

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA  
E.S.O. y BACHILLERATO  
CURSO ACADÉMICO 2024/2025  
EDUCACIÓN FÍSICA.



## ÍNDICE

1. DATOS GENERALES. CONSIDERACIONES PREVIAS. NORMAS GENERALES.
2. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA. INTRODUCCIÓN: JUSTIFICACIÓN.
3. OBJETIVOS GENERALES. COMPETENCIAS CLAVE. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS. BLOQUES DE CONTENIDOS. CONCRECIÓN DE SABERES BÁSICOS EN LA ESO.
4. OBJETIVOS GENERALES. COMPETENCIAS CLAVE. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS. BLOQUES DE CONTENIDOS. CONCRECIÓN DE SABERES BÁSICOS EN BACHILLERATO.
5. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS.
6. PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS.
7. METODOLOGÍA
8. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.
9. RECURSOS DIDÁCTICOS.
10. EVALUACIÓN. CRITERIOS DE EVALUACIÓN .
11. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES .
12. PLAN DE LECTURA.

## 1. DATOS GENERALES

### 1.1 CONSIDERACIONES PREVIAS.

Esta programación de área es elaborada por los profesores componentes del Departamento de Educación Física del IES "Laurel de la Reina" de La Zubia para el curso 2022-2023. Dichos profesores son:

- Dn. Salvador Cuesta con destino definitivo. Imparte clases de E.F. en 2º ESO (4 grupos) , 3º ESO (3 grupos) y 1º Bachillerato ( 2 Grupos ).
- Dña. María Cristina Castilla Serrano, con destino definitivo ,y el cargo de jefa de departamento, imparte clases de E.F. en 4º de ESO Bilingüe (3 grupos), 2º Bachillerato (2 grupos), 1º ESO Bilingüe ( 2 grupos).
- Dña. Alicia Fernández Rodríguez con destino provisional por concursillo y cargo de tutora imparte clases de EF en 1º de ESO Bilingüe ( 2 grupos), 3º de ESO ( 3 grupos) , 4º ESO Bilingüe ( 2 grupos) y 1º Bachillerato ( 1 grupo).

### 1.2 LEGISLACIÓN

Esta programación se basa en el currículo oficial establecido para ESO y Bachillerato en los correspondientes Reales Decretos de Enseñanzas Mínimas y Currículo establecidos por el Ministerio de Educación Cultura y Deporte así como en las Órdenes de Currículo que lo desarrollan como línea general concretando específicamente la aplicación de la citada normativa en los Decretos de ordenación del currículo en ESO y Bachillerato respectivamente, emitidos por la Consejería de Educación y Deporte de la Junta de Andalucía y que se relaciona a continuación.

- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.
- Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.
- Decreto 102/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Decreto 103/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía .
- Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de

los Institutos de Educación Secundaria.

- Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre las diferentes etapas educativas.
- Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.
- Instrucciones de 21 de junio de 2023, de la Viceconsejería de desarrollo educativo y formación profesional, sobre el tratamiento de la lectura para el despliegue de la competencia en comunicación lingüística en educación primaria y educación secundaria obligatoria.
- Orden de 28 de junio de 2011, por la que se regula la enseñanza bilingüe en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Andalucía (BOJA 12-07-2011), modificada por la Orden de 18 de febrero de 2013 y por la Orden de 1 de agosto de 2016 o texto consolidado.

En referencia a la utilidad y necesidad de esta Programación Didáctica, hay que hacer hincapié en el carácter flexible de la misma, lo que nos permitirá llevar a la práctica las diferentes Unidades Didácticas programadas en función de parámetros de eficacia y de adaptación permanente en función de todas las incidencias que puedan aparecer a lo largo del curso. Ello supone aceptar el hecho de que la programación ha de ser un elemento dinámico que nos permita realizar las adaptaciones necesarias en la forma y en el fondo cuando existan causas que así lo justifiquen, que deberán quedar suficientemente documentadas en las correspondientes actas de reuniones de departamento y en los análisis mensuales generales del desarrollo de la programación docente.

No podemos pretender, por tanto, que todo tal y como lo hemos programado, se podrá llevar a la práctica de manera taxativa e invariable, pues la tarea educativa no se realiza de modo rígido, sino que supone una *continua adaptación* a las exigencias de la realidad cotidiana.

La presente programación tiene un *carácter orientador*, sirve de guía para la acción, que debe ser modificada de acuerdo con las aportaciones que su puesta en práctica va suministrando, lo cual implica una retroalimentación constante.

### 1.3 DATOS TÉCNICOS DEL CENTRO

Nombre: I.E.S. "Laurel de la Reina".

Dirección: C/ Everest s/n.

Localidad: La Zubia (Granada).

C.P.18140

Tfno: 958893722

Niveles y etapas de enseñanza que se imparten.

NIVEL: Educación Secundaria Obligatoria: 1º a 4º de ESO

NIVEL : Bachillerato (Modalidades de Ciencias y Humanidades y Ciencias Sociales)

ETAPAS: Enseñanza Secundaria Obligatoria . CURSOS: 1º, 2º, 3º y 4º de E.S.O. y Bachillerato 1º curso y 2º Curso.

- Número de grupos.
  - 1º E.S.O.: 4 Grupos (A ,B, C,D ).
  - 2º E.S.O.: 5 Grupos (A ,B,C,D ).
  - 3º E.S.O.: 6 Grupos (A ,B,C,D,E, F).
  - 4º E.S.O.: 5 Grupos (A, B,C,D, E).
  - 1º BACHILLERATO: 3 grupos (A, B, C)
  - 2º BACHILLERATO: 3 grupos (A, B, C)
  
- Número de sesiones de Educación Física por semana a cada grupo: 3 en 1º ESO y 2 en el resto de grupos. Desde hace dos años se imparte la materia optativa en 2º Bachillerato de Actividad Física y Salud.

### 1.4. CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL CENTRO.NORMAS GENERALES DE LA ASIGNATURA.

#### Descripción general.

El I.E.S. Laurel de la Reina, se encuentra ubicado en la zona conocida como "El Laurel de la Reina", zona con edificaciones de tipo residencial.

El alumnado procede mayoritariamente de La Zubia, aunque se incorporan alumnos procedentes de alguna de las localidades colindantes, especialmente Gojar desde donde se incorpora el alumnado a partir de 3º curso de la ESO.

Desde hace unos años se ha añadido un aula TEA cuyo alumnado se incorpora a las sesiones de Educación Física cuando el horario lo permite.

El Departamento de Educación Física, como no podía ser de otra manera, realiza la atención necesaria mediante la oportuna configuración de las adaptaciones curriculares tanto "significativas como " no significativas" según sea requerido en cada caso, y contando siempre con la colaboración y ayuda del Departamento de Orientación y del profesorado de Educación Terapéutica destinado en el centro para el diseño y desarrollo de las adaptaciones curriculares para los alumnos con necesidades en caso de ser necesarias.

En general, en la parte práctica el alumnado se integra de manera efectiva en las actividades generales siendo las adaptaciones innecesarias ya que los alumnos en su

globalidad trabajan a diferentes niveles de exigencia en función de sus capacidades independientemente de sus posibles discapacidades, si es que las tiene. Por tanto, no es este en ningún caso un elemento excluyente ni para este tipo de alumnado ni para el resto, ya que a todos y cada uno de los alumnos se le exige en función de sus capacidades de rendimiento y habilidad personal.

Para las actividades de carácter teórico en su caso se producirán las adaptaciones curriculares necesarias para adaptar a este tipo de alumnado las tareas en función de sus necesidades específicas en cada caso.

#### Descripción del nivel general y del interés asignatura del alumnado.

En general, el alumnado muestra bastante interés por el área de Educación Física. Además, una buena parte del alumnado practica algún deporte en sus horas extraescolares con diferentes niveles de implicación y dedicación. Sin embargo es necesario reseñar la presencia de un reducido número de alumnos y alumnas que se muestran apáticos ante la materia; estos alumnos y alumnas además en las otras áreas muestran en general el mismo desinterés por la adquisición de aprendizajes.

Es necesario reseñar también la organización por parte del Ayuntamiento de actividades deportivas como Escuelas Deportivas Municipales, en donde numerosos alumnos y alumnas del Centro participan. En nuestro centro se desarrollan en horario de tarde actividades de la Escuela Municipal de Baloncesto, Patinaje y Voleibol en horario extraescolar, siendo llevadas a cabo estas actividades por las propias organizaciones interesadas, no teniendo el centro más participación que la cesión de instalaciones.

