencias sencillas de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con progresiva autonomía instrumentos de autoevaluación para ello, respetando y aceptando la propia realidad e identidad corporal.

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

1.3. Identificar y adoptar de manera responsable y con apoyos puntuales medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer posibles situaciones de riesgo.

1.4. Identificar los protocolos de intervención y medidas básicas de primeros auxilios que es necesario aplicar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física.

1.5. Identificar y analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, evitando su reproducción en su entorno escolar y en las actividades de su vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.

1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

## **Competencia específica 2**

2.1. Participar en el proceso de creación de proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con ayuda estrategias de autoevaluación y coevaluación e iniciando actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.

2.2. Actuar correctamente con una interpretación aceptable en contextos motrices variados, aplicando con ayuda principios básicos de la toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos de actuación facilitados, reales o simulados, reflexionando sobre los resultados obtenidos.

2.3. Iniciarse en la muestra de evidencias de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas de forma guiada en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.

## **Competencia específica 3**

3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos.

3.2. Colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos, para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.



#### **Competencia específica 4**

4.1. Gestionar la participación en juegos propios de Andalucía, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

4.2. Reconocer las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.

4.3. Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical, prestando especial atención a la educación socio-afectiva y fomento de la creatividad.

#### **Competencia específica 5**

5.1. Participar en actividades físico-deportivas sencillas en entornos naturales de Andalucía, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando de forma guiada el impacto ambiental que estas puedan producir e iniciando una conciencia sobre su huella ecológica.

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

### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN 2º ESO**

#### **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, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás.

1.2. Incorporar hábitos relacionados con procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3. Identificar y adoptar de manera responsable y de manera autónoma medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, en diferentes contextos y situaciones motrices, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente, haciendo uso para ello.

1.4. Identificar y actuar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física de acuerdo a los protocolos de intervención, aplicando medidas básicas de primeros auxilios en diferentes contextos y ante diferentes tipos de lesiones.

1.5. Analizar y valorar críticamente la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, en diferentes contextos y situaciones, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción en el entorno escolar y en las actividades de la vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.

1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

## **Competencia específica 2**

2.1. Desarrollar proyectos motores sencillos de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.

2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o compañera y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.

2.3. Evidenciar cierto grado de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas con apoyo ocasional en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.

### **Competencia específica 3**

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

3.2. Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos y deportes no convencionales, para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia.

### **Competencia específica 4**

4.1. Practicar y apreciar las manifestaciones artístico-expresivas de Andalucía, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

4.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.

4.3. Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical, prestando especial atención a la educación socio-afectiva y desde una perspectiva crítica y creativa.

### **Competencia específica 5**

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

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

### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN. 3º ESO**

#### **Competencia específica 1**

1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, aplicando de manera autónoma diferentes herramientas informáticas que permitan la autoevaluación y el seguimiento de la evolución de la mejora motriz, según las necesidades e intereses individuales y respetando, aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás.

1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, identificando situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando con apoyos puntuales medidas específicas de primeros auxilios.

1.5. Identificar y valorar críticamente estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual vinculados a la actividad física y deportiva, así como los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.

1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

## **Competencia específica 2**

2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y promover una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, mejorando con ello actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.

2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.

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

## **Competencia específica 3**

3.1. Practicar y participar activamente una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

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 con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.

#### **Competencia específica 4**

4.1. Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.

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, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.

4.3. Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.

#### **Competencia específica 5**

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

5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo con ayuda algunas responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas bajo supervisión.

### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN 4º ESO**

#### **Competencia específica 1**

1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, haciendo uso de diferentes sistemas de entrenamiento y aplicando de manera autónoma diversas herramientas informáticas que permitan la autoevaluación y el seguimiento de la evolución de la mejora motriz, según las necesidades e intereses individuales y respetando,

aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás, en diferentes manifestaciones motrices y contextos.

1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando y asumiendo como propias las rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, en diferentes contextos y situaciones motrices, identificando y valorando situaciones de riesgo y actuando de manera preventiva en su caso.

1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes, valorando diferentes contextos y tipos de lesiones para aplicar de manera autónoma medidas específicas de primeros auxilios.

1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, en diferentes contextos y situaciones, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.

1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

## **Competencia específica 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, consolidando actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.

2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacida-

des 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 de forma autónoma en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.

### **Competencia específica 3**

3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final valorando el proceso.

3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.

### **Competencia específica 4**

4.1. Contextualizar la influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía los procedentes de otros lugares.

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 ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito



físico-deportivo y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.

4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.

### **Competencia específica 5**

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

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

**RELACIÓN ENTRE LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS, LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y LOS SABERES BÁSICOS**

Competencias específicas	Educación Física 1º		Educación Física 2º	
	Criterios de evaluación	Saberes básicos	Criterios de evaluación	Saberes básicos
<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> <p>CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4.</p>	<p>1.1. Identificar y establecer secuencias sencillas de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con progresiva autonomía instrumentos de autoevaluación para ello, respetando y aceptando la propia realidad e identidad corporal.</p>	<p>EFI.1.A.1.1 EFI.1.A.1.2 EFI.1.B.4</p>	<p>1.1. Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás.</p>	<p>EFI.2.A.1.1 EFI.2.A.1.5. EFI.2.A.1.6. EFI.2.B.4 EFI.2.B.5</p>

	<p>1.2. Comenzar a incorporar procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p>	<p>EFI.1.A.1.2. EFI.1.A.1.3. EFI.1.A.1.4. EFI.1.A.1.5. EFI.1.B.2.</p>	<p>1.2. Incorporar hábitos relacionados con procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p>	<p>EFI.2.A.1.1. EFI.2.A.1.2. EFI.2.A.1.3. EFI.2.A.1.4. EFI.2.B.2.</p>
	<p>1.3. Identificar y adoptar de manera responsable medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer posibles situaciones de riesgo.</p>	<p>EFI.1.A.1.6. EFI.1.B.7.1. EFI.1.B.7.2.</p>	<p>1.3. Identificar y adoptar de manera responsable y de manera autónoma medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, en diferentes contextos y situaciones motrices, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo</p>	<p>EFI.2.A.1.5 EFI.2.B.7.1. EFI.2.B.7.2. EFI.2.B.7.3.</p>

		para actuar preventivamente, haciendo uso para ello.	
1.4. Identificar los protocolos de intervención y medidas básicas de primeros auxilios que es necesario aplicar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física.	EFI.1.B.7.3. EFI.1.B.7.4.	1.4. Identificar y actuar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física de acuerdo a los protocolos de intervención, aplicando medidas básicas de primeros auxilios en diferentes contextos y ante diferentes tipos de lesiones.	EFI.2.B.7.2. EFI.2.B.7.3.
1.5. Identificar y analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, evitando su reproducción en su entorno escolar y en las actividades de su vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.	EFI.1.A.2.1. EFI.1.A.2.2. EFI.1.A.3.2. EFI.1.B.4.	1.5. Analizar y valorar críticamente la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, en diferentes contextos y situaciones, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción en el entorno escolar y en las actividades de la vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.	EFI.2.A.3.2. EFI.2.A.3.3. EFI.2.B.4.
1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	EFI.1.B.4. EFI.1.B.5. EFI.1.B.6.	1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	EFI.2.B.4. EFI.2.B.5. EFI.2.B.6.

<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.</p>	<p>2.1. Participar en el proceso de creación de proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con ayuda estrategias de autoevaluación y coevaluación e iniciando actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p>	<p>EFI.1.A.3.1. EFI.1.B.3. EFI.1.C.1. EFI.1.C.2. EFI.1.C.4. EFI.1.C.6. EFI.1.C.7. EFI.1.D.1.</p>	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores sencillos de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p>	<p>EFI.2.A.3.1. EFI.2.B.1. EFI.2.B.3. EFI.2.C.1. EFI.2.C.4. EFI.2.D.1.</p>
	<p>2.2. Actuar correctamente con una interpretación aceptable en contextos motrices variados, aplicando con ayuda principios básicos de la toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos de actuación facilitados, reales o simulados, reflexionando sobre los resultados obtenidos.</p>	<p>EFI.1.C.1. EFI.1.C.4. EFI.1.C.5. EFI.1.C.7. EFI.1.C.8. EFI.1.D.2.1. EFI.1.D.2.2.</p>	<p>2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o compañera y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p>	<p>EFI.2.C.1. EFI.2.C.4. EFI.2.C.5.</p>