#### Formación del profesorado

El profesorado del área de Educación Física del Centro se implica anualmente en actividades de formación de manera personal y autónoma. En este año 2023/2024, al igual que en años anteriores y en el momento de confeccionar esta programación anual, no existe oferta de actividades específicas para la asignatura de E.F. por parte del CEP de Granada al menos en las ofertas de formación ofrecidas hasta el momento, lo que supone un agravio reseñable a nivel de posibilidades de formación del colectivo. No obstante el profesorado se integra en los proyectos y programas del centro aunque no sean específicos de la propia asignatura y en otros cursos de la oferta formativa existente a través del CEP u otras instituciones oficiales.

Se solicitará al profesor responsable del plan de formación la inclusión de actividades específicas para el profesorado especialista que permita complementar el proceso formativo de la mejor manera posible.

#### Normas del departamento de Educación Física sobre el uso de instalaciones, vestuarios y material deportivo, y otras normas de carácter general

##### A) Material deportivo, Material de aseo personal

Para llevar a cabo las clases de Educación Física será obligatorio utilizar indumentaria deportiva adecuada para una correcta práctica. Se considera obligatorio

disponer de material de aseo personal para ser utilizado una vez finalicen las correspondientes sesiones. La atención al tipo de material, se centrará en que todos los elementos utilizados en la indumentaria del alumnado sean cómodos, seguros y sobre todo adecuados. El profesor supervisa constantemente durante los periodos lectivos el cumplimiento de las normas generales del centro y específicas de la materia.

Si un alumno o alumna no trae indumentaria deportiva no podrá realizar clase de E.F. con normalidad y recibirá la correspondiente anotación en el cuaderno de incidencias como notas negativas que se sumarán al cómputo global de la evaluación y se comunicará a través de Pasen la incidencia a las familias para actuaciones correspondientes. En los casos de enfermedad el profesor plantea una actividad alternativa.

B) Justificación de enfermedad transitoria: Asimismo, el profesor programará algún tipo de actividad alternativa para los alumnos y/o alumnas que por motivos de enfermedad, no puedan realizar ejercicios físicos. No obstante, cuando la enfermedad les impida la realización de la parte práctica de la clase de Educación Física en más de dos sesiones consecutivas, los alumnos o alumnas deberán aportar un justificante médico que deberá contener obligatoriamente la definición correspondiente de la enfermedad, lesión o causa objetiva que justifica la no realización de la actividad emitida por el facultativo correspondiente, con expresa indicación de aquellas actividades que no pueda realizar, o por el contrario de las que no existe ningún inconveniente para su realización. En todo caso, cuando no esté recomendada la participación del alumno/a en la parte práctica de manera total, se le asignarán tareas de otra índole, relacionadas siempre con la asignatura que sean susceptibles de realización por el interesado/a.

C) Justificación de faltas de asistencia: Es obligación de los padres la justificación a través de Pasen de las faltas de asistencia de sus hijos al centro. Cuando esto ocurra deberá aportar el correspondiente documento justificativo al tutor y al profesor afectado. La justificación de las faltas de asistencia a clase en ningún momento constituye un elemento de superación de los contenidos de la asignatura, debiendo el alumno recuperar los mismos para la obtención de una calificación positiva.

D) No estará permitido bajo ningún concepto en las clases de Educación Física reloj, anillos, pendientes, pulseras, colgantes, etc. o cualquier elemento que pueda provocar lesiones tanto a los compañeros como a uno mismo.

E) Entrada y salidas del aula de EF (Gimnasio y Pista Exterior): todos los alumnos y alumnas saldrán del aula una vez suene el timbre y lo harán de manera ordenada y educada tratando de molestar lo mínimo posible y sin entretenerse para llegar lo antes posible a la zona asignada (Gimnasio o pista exterior). Todos los alumnos y alumnas esperarán en la puerta del gimnasio hasta que el profesor lo indique.

F) Desarrollo de la clase: El alumnado esperará al profesor en la puerta del gimnasio. No está permitido el permanecer en los pasillos del edificio principal. Al acceder al gimnasio se ocupará el lugar que el profesor indique, esperando sus indicaciones.

Está terminantemente prohibido realizar cualquier actividad en el gimnasio sin que el profesor lo indique. Asimismo, está totalmente prohibido comer en clase.

Durante el transcurso de la clase es obligatorio solicitar permiso siempre al profesor para ir al servicio o ausentarse de la clase por cualquier motivo.

En todo momento respetaremos el material que utilicemos para la clase de Educación Física siendo todo el alumnado responsable de su buen uso así como de su colocación y recogida al inicio y finalización de la correspondiente sesión.

Salida del gimnasio: tras la clase de Educación Física se dará tiempo (unos 5') para el aseo personal y cambio de vestuario si procede. Los vestuarios se utilizarán de manera adecuada manteniendo en todo momento el orden y la limpieza.

Ningún alumno o alumna saldrá del gimnasio hasta que el profesor lo indique. El retorno a clase al aula del edificio principal, se hará de forma ordenada y educada tratando de molestar lo menos posible.

## 1.5. CONTRIBUCIÓN AL PROYECTO EDUCATIVO

La presente programación se elabora teniendo en cuenta los diferentes apartados del proyecto educativo. Tal y como en él se refleja pretendemos con esta programación alcanzar los objetivos generales de la etapa de Secundaria y Bachillerato, para ello sigue metodologías por las que apuesta el este centro educativo y participa de los planes y programas que se desarrollan en el centro.

## 2. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

### 2.1. INTRODUCCIÓN

#### 2.1.1. Justificación teórica de la programación.

Consideramos necesario exponer razones claras sobre la necesidad de elaborar una programación de área, destacando diversos aspectos que merecen especial importancia. Por tanto, comenzamos la programación de aula elaborando una justificación y fundamentación del trabajo a desarrollar además del interés que deberá mostrar el alumnado por realizarla de la manera más adecuada posible.

Cuando hablamos de programación nos referimos de una forma explícita a un área determinada de conocimientos y a la forma en que esta puede estar estructurada, distribuida, presentada a los alumnos y alumnas y evaluada .

Ésta pretende anticiparse a la acción y trata de conjugar saberes y medios en función de unas competencias específicas.

El diseño y desarrollo de programaciones debe partir del análisis de las diferentes variables del contexto en el que se va a desarrollar todo el proceso de enseñanza-aprendizaje, de la realidad particular en la que vamos a actuar: tipo y características del alumnado, del entorno del centro escolar, del proyecto educativo, etc.

Su confección es, por tanto, responsabilidad de los diferentes profesores de cada una de las materias, bien en conjunto o bien de forma individual.

Las funciones más importantes a cumplir por la programación son las siguientes:

- Analizar el problema y tratar de describir con precisión los resultados que se desean conseguir.

- Elegir los instrumentos más idóneos y el material y recursos más convenientes para conseguir los objetivos fijados.
- Fijar un orden o secuencia en la ejecución de las acciones.
- Controlar y analizar los resultados.

Y es que, todas estas funciones son básicas y necesarias para garantizar una eficacia y coherencia en el proceso programador, de lo contrario, podríamos caer en la realización de una serie acciones sin un orden ni una secuencia lógica de decisión y no seguir el debido proceso sistemático.

En definitiva, esta programación consistirá en el análisis de la situación general y en unas previsiones más o menos precisas que se intentarán conseguir a través de una serie de operaciones tales como:

- a) Análisis y diagnóstico previo de la realidad en la que vamos a operar.
- b) Determinación de unos objetivos a conseguir.
- c) Elección de los saberes básicos más idóneos y de los recursos más convenientes.
- d) Elección de situaciones de aprendizaje apropiadas para adquirir las diferentes competencias.
- e) Determinación de un orden de ejecución a través de una temporalización.
- f) Diseño y organización de toda una serie de actividades para la enseñanza y el aprendizaje, y también el proceso de evaluación.
- g) Evaluación de todo el diseño y desarrollo para tomar decisiones al respecto.

Por otra parte, la programación la hemos de considerar como un proceso continuo, abierto y flexible y en revisión y /o transformación constante. Es este carácter dinámico el que nos va a permitir un permanente ajuste de todo el proceso cuando las circunstancias así lo requieran.