	<p>2.3. Iniciarse en la muestra de evidencias de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas de forma guiada en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.</p>	<p>EFI.1.C.1. EFI.1.C.2. EFI.1.C.3. EFI.1.C.4. EFI.1.C.7.</p>	<p>2.3. Evidenciar cierto grado de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas con apoyo ocasional en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p>	<p>EFI.2.C.1.1. EFI.2.C.2. EFI.2.C.3. EFI.2.C.4.</p>
--	---	---	---	--

<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.</p>	<p>3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos.</p>	<p>EFI.1.A.3.2. EFI.1.B.1. EFI.1.D.1. EFI.1.D.2.2. EFI.1.D.2.3. EFI.1.D.2.4.</p>	<p>3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>EFI.2.A.3.2. EFI.2.D.1. EFI.2.D.2.2. EFI.2.D.2.3. EFI.2.D.2.4.</p>
	<p>3.2. Colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos, para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p>	<p>EFI.1.D.1.2. EFI.1.D.2.1. EFI.1.D.2.2</p>	<p>3.2. Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos y deportes no convencionales, para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p>	<p>EFI.2.D.1.2. EFI.2.D.2.1.</p>
	<p>3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivosexual, de origen nacional,</p>	<p>EFI.1.A.2.2. EFI.1.D.1.4. EFI.1.D.2.1. EFI.1.D.2.3. EFI.1.D.2.4.</p>	<p>3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivosexual, de origen nacional,</p>	<p>EFI.2.A.2. EFI.2.D.1.4. EFI.2.D.2.3. EFI.2.D.2.4.</p>

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

<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz, aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales y, en particular la andaluza.</p> <p>CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.</p>	<p>4.1. Gestionar la participación en juegos propios de Andalucía, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.</p>	<p>EFI.1.E.1. EFI.1.E.2.</p>	<p>4.1. Practicar y apreciar las manifestaciones artístico-expresivas de Andalucía, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.</p>	<p>EFI.2.E.1.1. EFI.2.E.1.2. EFI.2.E.2.</p>
	<p>4.2. Reconocer las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.</p>	<p>EFI.1.D.2.4. EFI.1.E.3.</p>	<p>4.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.</p>	<p>EFI.2.A.2.. EFI.2.D.2.4 EFI.2.E.3.1. EFI.2.E.3.2.</p>
	<p>4.3. Utilizar intencionalmente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical, prestando especial atención a la educación socio-afectiva y fomento de la creatividad.</p>	<p>EFI.1.C.2. EFI.1.C.5. EFI.1.D.2.1.</p>	<p>4.3. Utilizar intencionalmente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical, prestando especial atención a la educación socio-afectiva y desde una perspectiva crítica y creativa.</p>	<p>EFI.2.C.2. EFI.2.C.5. EFI.2.D.1.4. EFI.2.E.3.</p>
<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la</p>	<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas sencillas en entornos naturales de Andalucía, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando de forma guiada el impacto ambiental que estas puedan producir e iniciando una conciencia sobre su huella ecológica.</p>	<p>EFI.1.F.2. EFI.1.F.3. EFI.1.F.4.</p>	<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas más complejas en entornos naturales de Andalucía, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando con ayuda el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.</p>	<p>EFI.2.F.1. EFI.2.F.2. EFI.2.F.3. EFI.2.F.4.</p>

<p>importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.</p> <p>STEM5, CD1, CD2 CC4, CE1, CE3.</p>	<p>5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, siguiendo las normas de seguridad individuales y colectivas marcadas.</p>	<p>EFI.1.F.1. EFI.1.F.2. EFI.1.F.3. EFI.1.F.4.</p>	<p>5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano de Andalucía, seleccionando y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas establecidas con ayuda.</p>	<p>EFI.2.F.1. EFI.2.F.2. EFI.2.F.3. EFI.2.F.4.</p>
--	---	--	--	--

Competencias específicas	Educación Física 3º		Educación Física 4º	
	Criterios de evaluación	Saberes básicos	Criterios evaluación	Saberes básicos
<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> <p>CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4.</p>	<p>1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, aplicando de manera autónoma diferentes herramientas informáticas que permitan la autoevaluación y el seguimiento de la evolución de la mejora motriz, según las necesidades e intereses individuales y respetando, aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás.</p>	<p>EFI.3.A.1.1. EFI.3.A.1.2. EFI.3.B.5.</p>	<p>1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, haciendo uso de diferentes sistemas de entrenamiento y aplicando de manera autónoma diversas herramientas informáticas que permitan la autoevaluación y el seguimiento de la evolución de la mejora motriz, según las necesidades e intereses individuales y respetando, aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás, en diferentes manifestaciones motrices y contextos.</p>	<p>EFI.4.A.1.1. EFI.4.A.1.2. EFI.4.B.4.</p>
	<p>1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de</p>	<p>EFI.3.A.1.2. EFI.3.A.1.3.</p>	<p>1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de</p>	<p>EFI.4.A.1.2. EFI.4.A.1.3.</p>
	<p>activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, tomando conciencia e interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p>	<p>EFI.3.A.1.4. EFI.3.A.1.5. EFI.3.A.1.6. EFI.3.A.1.7.</p>	<p>activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando y asumiendo como propias las rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.</p>	<p>EFI.4.A.1.4. EFI.4.A.1.5. EFI.4.B.2.</p>



	<p>1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, identificando situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p>	<p>EFI.3.B.1. EFI.3.B.2. EFI.3.B.3.</p>	<p>1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, en diferentes contextos y situaciones motrices, identificando y valorando situaciones de riesgo y actuando de manera preventiva en su caso.</p>	<p>EFI.4.B.7.. EFI.4.B.8.</p>
	<p>1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando con apoyos puntuales medidas específicas de primeros auxilios.</p>	<p>EFI.3.B.8.</p>	<p>1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes, valorando diferentes contextos y tipos de lesiones para aplicar de manera autónoma medidas específicas de primeros auxilios.</p>	<p>EFI.4.B.9. EFI.4.B.10.</p>
	<p>1.5. Identificar y valorar críticamente estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual vinculados a la</p>	<p>EFI.3.B.5. EFI.3.D.2.3.</p>	<p>1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al</p>	<p>EFI.4.A.2. EFI.4.A.3. EFI.4.B.4. EFI.4.B.5. EFI.4.D.2.3.</p>

	<p>actividad física y deportiva, así como los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p>		<p>género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, en diferentes contextos y situaciones, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p>	
	<p>1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	<p>EFI.3.B.5. EFI.3.B.6.</p>	<p>1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	<p>EFI.4.B.4. EFI.4.B.5. EFI.4.B.6.</p>

<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.</p>	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y promover una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, mejorando con ello actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p>	<p>EFI.3.B.1. EFI.3.B.4. EFI.3.C.1.1. EFI.3.C.1.2. EFI.3.D.1.</p>	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, Estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, consolidando actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p>	<p>EFI.4.B.1. EFI.4.B.3. EFI.4.C.1.1. EFI.4.C.1.2. EFI.4.C.6. EFI.4.D.1.</p>
	<p>2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una creciente incertidumbre, aprovechando las propias capacidades e iniciando la</p>	<p>EFI.3.C.1.1. EFI.3.C.1.3. EFI.3.C.1.4. EFI.3.C.1.5. EFI.3.C.4.</p>	<p>2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y</p>	<p>EFI.4.C.1.1. EFI.4.C.1.3. EFI.4.C.1.4. EFI.4.C.1.5. EFI.4.C.4. EFI.4.C.5.</p>

	<p>automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p>		<p>aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p>	
	<p>2.3. Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>	<p>EFI.3.C.1.1. EFI.3.C.2. EFI.3.C.3.</p>	<p>2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas de forma autónoma en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>	<p>EFI.4.C.1.1. EFI.4.C.2. EFI.4.C.3. EFI.4.C.4.</p>