Toda programación consta, según lo advertido anteriormente de una serie de fases:

1. Fase de análisis y diagnóstico previo.
2. Fase de planteamiento y elaboración.
3. Fase de ejecución y desarrollo a lo largo del curso académico.
4. Fase de evaluación.

Termina aquí la introducción, y seguidamente vamos a justificar las dos primeras fases, que son las que se tratan en este primer apartado de justificación y fundamentación de la programación de área.

- Fase de análisis y diagnóstico previo.

Es a partir de esta fase, donde trataremos de conocer cuáles son esas condiciones reales previas al proceso de enseñanza y aprendizaje, de forma que ésta misma nos condicionará totalmente la actuación posterior, pues no es ni más ni menos que el punto de partida.

Nos estamos refiriendo al contexto concreto y específico delimitado por un conjunto de variables que exponemos a continuación: entorno sociocultural, características del alumnado, características del centro escolar, diseño curricular, proyecto educativo y curricular de centro, recursos materiales, recursos humanos, recursos económicos.

Si consideramos que todo proceso de enseñanza y aprendizaje se realiza en una interacción continua entre el sujeto y el medio vital donde se desenvuelve, vemos y advertimos cuánta es la importancia del análisis de estos aspectos.

- Fase de planteamiento y elaboración.

En esta fase se realizará la delimitación y definición de competencias clave, aquellos resultados finales que esperamos conseguir de nuestros alumnos y alumnas; saberes básicos, es decir, aquello que vamos a enseñar, situaciones de aprendizaje (técnicas, estilos y recursos didácticos o pedagógicos que el profesor utiliza para enseñar los contenidos y alcanzar los objetivos, es el cómo enseñar), la temporalización, es decir, la ordenación y distribución en el tiempo de los diferentes contenidos, cuándo enseñar, diseño de actividades, las cuales permiten desarrollar los contenidos y alcanzar los objetivos propuestos; también se refiere a actividades de evaluación.

- Fase de ejecución

En esta fase se producirá el desarrollo de los contenidos, las actividades a realizar y su organización para alcanzar el fin último previsto de consecución de los aprendizajes y su evaluación desarrollando y ajustando la programación según las circunstancias de cada grupo.

- Fase de evaluación .

En esta fase el departamento deberá analizar si los objetivos y competencias planteados han sido alcanzados.

### 2.1.2.Datos del alumnado. Fundamentos psico-pedagógicos.

La presente programación va referida a alumnos y alumnas que están plena pubertad , lo cual obliga a conocer las características psicológicas y pautas de comportamiento generales del alumnado.

La relación en porcentajes entre chicos y chicas varía en cada curso y aunque sería una propuesta ideal el reparto equitativo por grupos es difícil compaginarla con la oferta de optativas.

Otro aspecto importante es el número de alumnos por grupo que se ha visto incrementado de manera notable en este curso académico, ya que en algunos cursos resulta excesivo. En general se está en torno a los 30 alumnos por grupo en ESO, 35 en bachillerato. Esto puede crear problemas de organización que se solventarán con la buena actitud del alumnado y la profesionalidad del profesorado..

### 2.1.3. Características generales del alumnado

A continuación vamos a destacar algunas características psicológicas de los alumnos y alumnas en los diferentes planos, sobre todo de los de ESO, que pensamos tienen una mayor incidencia educativa en el área de Educación Física:

En el plano físico-motriz el cuerpo aumenta de forma brusca, alternando el crecimiento y su grosor. Por lo que su cansancio es mayor. Los chicos a los 14 años y las chicas a los 12 años, es cuando alcanzan el mayor crecimiento anual en su talla, que puede llegar hasta 10 centímetros en un año. Este crecimiento hace que se produzcan sinergias, descoordinaciones. Esta situación se acentúa más en los chicos que en las chicas.

A nivel cardíaco el corazón aumenta de tamaño, casi se duplica, aunque su volumen cardíaco disminuye, debido a que el crecimiento no es proporcional al crecimiento del resto del cuerpo, por lo que la resistencia suele ser menor.

La presión arterial varía, debido a que las paredes de los vasos aumentan de espesor. El pulmón no crece al mismo ritmo, por lo que la capacidad pulmonar es pobre, quizás sea la menor que tenga durante toda su vida, esto hace que tenga propensión al cansancio, pereza y apatía.

Su sistema sexual alcanza igualmente un gran desarrollo, aumentando de forma significativa la actividad sexual. Debido a su desarrollo sexual, la fuerza hasta se triplica, debido a la segregación de testosterona. Por esta razón aparece el vello tanto en la cara, en el caso de los chicos, como en axilas y región púbica, además de que la voz se hace más grave.

Como consecuencia de la relación que hay entre el sistema endocrino y el nervioso, y debido a los cambios que se están ocasionando en el primero, nos encontraremos con alumnos fácilmente irritables.

En el plano afectivo-social, su carácter afectivo es alterado, debido a la eclosión del sistema sexual. Su carácter se hace inestable, realizando cambios muy drásticos, oscilando entre grandes extremos, pasando desde el entusiasmo a la depresión o desde el exhibicionismo al pudor. Comienza a oponerse a todo lo que le rodea: padres, profesores, sociedad. Se hace irascible y fácilmente lesionado en su amor propio. Comienzan las primeras relaciones sexuales, gran interés por todo lo que rodea la sexualidad. Comienza el alejamiento de la familia, que la sustituye por sus amigos, que según él están más próximos a sus ideales. Tiene problemas con el ambiente social, debido a su crisis de independencia favorecido por el desarrollo de su personalidad.

En el plano cognitivo comienzan a aflorar, de forma notable, sus capacidades cognitivas, mediante la percepción, comprensión y su capacidad de análisis, que comienza a distinguir las partes del todo. Su pensamiento se acerca al formal, dejando paulatinamente el pensamiento concreto. Este paso no está directamente influenciado por la edad cronológica, sino que tiene más que ver con la de desarrollo. Su capacidad de atención aumenta y su capacidad de aprendizaje es grande por el aumento de las funciones intelectuales.

Su capacidad de atención aumenta y su capacidad de aprendizaje es grande por el aumento de las funciones intelectuales.

Las implicaciones educativas que se producen son las siguientes:

Por este rápido aumento corporal, se producen desorganizaciones en el esquema corporal, debido a que no se haya identificado con su cuerpo, lo que hará que se produzcan conductas posturales negativas, como pueden ser el encorvarse. Igualmente y por la misma causa, se produce descoordinación en sus movimientos.

Como se apuntaba ya antes, debido igualmente al gran y desproporcionado crecimiento de sus miembros, músculos y sistema cardio-respiratorio, tendrá alterada negativamente, su capacidad de resistencia como consecuencia de un déficit de oxígeno; lo que hace aconsejable el trabajo de resistencia aeróbica. Por el contrario se sentirá con la necesidad de liberar energía por el aumento de su fuerza, encontrando los chicos un gran aliciente en los ejercicios de este tipo. Esto aconsejará el trabajo de la fuerza sin sobrecargas y seguido de ejercicios de flexibilidad y estiramientos.

Hay que cuidar su actitud postural, por la repercusión negativa que puede tener en el crecimiento rápido que está sufriendo el cuerpo, al encontrarse en plena transformación.

Se debe trabajar la coordinación, el equilibrio y el ritmo, que se ven alterados por el ya repetido aumento rápido del crecimiento.

En general la actividad física puede dar respuesta a muchas de las incertidumbres del alumno, para ello el profesor de Educación Física debe tomar una posición de respeto y prestigio, que dentro del esquema de valores del adolescente, entra en primera línea de las personas del círculo de él, como son sus amigos.

El deporte puede sustituir a los objetivos que se les presentan en otro momento como inalcanzables, mientras que en la actividad física, pueden encontrar el máximo de éxito.

Al poderse identificar con el deporte, puede desplazar el apego afectivo desde sus padres hacia otras personas.

Tiene y puede elaborar su proceso de individualización, para llegar a ser el hijo de sí mismo y no de su padre.

El profesor representa los valores familiares de tipo afectivo, pero con mayor autonomía y una más segura identidad.

Esta situación reconforta al adolescente que siente el perder el amor materno y paradójicamente se reencuentra con nuevas situaciones, valores y objetos.

Debemos prestar atención especial a la coeducación y al contenido transversal de la educación para la igualdad entre los sexos, pues en estas edades se produce la diferenciación sexual, que unida a los agrupamientos y a la asunción de los roles propios de cada sexo puede contribuir a reforzar estereotipos de tipo sexista.