<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.</p>	<p>3.1. Practicar y participar activamente una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>EFI.3.D.1. EFI.3.D.2.</p>	<p>3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>EFI.4.D.1. EFI.4.D.2. EFI.4.E.4.</p>
	<p>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</p>	<p>EFI.3.D.2.1.</p>	<p>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la</p>	<p>EFI.4.D.2.1.</p>

	<p>asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p>		<p>asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final valorando el proceso.</p>	
	<p>3.3. Relacionarse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las Actuaciones discriminatorias y la violencia.</p>	<p>EFI.3.D.1. EFI.3.D.2.</p>	<p>3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las Actuaciones discriminatorias y la violencia.</p>	<p>EFI.4.D.1. EFI.4.D.2.</p>

<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.</p> <p>CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.</p>	<p>4.1. Identificar influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía.</p>	<p>EFI.3.E.3. EFI.3.E.4. EFI.3.E.5.</p>	<p>4.1. Contextualizar la influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía o procedentes de otros lugares del mundo.</p>	<p>EFI.4.E.1. EFI.4.E.5. EFI.4.E.6.1. EFI.4.E.6.2.</p>
	<p>4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en</p>	<p>EFI.3.E.2.1. EFI.3.E.2.2. EFI.3.E.2.3.</p>	<p>4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen</p>	<p>EFI.4.E.4.</p>

	<p>algunos contextos de la motricidad, ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo de Andalucía.</p>		<p>produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.</p>	
	<p>4.3. Representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.</p>	<p>EFI.3.C.2. EFI.3.C.4. EFI.3.E.1.</p>	<p>4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.</p>	<p>EFI.4.C.2. EFI.4.C.5. EFI.4.E.2. EFI.4.E.3.</p>

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

## PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Deben establecerse procedimientos de evaluación e instrumentos de obtención de datos que ofrezcan validez y fiabilidad en la identificación de los aprendizajes adquiridos.

La evaluación llevará a cabo, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje en relación con los criterios de evaluación y el grado de desarrollo de las competencias específicas.

Las técnicas de evaluación o procedimientos de evaluación incluirán propuestas contextualizadas y realistas, en las que el alumnado pueda mostrar el grado de adquisición de las competencias; propondrán situaciones de aprendizaje de carácter funcional que permitan la activación de los conocimientos y estrategias de resolución de

situaciones-problemas y serán conocidos por el alumnado desde el inicio del proceso de aprendizaje.

Entre otros instrumentos de evaluación conviene citar los siguientes:

· Exploración inicial

Para conocer el punto de partida, resulta de gran interés realizar un sondeo previo entre los alumnos. Este procedimiento servirá al profesor para comprobar los conocimientos previos sobre el tema y establecer estrategias de profundización; y para el alumno, para informarle sobre su grado de conocimiento de partida. Puede hacerse mediante una breve encuesta oral o escrita, a través de una/s ficha/s de evaluación inicial.

· Cuaderno del profesor

Es una herramienta crucial en el proceso de evaluación. Debe constar de fichas de seguimiento personalizado, donde se anoten todos los elementos que se deben tener en cuenta: asistencia, rendimiento en tareas propuestas, participación, conducta, resultados de las pruebas y trabajos, etc.

Para completar el cuaderno del profesor será necesaria una observación sistemática y análisis de tareas:

- Participación de cada alumno o alumna en las actividades del aula, que son un momento privilegiado para la evaluación de actitudes. El uso de la correcta expresión oral será objeto permanente de evaluación en toda clase de actividades realizadas por el alumno.
- Trabajo, interés, orden y solidaridad dentro del grupo.