En esta edad se producen algunos desajustes en el comportamiento relacionados con los altibajos emocionales que pueden dar lugar a comportamientos violentos o agresivos. También los modelos publicitarios y las figuras del deporte influyen en el mimetismo hacia determinadas conductas. Por esto haremos hincapié en el cumplimiento de las reglas, en el respeto a los demás y en las actividades cooperativas. Se trata pues de ofrecer modelos de comportamiento alternativos.

También es una época de imitación de hábitos contrarios a la salud, que el adolescente suele vincular a la aceptación en el grupo de amigos. Hablamos de tabaquismo, drogas, alcohol, etc. Nosotros debemos ofrecer información suficiente sobre efectos y consecuencias, así como ofrecer otras formas alternativas de relacionarse y de disfrutar del tiempo de recreo y ocio, como pueden ser la práctica de deportes, juegos, actividades en la naturaleza, etc.

#### 2.1.4. Instalaciones y recursos disponibles.

a) Instalaciones cubiertas: Pabellón cubierto: Gimnasio. Dimensiones internas que permiten la práctica reglada de baloncesto, voleibol, bádminton y deportes de sala. No se pueden practicar a nivel reglamentario los deportes que requieren dimensiones de pista de balonmano o Fútbol sala (40x20 m). Siendo estos deportes necesariamente desarrollados en la pista exterior.

b) Instalaciones al aire libre: Una pista polideportiva donde hay señalizados varios campos (voleibol, balonmano, fútbol sala, baloncesto).

c) Material fijo de las instalaciones al aire libre: 2 porterías balonmano, y 4 canastas de baloncesto

- d) Material fijo de las instalaciones cubiertas: espalderas, pizarra y canastas.
  - e) Material móvil: disponemos de colchonetas finas y colchonetas quitamiedos, bancos suecos , plintos , postes móviles de voleibol y bádmtinton .
- Asimismo es necesaria la inclusión de un capítulo de inversiones extraordinario para la mejora de las pistas exteriores.

### 3. OBJETIVOS GENERALES ESO. COMPETENCIAS CLAVE ESO. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS ESO.SABERES BÁSICOS ESO. CRITERIOS DE EVALUACIÓN ESO. CONCRECIÓN CURRICULAR ESO.

#### 3.1. OBJETIVOS GENERALES DE LA ETAPA. EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

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

### 3.2.COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS EN SECUNDARIA

En cuanto a la dimensión aplicada de las competencias clave, se ha definido para cada una de ellas un conjunto de descriptores operativos, partiendo de los diferentes marcos europeos de referencia existentes.

Los descriptores operativos de las competencias clave constituyen, junto con los objetivos de la etapa, el marco referencial a partir del cual se concretan las competencias específicas de cada materia o ámbito. Esta vinculación entre descriptores operativos y competencias específicas propicia que de la evaluación de estas últimas pueda colegirse el grado de adquisición de las competencias clave definidas en el Perfil competencial y el Perfil de salida y, por tanto, la consecución de las competencias y objetivos previstos para cada etapa.

#### PROPUESTA DE GRADUACIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE CON SUS DESCRIPTORES AL TÉRMINO DE LA ENSEÑANZA BÁSICA

Teniendo en cuenta lo regulado en el Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria y de acuerdo con lo establecido en el artículo 11 del citado Real Decreto, se presentan a continuación los descriptores de cada una de las competencias clave secuenciados en el segundo curso de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria, tomando como referente el Perfil de salida del alumnado al término de la Enseñanza Básica y correspondiendo el cuarto curso con el Perfil de salida del alumno o alumna al finalizar dicha etapa.

#### COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA

La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o

multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa.

La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la escritura o la signación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.

<p>AL COMPLETAR EL SEGUNDO CURSO DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>	<p>AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>
<p>CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal, iniciándose progresivamente en el uso de la coherencia, corrección y adecuación en diferentes ámbitos personal, social y educativo y participa de manera activa y adecuada en interacciones comunicativas, mostrando una actitud respetuosa, tanto para el intercambio de información y creación de conocimiento como para establecer vínculos personales.</p>	<p>CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.</p>
<p>CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud reflexiva textos orales, escritos, signados o multimodales de relativa complejidad correspondientes a diferentes ámbitos personal, social y educativo, participando de manera activa e intercambiando opiniones en diferentes contextos y situaciones para construir conocimiento</p>	<p>CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.</p>
<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta, siguiendo indicaciones, información procedente de diferentes fuentes y la integra y transforma en conocimiento para comunicar de manera creativa, valorando aspectos más significativos relacionados con los objetivos de lectura,</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la</p>

<p>reconociendo y aprendiendo a evitar los riesgos de desinformación y adoptando un punto de vista crítico y personal con la propiedad intelectual.</p>	<p>integra y transforma en conocimiento para comunicarse adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p>
<p>CCL4. Lee de manera autónoma obras diversas adecuadas a su edad y selecciona las más cercanas a sus propios gustos e intereses, reconociendo muestras relevantes del patrimonio literario como un modo de simbolizar la experiencia individual y colectiva, interpretando y creando obras con intención literaria, a partir de modelos dados, reconociendo la lectura como fuente de enriquecimiento cultural y disfrute personal.</p>	<p>CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.</p>
<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, identificando y aplicando estrategias para detectar usos discriminatorios, así como rechazar los abusos de poder, para favorecer un uso eficaz y ético de los diferentes sistemas de comunicación.</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.</p>

### COMPETENCIA PLURILINGÜE

La competencia plurilingüe implica utilizar distintas lenguas, orales o signadas, de forma apropiada y eficaz para el aprendizaje y la comunicación. Esta competencia supone reconocer y respetar los perfiles lingüísticos individuales y aprovechar las experiencias propias para desarrollar estrategias que permitan mediar y hacer transferencias entre lenguas, incluidas las clásicas, y, en su caso, mantener y adquirir destrezas en la lengua o lenguas familiares y en las lenguas oficiales. Integra, asimismo, dimensiones históricas e interculturales orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el objetivo de fomentar la convivencia democrática.

<p>AL COMPLETAR EL SEGUNDO CURSO DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>	<p>AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>
<p>CP1. Usa con cierta eficacia una lengua, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a necesidades comunicativas breves, sencillas y predecibles, de manera adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a situaciones y contextos cotidianos y frecuentes de los ámbitos personal, social y educativo.</p>	<p>CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.</p>
<p>CP2. A partir de sus experiencias, utiliza progresivamente estrategias adecuadas que le permiten comunicarse entre distintas lenguas en contextos cotidianos a través del uso de transferencias que le ayuden a ampliar su repertorio lingüístico individual</p>	<p>CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.</p>
<p>CP3. Conoce, respeta y muestra interés por la diversidad lingüística y cultural presente en su entorno próximo, permitiendo conseguir su desarrollo personal y valorando su importancia como factor de diálogo, para mejorar la convivencia y promover la cohesión social.</p>	<p>CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.</p>

**COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIA EN CIENCIA, TECNOLOGÍA E INGENIERÍA (STEM)**

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible.

La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos.

La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social.

La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra

sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.

<p>AL COMPLETAR EL SEGUNDO CURSO DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>	<p>AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>
<p>STEM 1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios de la actividad matemática en situaciones habituales de la realidad y aplica procesos de razonamiento y estrategias de resolución de problemas, reflexionando y comprobando las soluciones obtenidas.</p>	<p>STEM 1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.</p>
<p>STEM 2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos observados que suceden en la realidad más cercana, favoreciendo la reflexión crítica, la formulación de hipótesis y la tarea investigadora, mediante la realización de experimentos sencillos, a través de un proceso en el que cada uno asume su aprendizaje</p>	<p>STEM 2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.</p>
<p>STEM3. Realiza proyectos, diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos, buscando soluciones, de manera creativa e innovadora, mediante el trabajo en equipo a los problemas a los que se enfrenta, facilitando la participación de todo el grupo, favoreciendo la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia para avanzar hacia un futuro sostenible.</p>	<p>STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.</p>
<p>STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes centrados en el</p>	<p>STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos,</p>

<p>análisis y estudios de casos vinculados a experimentos, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos, en diferentes formatos (tablas, diagramas, gráficos, fórmulas, esquemas...) y aprovechando de forma crítica la cultura digital, usando el lenguaje matemático apropiado, para adquirir, compartir y transmitir nuevos conocimientos.</p>	<p>razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), y aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal, con ética y responsabilidad para compartir y construir nuevos conocimientos.</p>
<p>STEM5. Aplica acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y cuidar el medio ambiente y los seres vivos, identificando las normas de seguridad desde modelos o proyectos que promuevan el desarrollo sostenible y utilidad social, con objeto de fomentar la mejora de la calidad de vida, a través de propuestas y conductas que reflejen la sensibilización y la gestión sobre el consumo responsable.</p>	<p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.</p>

### COMPETENCIA DIGITAL

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas.

Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

<p>AL COMPLETAR EL SEGUNDO CURSO DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>	<p>AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>
<p>CD1. Realiza, de manera autónoma, búsquedas en internet, seleccionando la información más adecuada y relevante, reflexiona sobre su validez, calidad y fiabilidad y muestra una actitud crítica y respetuosa con la propiedad intelectual.</p>	<p>CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.</p>
<p>CD2. Gestiona su entorno personal digital de aprendizaje, integrando algunos recursos y herramientas digitales e iniciándose en la búsqueda y selección de estrategias de tratamiento de la información, identificando la más adecuada según sus necesidades para construir conocimiento y contenidos digitales creativos.</p>	<p>CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.</p>
<p>CD3. Participa y colabora a través de herramientas o plataformas virtuales que le permiten interactuar y comunicarse de manera adecuada a través del trabajo cooperativo, compartiendo contenidos, información y datos, para construir una identidad digital adecuada, reflexiva y cívica, mediante un uso activo de las tecnologías digitales, realizando una gestión responsable de sus acciones en la red.</p>	<p>CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.</p>
<p>CD4. Conoce los riesgos y adopta, con progresiva autonomía, medidas preventivas en el uso de las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, tomando conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, responsable, seguro y saludable de dichas tecnologías.</p>	<p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.</p>

<p>CD5. Desarrolla, siguiendo indicaciones, algunos programas, aplicaciones informáticas sencillas y determinadas soluciones digitales que le ayuden a resolver problemas concretos y hacer frente a posibles retos propuestos de manera creativa, valorando la contribución de las tecnologías digitales en el desarrollo sostenible, para poder llevar a cabo un uso responsable y ético de las mismas.</p>	<p>CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.</p>
---	---

**COMPETENCIA PERSONAL, SOCIAL Y DE APRENDER A APRENDER**

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo.

<p>AL COMPLETAR EL SEGUNDO CURSO DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>	<p>AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>
<p>CPSAA 1. Toma conciencia y expresa sus propias emociones afrontando con éxito, optimismo y empatía la búsqueda de un propósito y motivación para el aprendizaje, para iniciarse, de manera progresiva, en el tratamiento y la gestión de los retos y cambios que surgen en su vida cotidiana y adecuarlos a sus propios objetivos.</p>	<p>CPSAA 1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.</p>
<p>CPSAA 2. Conoce los riesgos más relevantes para la salud, desarrolla</p>	<p>CPSAA 2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales,</p>

hábitos encaminados a la conservación de la salud física, mental y social (hábitos posturales, ejercicio físico, control del estrés...), e identifica conductas contrarias a la convivencia, planteando distintas estrategias para abordarlas.	consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.
CPSAA 3. Reconoce y respeta las emociones, experiencias y comportamientos de las demás personas y reflexiona sobre su importancia en el proceso de aprendizaje, asumiendo tareas y responsabilidades de manera equitativa, empleando estrategias cooperativas de trabajo en grupo dirigidas a la consecución de objetivos compartidos	CPSAA 3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
CPSAA 4. Reflexiona y adopta posturas críticas sobre la mejora de los procesos de autoevaluación que intervienen en su aprendizaje, reconociendo el valor del esfuerzo y la dedicación personal, que ayuden a favorecer la adquisición de conocimientos, el contraste de información y la búsqueda de conclusiones relevantes.	CPSAA 4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.
CPSAA 5. Se inicia en el planteamiento de objetivos a medio plazo y comienza a desarrollar estrategias que comprenden la auto y coevaluación y la retroalimentación para mejorar el proceso de construcción del conocimiento a través de la toma de conciencia de los errores cometidos.	CPSAA 5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

## COMPETENCIA CIUDADANA

La competencia ciudadana contribuye a que alumnos y alumnas puedan ejercer una ciudadanía responsable y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los conceptos y las estructuras sociales, económicas, jurídicas y políticas, así como en el conocimiento de los acontecimientos mundiales y el compromiso activo con la sostenibilidad y el logro de una ciudadanía mundial. Incluye la alfabetización cívica, la adopción consciente de los valores propios de una cultura

democrática fundada en el respeto a los derechos humanos, la reflexión crítica acerca de los grandes problemas éticos de nuestro tiempo y el desarrollo de un estilo de vida sostenible acorde con los Objetivos de Desarrollo Sostenible planteados en la Agenda 2030.

<p>AL COMPLETAR EL SEGUNDO CURSO DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>	<p>AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>
<p>CC1. Comprende ideas y cuestiones relativas a la ciudadanía activa y democrática, así como a los procesos históricos y sociales más importantes que modelan su propia identidad, tomando conciencia de la importancia de los valores y normas éticas como guía de la conducta individual y social, participando de forma respetuosa, dialogante y constructiva en actividades grupales en cualquier contexto.</p>	<p>CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.</p>
<p>CC2. Conoce y valora positivamente los principios y valores básicos que constituyen el marco democrático de convivencia de la Unión Europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando, de manera progresiva, en actividades comunitarias de trabajo en equipo y cooperación que promuevan una convivencia pacífica, respetuosa y democrática de la ciudadanía global, tomando conciencia del compromiso con la igualdad de género, el respeto por la diversidad, la cohesión social y el logro de un desarrollo sostenible.</p>	<p>CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p>
<p>CC3. Reflexiona y valora sobre los principales problemas éticos de actualidad, desarrollando un pensamiento crítico que le permita afrontar y defender las posiciones personales, mediante una actitud dialogante basada en el respeto, la</p>	<p>CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa, y opuesta a</p>

<p>cooperación, la solidaridad y el rechazo a cualquier tipo de violencia y discriminación provocado por ciertos estereotipos y prejuicios. actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa, y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>
<p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia y ecoddependencia con el entorno a través del análisis de los principales problemas ecosociales locales y globales, promoviendo estilos de vida comprometidos con la adopción de hábitos que contribuyan a la conservación de la biodiversidad y al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible</p>	<p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia,ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.</p>

## COMPETENCIA EMPRENDEDORA

La competencia emprendedora implica desarrollar un enfoque vital dirigido a actuar sobre oportunidades e ideas, utilizando los conocimientos específicos necesarios para generar resultados de valor para otras personas. Aporta estrategias que permiten adaptar la mirada para detectar necesidades y oportunidades; entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, y crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y despertar la disposición a aprender, a arriesgar y a afrontar la incertidumbre. Asimismo, implica tomar decisiones basadas en la información y el conocimiento y colaborar de manera ágil con otras personas, con motivación, empatía y habilidades de comunicación y de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos sostenibles de valor social, cultural y económico-financiero.

<p>AL COMPLETAR EL SEGUNDO CURSO DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>	<p>AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O ALUMNA...</p>
--	--

<p>CE1. Se inicia en el análisis y reconocimiento de necesidades y hace frente a retos con actitud crítica, valorando las posibilidades de un desarrollo sostenible, reflexionando sobre el impacto que puedan generar en el entorno, para plantear ideas y soluciones originales y sostenibles en el ámbito social, educativo y profesional.</p>	<p>CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.</p>
<p>CE2. Identifica y analiza las fortalezas y debilidades propias, utilizando estrategias de autoconocimiento, comprendiendo los elementos económicos y financieros elementales y aplicándolos a actividades y situaciones concretas, usando destrezas básicas que le permitan la colaboración y el trabajo en equipo y le ayuden a resolver problemas de la vida diaria para poder llevar a cabo experiencias emprendedoras que generen valor</p>	<p>CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor</p>
<p>CE3. Participa en el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas, así como en la realización de tareas previamente planificadas e interviene en procesos de toma de decisiones que puedan surgir, considerando el proceso realizado y el resultado obtenido para la creación de un modelo emprendedor e innovador, teniendo en cuenta la experiencia como una una oportunidad para aprender.</p>	<p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como la oportunidad para aprender.</p>

## COMPETENCIA EN CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES

La competencia en conciencia y expresiones culturales supone comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere

la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.