<b>TÉCNICAS EVALUACIÓN CUANTITATIVAS</b>	<b>TÉCNICAS EVALUACIÓN CUALITATIVAS</b>
<b>Instrumentos Cuantitativos (medición)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Test.</li><li>• Baterías.</li></ul>	<b>Instrumentos cualitativos (observación)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Rúbricas.</li><li>• Cuaderno del profesor.</li><li>• Registro acontecimientos.</li><li>• Registro de anecdótico.</li><li>• Lista de Control.</li></ul>

La evaluación de la materia se llevará a cabo de una forma continuada, es decir, haciendo un seguimiento de las actividades académicas del alumno/a a lo largo del curso y para eso se valorarán los siguientes puntos:

- Mostrar un comportamiento adecuado, así como interés en las explicaciones preguntando y aportando ideas relacionadas con el tema que se esté tratando.
- Realización de todos los trabajos solicitados por el profesor, mostrando interés y esfuerzo en la realización de los mismos.
- Se realizarán pruebas de carácter práctico a lo largo del trimestre con el fin de valorar los conocimientos teóricos/prácticos. Cualquier prueba se considera aprobada cuando la calificación sea de 5 o superior.

Para potenciar la práctica física y deportiva como hábito de vida saludable, en el período de la adolescencia, aquellos alumnos y alumnas que demuestren documentalmente haber realizado dicha práctica durante un mínimo de 6 meses durante el curso escolar verán incrementada su nota global a final de curso en 2 puntos.

## **11. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

Para el alumnado con NEAE se establecerán **Programas de refuerzo del aprendizaje**, así como para el alumnado repetidor y para el que promociona con la materia pendiente. También se establecerán refuerzos puntuales para aquel alumnado que, a lo largo del curso, presente alguna dificultad para la consecución de algún contenido. Para ellos se propondrán una serie de trabajos y/o proyectos en clase, que junto a realización del trabajo diario en las sesiones de Educación Física les permita recuperar esos contenidos. No se enumeran porque dependerá del contenido no superado. Dichos trabajos serán supervisados periódicamente por el profesor de la materia.

### **PROGRAMA DE REFUERZO PARA LA RECUPERACIÓN DE LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS.**

1. El alumnado que promocioe sin haber superado todas las áreas o materias seguirá un programa de refuerzo destinado a la recuperación de los aprendizajes no adquiridos y deberá superar la evaluación correspondiente a dicho programa.
2. Los programas de refuerzo para la recuperación de los aprendizajes no adquiridos incluirán el conjunto de actividades programadas para realizar el seguimiento, el asesoramiento y la atención personalizada al alumnado con áreas o materias pendientes de cursos anteriores, así como las estrategias y criterios de evaluación.
3. En el caso de áreas y materias no superadas que tengan continuidad en el curso siguiente, el profesorado responsable de estos programas será su tutor o tutora, o el profesorado de la materia correspondiente en educación secundaria obligatoria.
4. En el supuesto de materias que no tengan continuidad en el curso siguiente el programa de refuerzo para la recuperación de los aprendizajes no adquiridos se asignará a un profesor o profesora del departamento correspondiente.
5. El alumnado de educación secundaria obligatoria que no obtenga evaluación positiva en el programa de recuperación a la finalización del curso podrá presentarse a la prueba extraordinaria de la materia correspondiente. A tales efectos, el profesor o profesora que tenga a su cargo el programa elaborará un



informe sobre los objetivos y contenidos no alcanzados y la propuesta de actividades de recuperación.

### **ORIENTACIONES PARA SU ELABORACIÓN:**

- El programa de refuerzo para la recuperación de los aprendizajes no adquiridos, partirá del análisis realizado por el profesor/a responsable, consultando el informe personal del alumnado y las orientaciones del profesorado del curso anterior.
- El programa de refuerzo llevará un plan de trabajo para cada materia no superada el curso anterior.
- El profesorado de cada materia deberá realizar un seguimiento del alumnado, fijándose más en el proceso de aprendizaje.
- Se realizará una adaptación de cada tema, incluyendo los conocimientos previos no adquiridos necesarios para la continuidad del aprendizaje y la superación de la materia.
- Se le proporcionará una relación de actividades, secuenciadas de acuerdo con la organización de los contenidos, especificando cada tema.
- Los criterios de evaluación serán los del departamento para el curso. Los criterios de calificación se concretarán en el departamento, de acuerdo con el plan propuesto.
- Se realizará un seguimiento trimestral del trabajo establecido, en el que se le irán corrigiendo las actividades, fijando unas fechas de entrega del trabajo.
- La atención a este alumnado será fuera de su horario lectivo.
- Al finalizar el trimestre el alumnado y la familia recibirán una valoración de la evolución en su aprendizaje en estas materias.