AL COMPLETAR EL SEGUNDO CURSO DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA, EL ALUMNO O ALUMNA...	AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O ALUMNA...
CEC1. Conoce y aprecia con sentido crítico los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, tomando conciencia de la importancia de su conservación, valorando la diversidad cultural y artística como fuente de enriquecimiento personal.	CEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
CCEC 2. Reconoce, disfruta y se inicia en el análisis de las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, desarrollando estrategias que le permitan distinguir tanto los diversos canales y medios como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.	CCEC 2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
CCEC 3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones, desarrollando, de manera progresiva, su autoestima y creatividad en la expresión, a través de de su propio cuerpo, de producciones artísticas y culturales, mostrando empatía, así como una actitud colaborativa, abierta y respetuosa en su relación con los demás	CCEC 3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
CCEC 4. Conoce y se inicia en el uso de manera creativa de diversos soportes y técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, seleccionando las más adecuadas a su propósito, para la creación de productos artísticos y	CCEC 4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual

<p>culturales tanto de manera individual como colaborativa y valorando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral.</p>	<p>como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.</p>
--	---

### 3.3 COMPETENCIAS ESPECÍFICAS ESO

La UNESCO plantea la importancia de implantar una Educación Física de calidad que posibilite la alfabetización física del alumnado. Este planteamiento necesario invita a organizar la asignatura con un carácter más integrador e inclusivo, haciendo uso de metodologías que respondan a los retos de la Educación Física en el siglo XXI. Entre ellos se encuentra la necesidad de educar a un alumnado comprometido con su sociedad, que sea 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. Esta circunstancia convierte a la Educación Física en 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.

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.

Desde la Educación Física se deben aportar los instrumentos oportunos para que puedan discriminar aquellos comportamientos que son fuente de conflicto, violencia, discriminación o intolerancia, además de poder discernir qué tipo de prácticas físicas son apropiadas y beneficiosas para la salud.

Se insistirá en la necesidad de convivir de manera respetuosa con el medio ambiente y con los seres vivos que habitan en él, desarrollando para ello actividades físico-deportivas en contextos variados, identificando, reconociendo y valorando los espacios naturales del patrimonio andaluz, participando en su organización desde planteamientos basados en la conservación y la sostenibilidad.

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.

COMPETENCIA ESPECÍFICA	LA ADQUISICIÓN DE ESTA COMPETENCIA SE ALCANZARÁ A TRAVÉS DE...	DESCRIP TORES DEL PERFIL DE
------------------------	--	-----------------------------

		SALIDA
<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>La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas con las que comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud.</p> <p>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 comportamiento 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.</p> <p>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</p>	<p>CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2 CPSAA4</p>

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

COMPETENCIA ESPECÍFICA	LA ADQUISICIÓN DE ESTA COMPETENCIA SE ALCANZARÁ A TRAVÉS DE...	DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA
<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</p>	<p>Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Se erige pues esta competencia como motor de un aprendizaje experiencial, en el cual, la reflexión constante sobre cómo aprendemos, es la que consolida el aprendizaje, y por ello precisa de 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,</p>	<p>CPSAA4 CPSAA5 CE2, CE3</p>

<p>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>baloncodo, cordoball, goubak, fútbol 7, minibalonmano, minibasket, baloncesto) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (pinfuvote, voleibol, frontenis, pickleball, paladós 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.</p>	
--	--	--

<p>COMPETENCIA ESPECÍFICA</p>	<p>LA ADQUISICIÓN DE ESTA COMPETENCIA SE ALCANZARÁ A TRAVÉS DE...</p>	<p>DESCRIP TORES DEL PERFIL DE SALIDA</p>
<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el</p>	<p>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</p>	<p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.</p>

<p>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>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos</p>	
--	---	--

	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.	
--	--	--

COMPETENCIA ESPECÍFICA	LA ADQUISICIÓN DE ESTA COMPETENCIA SE ALCANZARÁ A TRAVÉS DE...	DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA
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,	<p>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.</p> <p>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</p>	CPSAA4 CPSAA5 CE2, CE3.

<p>contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.</p>	<p>inclusivo, visibilizando y empoderando los referentes deportivos femeninos.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>	
--	---	--

COMPETENCIA ESPECÍFICA	LA ADQUISICIÓN DE ESTA COMPETENCIA SE ALCANZARÁ A TRAVÉS DE...	DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA
<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.</p>	<p>La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. En esta línea, la promoción de los desplazamientos activos, como parte importante de un estilo de vida sostenible, se muestran relevantes para el desarrollo de esta competencia. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio.</p> <p>De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el crossfit, el patinaje, el skate, el parkour o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, con la extensa red de espacios naturales protegidos en Andalucía y según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y</p>	<p>STEM5, CD1, CD2, CC4, CE1, CE3.</p>

	<p>extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.</p> <p>La diversa y rica red de espacios naturales protegidos en Andalucía ofrecen un entorno de oportunidad para las situaciones de aprendizaje diseñadas que movilicen esta competencia específica. Deben valorarse entornos próximos que aporten posibilidades para hacer significativos los aprendizajes, así como otros menos conocidos que ofrezcan la oportunidad de ampliar el conocimiento, disfrutar y aprender del patrimonio natural andaluz.</p> <p>Para potenciar un diseño de situaciones de aprendizaje seguras y enriquecidas debemos fomentar su desarrollo, ayudando al alumnado a utilizar y mejorar su competencia digital, pudiendo utilizar recursos tales como programas de seguimiento en tiempo real, mapas digitales con tracks, rutómetros, códigos QR, mapas de rastreo de pistas con geocachés, entre otros muchos ejemplos.</p>	
--	--	--

### 3.4. BLOQUES DE SABERES BÁSICOS.

Para alcanzar las competencias específicas, el currículo de Educación Física se organiza en torno a seis bloques de saberes básicos.

SABER BÁSICO	DENOMINACIÓN	CARACTERÍSTICAS
BLOQUE A	VIDA ACTIVA Y SALUDABLE	Aborda los tres componentes de la salud: física, mental y social, a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos de práctica físico-deportiva, rechazando comportamientos antisociales, discriminatorios o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos.
BLOQUE B	ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA	Incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de

	ACTIVIDAD FÍSICA	la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores, además de la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.
BLOQUE C	RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES	Tendrá un carácter transdisciplinar, atendiendo a tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Dichos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que deberán dar respuesta a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración- oposición.
BLOQUE D	AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES	Se centra, por un lado, en el desarrollo de los procesos dirigidos a regular la respuesta emocional del alumnado ante situaciones derivadas de la práctica de la actividad física y deportiva, mientras que, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones inclusivas y constructivas entre quienes participan en este tipo de contextos motrices.

BLOQUE E	MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ	Abarca tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.
BLOQUE F	INTERACCIÓN EFICIENTE Y SOSTENIBLE CON EL ENTORNO	Incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

### 3.4.1.CONCRECIÓN DE SABERES BÁSICOS .

A continuación pasan a desarrollarse los contenidos por niveles en los diferentes cursos así como su distribución temporal a lo largo del curso.

Las distintas unidades didácticas y su tratamiento individualizado en función de las circunstancias anteriormente aludidas, no deben modificar por tanto la planificación curricular vigente que se establece en función de los correspondientes, Reales Decretos, Decretos y Órdenes de Currículo vigentes y que mantienen de manera formal los contenidos oficiales de cada nivel académico a los que por las circunstancias reseñadas habrá que proceder en todo momento a su adaptación, reordenación y reorientación de desarrollo en función de la situación según vaya produciéndose su desarrollo a lo largo del curso.

De esta manera los contenidos de manera general son como se expone a continuación en cada uno de los distintos niveles educativos:

#### 3.4.1.1. CONCRECIÓN DE SABERES BÁSICOS 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.1.7. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.

EFI.2.A.1.8. Características de las actividades físicas saludables.

## 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.

EFI.1.A.3.3. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.

EFI.1.A.3.4. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

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

EFI.1.B.3. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

EFI.1.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

EFI.1.B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

EFI.1.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.1.B.7. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.

EFI.1.B.8. Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

EFI.1.B.8.1. Calzado deportivo y ergonomía.

EFI.1.B.8.2. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

EFI.1.B.8.3. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.

EFI.1.B.8.4. Técnica PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112.

EFI.2.B.8.5. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).

## C.Resolución de problemas en situaciones motrices

EFI.1.C.1. Toma de decisiones

EFI.1.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.1.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.1.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.1.C.1.4. Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

EFI.1.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

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 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.

## 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.

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. Usos comunicativos de la corporalidad
  - EFI.1.E.3.1. Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos.
  - EFI.1.E.3.2. Técnicas de interpretación.
- EFI.1.E.4. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. El flamenco.
- EFI.1.E.5. Deporte y perspectiva de género
  - EFI.1.E.5.1. Medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad.
  - EFI.1.E.5.2. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, y otras).
  - EFI.1.E.5.3. 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.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.
- EFI.1.F.5. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales reciclados para la práctica motriz.
- EFI.1.F.6. 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.1.F.7. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- EFI.1.F.8. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

### 3.4.1.2. CONCRECIÓN DE SABERES BÁSICOS 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, LGTBfóbicas 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

### 3.4.1.3 CONCRECIÓN DE SABERES BÁSICOS 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. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.

EFI.3.A.1.6. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).

EFI.3.A.1.7. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.

EFI.3.A.1.8. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

##### EFI.3.A.2. Salud social

EFI.3.A.2.1. Suplementación y dopaje en el deporte.

EFI.3.A.2.2. Riesgos y condicionantes éticos.

#### A.3.Salud mental

EFI.3.A.3.1. Exigencias y presiones de la competición.

EFI.3.A.3.2. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación.

EFI.3.A.3.3. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros).

EFI.3.A.3.4. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

#### 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. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.

EFI.3.B.8. Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

EFI.3.B.9. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.

EFI.3.B.10. Actuaciones críticas ante accidentes.

EFI.3.B.11. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Soporte vital básico (SVB).

EFI.3.B.12. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

## 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.

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

EFI.3.C.5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

EFI.3.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.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, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

## E. Manifestaciones de la cultura motriz

EFI.3.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.

EFI.3.E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.

EFI.3.E.3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

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

EFI.3.E.5. Deporte y perspectiva de género

EFI.3.E.5.1. Historia del deporte desde la perspectiva de género.

EFI.3.E.5.2. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros).

EFI.3.E.5.3. Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.

EFI.3.E.5.4. Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.

EFI.3.E.6. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

EFI.3.E.7. Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco.

EFI.3.E.8. El deporte en Andalucía.

EFI.3.E.9. Los Juegos Olímpicos.

EFI.3.E.9.1. Repercusión cultural, económica y política de los juegos olímpicos.

EFI.3.E.9.2. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.

EFI.3.E.9.3. Los juegos olímpicos desde la perspectiva de género.

## 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.

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.

EFI.3.F.6. 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.3.F.7. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

### 3.4.1.4. CONCRECIÓN DE SABERES BÁSICOS 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 artísticoexpresivos.

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

#### 4. OBJETIVOS GENERALES BACHILLERATO

- a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.
- c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en la historia e impulsar la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.
- d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su comunidad autónoma.
- f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
- g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
- h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
- i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
- l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social.
- n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.
- o) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.

## 4.1. COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS DE LAS COMPETENCIAS CLAVE EN 1º BACHILLERATO

Se definen cada una de las competencias clave y se enuncian los descriptores operativos del nivel de adquisición esperado al término del Bachillerato, constituyéndose así el Perfil competencial del alumnado al término del Bachillerato.

### COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA (CCL)

La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa.

La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la escritura o la signación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.

AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O LA ALUMNA ...	AL COMPLETAR EL BACHILLERATO, EL ALUMNO O LA ALUMNA...
CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.	CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con fluidez, coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales y académicos, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y argumentar sus opiniones como para establecer y cuidar sus relaciones interpersonales.

<p>CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.</p>	<p>CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los distintos ámbitos, con especial énfasis en los textos académicos y de los medios de comunicación, para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.</p>
<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera clara y rigurosa adoptando un punto de vista creativo y crítico a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p>
<p>CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.</p>	<p>CCL4. Lee con autonomía obras relevantes de la literatura poniéndolas en relación con su contexto sociohistórico de producción, con la tradición literaria anterior y posterior y examinando la huella de su legado en la actualidad, para construir y compartir su propia interpretación argumentada de las obras, crear y recrear obras de intención literaria y conformar progresivamente un mapa cultural.</p>
<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización o solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando y rechazando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación</p>

## COMPETENCIA PLURILINGÜE (CP)

La competencia plurilingüe implica utilizar distintas lenguas, orales o signadas, de forma apropiada y eficaz para el aprendizaje y la comunicación. Esta competencia supone reconocer y respetar los perfiles lingüísticos individuales y aprovechar las experiencias propias para desarrollar estrategias que permitan mediar y hacer transferencias entre lenguas, incluidas las clásicas, y, en su caso, mantener y adquirir destrezas en la lengua o lenguas familiares y en las lenguas oficiales. Integra, asimismo, dimensiones históricas e interculturales orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el objetivo de fomentar la convivencia democrática.

### Descriptores operativos

AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O LA ALUMNA ...	AL COMPLETAR EL BACHILLERATO, EL ALUMNO O LA ALUMNA...
CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.	CP1. Utiliza con fluidez, adecuación y aceptable corrección una o más lenguas, además de la lengua familiar o de las lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas con espontaneidad y autonomía en diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.
CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual	CP2. A partir de sus experiencias, desarrolla estrategias que le permitan ampliar y enriquecer de forma sistemática su repertorio lingüístico individual con el fin de comunicarse de manera eficaz.
CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.	CP3. Conoce y valora críticamente la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal y anteponiendo la comprensión mutua como característica central de la comunicación, para fomentar la cohesión social.

## COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIA EN CIENCIA, TECNOLOGÍA E INGENIERÍA (STEM)

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo

utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible.

La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos.

La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social.

La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.

#### Descriptores operativos

AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O LA ALUMNA ...	AL COMPLETAR EL BACHILLERATO, EL ALUMNO O LA ALUMNA...
STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.	STEM1. Selecciona y utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones propias de la modalidad elegida y emplea estrategias variadas para la resolución de problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.	STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.

<p>STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.</p>	<p>STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando y creando prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma colaborativa, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y evaluando el producto obtenido de acuerdo a los objetivos propuestos, la sostenibilidad y el impacto transformador en la sociedad.</p>
<p>STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos.), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para compartir y construir nuevos conocimientos.</p>	<p>STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de investigaciones de forma clara y precisa, en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos.) y aprovechando la cultura digital con ética y responsabilidad y valorando de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida para compartir y construir nuevos conocimientos.</p>
<p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.</p>	<p>STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.</p>

### COMPETENCIA DIGITAL (CD)

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas. Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la

creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

Descriptores operativos

AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O LA ALUMNA ...	AL COMPLETAR EL BACHILLERATO, EL ALUMNO O LA ALUMNA...
<p>CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.</p>	<p>CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla posteriormente.</p>
<p>CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente</p>	<p>CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales de forma individual o colectiva, aplicando medidas de seguridad y respetando, en todo momento, los derechos de autoría digital para ampliar sus recursos y generar nuevo conocimiento</p>
<p>CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva</p>	<p>CD3. Selecciona, configura y utiliza dispositivos digitales, herramientas, aplicaciones y servicios en línea y los incorpora en su entorno personal de aprendizaje digital para comunicarse, trabajar colaborativamente y compartir información, gestionando de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red y ejerciendo una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.</p>
<p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos,</p>	<p>CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos</p>

los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.	personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías
CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.	CD5. Desarrolla soluciones tecnológicas innovadoras y sostenibles para dar respuesta a necesidades concretas, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético

**COMPETENCIA PERSONAL, SOCIAL Y DE APRENDER A APRENDER (CPSAA)**

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo.

Descriptores operativos

AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O LA ALUMNA ...	AL COMPLETAR EL BACHILLERATO, EL ALUMNO O LA ALUMNA...
CPSAA1.1 Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.	CPSAA1.2 Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida.
CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales,	CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al

consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas	bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.
CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.	CPSAA3.1 Muestra sensibilidad hacia las emociones y experiencias de los demás, siendo consciente de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia. CPSAA3.2 Distribuye en un grupo las tareas, recursos y responsabilidades de manera ecuánime, según sus objetivos, favoreciendo un enfoque sistémico para contribuir a la consecución de objetivos compartidos.
CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.	CPSAA4. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.
CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento	CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.