Otra de las medidas adoptadas en el centro para la atención a la diversidad, es que en casi todas las materias de 1º y 2º de la ESO hay un/a profesor/as de apoyo. De esta forma, además de reforzar el aspecto curricular y la atención a todo el alumnado, se puede dar una respuesta adecuada ante situaciones disruptivas que aparezcan en el aula.

Se incluirá el siguiente modelo de seguimiento aportado por el Departamento de Orientación:

## PROGRAMA DE REFUERZO PARA LA RECUPERACIÓN DE LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS

<b>ALUMNO/A:</b>	
<b>MATERIA:</b>	
<b>CURSO PENDIENTE:</b>	
<b>PROFESOR RESPONSABLE:</b>	
<b>TUTOR/A:</b>	

Motivos por los cuales el alumno/a no ha superado la materia	
<input type="checkbox"/> Salud	<input type="checkbox"/> Razonamiento
<input type="checkbox"/> Falta de motivación	<input type="checkbox"/> Expresión escrita
<input type="checkbox"/> Poco hábito de trabajo	<input type="checkbox"/> Alta inasistencia
<input type="checkbox"/> Comprensión lectora	<input type="checkbox"/> Otros:

Criterios de Evaluación y Competencias Específicas no Superadas:	
Competencias Específicas	Criterios de Evaluación

<b>Medidas a adoptar en función de los motivos anteriores:</b>

<b>Recomendaciones para el curso siguiente</b>

Granada a \_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2023

FDO. PROFESOR/A:

## 12. TAREAS INTERDISCIPLINARES COORDINADAS POR DEPARTAMENTOS

Los temas transversales han de estar presentes en todo el proceso educativo. Son temas, por lo general, de carácter multidisciplinar. No son ni deben ser temas paralelos ni actividades complementarias y ocasionales. Según la normativa los centros han de incluir el tratamiento de la educación en valores en los aspectos generales así como en cada uno de los apartados específicos de los distintos niveles de planificación y programación.

Entre los temas transversales destacamos en esta área los siguientes:

- Coeducación: Fomentar la igualdad de género será de gran importancia en la materia de Educación Física, dándole un gran valor al trabajo en equipo de carácter mixto y no diferenciado, e intentando exponer el valor de la mujer en el mundo del deporte y la actividad física.

- Educación ambiental: Generar conciencia medio-ambiental en las salidas al medio natural, ha de ser uno de nuestros objetivos en colaboración directa con otros departamentos didácticos.

- Educación para el consumidor: Concienciar al alumnado de que no hay que dejarse llevar por las modas, ni el consumismo de marcas deportivas, que lo importante es una buena relación calidad- precio y llevar una indumentaria adecuada al deporte a realizar, independientemente de las modas, así como no hay que dejarse llevar por anuncios de máquinas o métodos milagrosos con los que se consigue un “cuerpo 10”, ya que una mejora de la salud sólo se consigue con ejercicio, descanso y una dieta equilibrada.

- Educación para la paz: Mediante el diálogo y la convivencia pacífica podrán solucionar todos los conflictos que se planteen. Además se debe intentar que aprendan a respetar las normas, las reglas como hecho democrático y pacífico, no solo en práctica deportiva y de actividad física, sino también en la vida diaria.

- Interculturalidad: Aceptar las diferencias personales, con independencia de la cultura, origen social, etnia o raza, siendo la Educación Física una materia que contribuirá a la aceptación de estas diferencias.

## ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Durante el presente curso académico, está previsto realizar las siguientes actividades complementarias y extraescolares:

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD/DESCRIPCIÓN	LUGAR DE REALIZACIÓN /FECHAS O TRIMESTRE	CURSOS A LOS QUE VA DIRIGIDA LA ACTIVIDAD
Parque arbóreo Víznar Aventura entre pinos y senderismo	Sierra de Huétor Santillán 1 <sup>er</sup> Trimestre	1º a 4º ESO
Visita a entrenamiento equipo femenino y masculino de fútbol Granada CF	Ciudad deportiva Granada CF 1er Trimestre	1º a 4º ESO
Gymkhana juegos populares	Patio del centro Día de Andalucía	1º a 4º ESO
Charla Club SIMA Peligros de Fútbol	Gimnasio 2º Trimestre	1º a 4º ESO
Trineos en Sierra Nevada	Sierra Nevada 2º Trimestre	1º a 4º ESO
Programa en la escuela de Spiribol	Patio del centro 3 <sup>er</sup> Trimestre	1º a 4º ESO
Deportes acuáticos (padel surf, windsurf...)	Motril 3 <sup>er</sup> Trimestre	4º ESO
Gimkhana geolocalización Alhambra	Bosque de la Alhambra 3 <sup>er</sup> Trimestre	3º y 4º ESO
Karting	Centro comercial Granaita 3 <sup>er</sup> Trimestre	1º a 4º ESO
Visita equipo de baloncesto profesional	Pista baloncesto centro 3 <sup>er</sup> Trimestre	1º a 4º ESO
Recreos activos (ligas internas de diversos deportes y otras actividades físicas)	Instalaciones deportivas del centro Todo el curso	1º a 4º ESO

## **ATENCIÓN AL PROCESO DE TRANSFORMACIÓN DIGITAL EDUCATIVA (TDE)**

Uso de los recursos digitales del centro:

- Proyector: Para mostrar contenidos y para proyectar presentaciones sobre diferentes temas de interés, visualización de actividades de la Plataforma Moodle Centros, actividades interactivas a través de diversas fuentes digitales, etc.

- Aula de Informática, portátiles y tablets. A lo largo del curso el alumnado utilizará estos recursos para realizar diferentes actividades: actividades interactivas, plataforma Liveworksheets, kahoots, búsqueda de información en internet, realización de trabajos, etc.

Contribución al proceso TDE:

- Se procurará que tanto el profesorado como el alumnado adopte un comportamiento responsable en entornos en línea (uso correcto de las redes sociales y la ley de protección de datos).
- La utilización y el diseño de contenidos cumplirán las normas de propiedad intelectual y de copyright.
- La utilización y el diseño de contenidos contribuirá al desarrollo de las competencias digitales definidas en el centro.
- Se usarán cuestionarios online y rúbricas para la autoevaluación del alumnado.
- La creación, utilización y diseño de contenidos seguirá los principios del DUA (Diseño Universal para el Aprendizaje) para favorecer la inclusión.

## ANEXO: ESQUEMA DE SITUACIONES DE APRENDIZAJE

IDENTIFICACIÓN						
CURSO	TÍTULO O TAREA					
	TEMPORALIZACIÓN					
JUSTIFICACIÓN						
DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO FINAL						
CONCRECIÓN CURRICULAR						
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS						
MATERIA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS				
ORIENTACIONES PARA LA COMPETENCIA ESPECÍFICA						
CONEXIÓN CON EL PERFIL COMPETENCIAL AL FINALIZAR SEGUNDO CURSO / PERFIL DE SALIDA						
SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA						
ACTIVIDADES (TIPOS Y CONTEXTOS)	EJERCICIOS (RECURSOS Y PROCESOS COGNITIVOS)					
MEDIDAS DE ATENCIÓN EDUCATIVA ORDINARIA A NIVEL DE AULA						
Medidas generales. Medidas específicas. Adaptaciones DUA						
PRINCIPIOS DUA	PAUTAS DUA					
VALORACIÓN DE LO APRENDIDO						
PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE						
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN	RÚBRICAS				
		INSUFICIENTE (Del 1 al 4)	SUFICIENTE (Entre 5 y 6)	BIEN (Entre 6 y 7)	NOTABLE (Entre el 7 y el 8)	SOBRESALIENTE (Entre el 9 y el 10)
EVALUACIÓN VALORACIÓN MEDIDAS DUA PARA LA DIVERSIDAD						
NIVEL DESEMPEÑO COMPETENCIAL						
PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE						
Indicador				Instrumento		