### COMPETENCIA CIUDADANA (CC)

La competencia ciudadana contribuye a que alumnos y alumnas puedan ejercer una ciudadanía responsable y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los conceptos y las estructuras sociales, económicas, jurídicas y políticas, así como en el conocimiento de los acontecimientos mundiales y el compromiso activo con la sostenibilidad y el logro de una ciudadanía mundial. Incluye la alfabetización cívica, la adopción consciente de los valores propios de una cultura democrática fundada en el respeto a los derechos humanos, la reflexión crítica acerca de los grandes problemas éticos de nuestro tiempo y el desarrollo de un estilo de vida

sostenible acorde con los Objetivos de Desarrollo Sostenible planteados en la Agenda 2030.

Descriptores operativos

AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O LA ALUMNA ...	AL COMPLETAR EL BACHILLERATO, EL ALUMNO O LA ALUMNA...
<p>CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.</p>	<p>CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.</p>
<p>CC2. Analiza y asume fundamentalmente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución Española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p>	<p>CC2. Reconoce, analiza y aplica en diversos contextos, de forma crítica y consecuente, los principios, ideales y valores relativos al proceso de integración europea, la Constitución Española, los derechos humanos, y la historia y el patrimonio cultural propios, a la vez que participa en todo tipo de actividades grupales con una actitud fundamentada en los principios y procedimientos democráticos, el compromiso ético con la igualdad, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p>
<p>CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad y corresponsabilidad efectiva entre mujeres y hombres.</p>

<p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.</p>	<p>CC4. Analiza las relaciones de interdependencia y ecoddependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.</p>
---	--

COMPETENCIA EMPRENDEDORA (CE)

La competencia emprendedora implica desarrollar un enfoque vital dirigido a actuar sobre oportunidades e ideas, utilizando los conocimientos específicos necesarios para generar resultados de valor para otras personas. Aporta estrategias que permiten adaptar la mirada para detectar necesidades y oportunidades; entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, y crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y despertar la disposición a aprender, a arriesgar y a afrontar la incertidumbre. Asimismo, implica tomar decisiones basadas en la información y el conocimiento y colaborar de manera ágil con otras personas, con motivación, empatía y habilidades de comunicación y de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos sostenibles de valor social, cultural y económico-financiero.

Descriptorios operativos

<p>AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O LA ALUMNA ...</p>	<p>AL COMPLETAR EL BACHILLERATO, EL ALUMNO O LA ALUMNA...</p>
<p>CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.</p>	<p>CE1. Evalúa necesidades y oportunidades y afronta retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico</p>

	con proyección profesional emprendedora.
CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.	CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.
CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.	CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

**COMPETENCIA EN CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES (CCEC)**

La competencia en conciencia y expresiones culturales supone comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.

Descriptorios operativos

<p>AL COMPLETAR LA ENSEÑANZA BÁSICA, EL ALUMNO O LA ALUMNA ...</p>	<p>AL COMPLETAR EL BACHILLERATO, EL ALUMNO O LA ALUMNA...</p>
<p>CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p>	<p>CCEC1. Reflexiona, promueve y valora críticamente el patrimonio cultural y artístico de cualquier época, contrastando sus singularidades y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.</p>
<p>CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.</p>	<p>CCEC2. Investiga las especificidades e intencionalidades de diversas manifestaciones artísticas y culturales del patrimonio, mediante una postura de recepción activa y deleite, diferenciando y analizando los distintos contextos, medios y soportes en que se materializan, así como los lenguajes y elementos técnicos y estéticos que las caracterizan.</p>
<p>CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa</p>	<p>CCEC3.1 Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones con creatividad y espíritu crítico, realizando con rigor sus propias producciones culturales y artísticas, para participar de forma activa en la promoción de los derechos humanos y los procesos de socialización y de construcción de la identidad personal que se derivan de la práctica artística. CCEC3.2 Descubre la autoexpresión, a través de la interacción corporal y la experimentación con diferentes herramientas y lenguajes artísticos, enfrentándose a situaciones creativas con una actitud empática y colaborativa, y con autoestima, iniciativa e imaginación</p>
<p>CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual</p>	<p>CCEC4.1 Selecciona e integra con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para diseñar y producir proyectos artísticos y culturales sostenibles, analizando las</p>

<p>como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.</p>	<p>oportunidades de desarrollo personal, social y laboral que ofrecen sirviéndose de la interpretación, la ejecución, la improvisación o la composición.                  CCEC4.2 Planifica, adapta y organiza sus conocimientos, destrezas y actitudes para responder con creatividad y eficacia a los desempeños derivados de una producción cultural o artística, individual o colectiva, utilizando diversos lenguajes, códigos, técnicas, herramientas y recursos plásticos, visuales, audiovisuales, musicales, corporales o escénicos, valorando tanto el proceso como el producto final y comprendiendo las oportunidades personales, sociales, inclusivas y económicas que ofrecen.</p>
---	--

#### 4.2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS 1º BACHILLERATO

COMPETENCIA ESPECÍFICA	LA ADQUISICIÓN DE ESTA COMPETENCIA SE MATERIALIZARÁ CUANDO...	DESCRIP TORES DEL PERFIL DE SALIDA
<p>1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros</p>	<p>El alumnado, consciente de todos los elementos que condicionan la salud y la actividad física, sea capaz de tenerlos en cuenta, adaptarlos y coordinarlos para gestionar, planificar y autorregular su propia práctica motriz y sus estilos de vida, en base a sus intereses y objetivos personales.                  Esta competencia de carácter trans e intradisciplinar, impregna a la globalidad de la materia Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para</p>	<p>STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1 PSAA1.2, CPSAA5, CE3.</p>

<p>científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</p>	<p>la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, que deben seguir trabajándose en relación con la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una educación nutricional, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención y el cuidado de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana.</p> <p>El buen uso de la tecnología debe ser un aliado desde un punto de vista transdisciplinar en nuestra área, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>	
--	---	--

<p>COMPETENCIA ESPECÍFICA</p>	<p>ESTA COMPETENCIA IMPLICA...</p>	<p>DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA</p>
<p>2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes</p>	<p>Tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. El bagaje motor que el alumnado de esta etapa posee en estas edades le permitirá anticiparse a las distintas situaciones y adaptar sus habilidades motrices a las exigencias de cada situación. Esta ventaja le permitirá focalizar su atención en aspectos que hasta ahora quedaban en un segundo plano, mejorando y perfeccionando así su ejecución técnico-táctica e identificando los errores más habituales que se dan en cada situación, para así poder evitarlos. Esto le permitirá incluso avanzar un paso más y planificar, dirigir y supervisar actividades físicas para otras personas, desarrollando funciones de entrenador</p>	<p>CPSAA1 .2CPSA A4, CE2, CE3.</p>

<p>situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>o técnico.                  Como en anteriores etapas, estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, sin dejar de lado necesariamente los más habituales o tradicionales y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, ultimate, lacrosse, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (rounders, softball, etc.), de blanco y diana (boccia, tiro con arco o similares, de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (skate, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros), procurando, en la medida de lo posible y según el contexto particular de cada centro, priorizar las manifestaciones más desconocidas para el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>	
---	---	--

COMPETENCIA ESPECÍFICA	ESTA COMPETENCIA PRETENDE....	DESCRIP TORES DEL PERFIL DE SALIDA
3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices,	Superar las desigualdades y comportamientos incívicos y antidemocráticos que a veces se reproducen en los contextos físico-deportivos. Para ello, por un lado, incide en la gestión personal de las	CCL5, CPSAA1. 1 CPSAA2

<p>compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de</p>	<p>emociones y en el fomento de actitudes de superación, tolerancia a la frustración y manejo del éxito y del fracaso en contextos de práctica motriz. Mientras que, por otro, en el plano colectivo, implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se plantearán situaciones en las que el alumnado tenga que desempeñar roles diversos relacionados con la práctica física, tales como participante, espectador, árbitro, entrenador, organizador o narrador crítico, que ayudarán a analizar y vivenciar las relaciones sociales desde diferentes perspectivas. Por otro lado, esta competencia pretende ir un paso más allá en esta etapa, contribuyendo a generalizar y democratizar las prácticas motrices que se practiquen en el centro, así como los espacios de interacción en los que se reproduzcan, fomentando la difusión de manifestaciones deportivas que no están afectadas por estereotipos de género o competencia motriz, como sí ocurre en ocasiones con las más predominantes o extendidas.</p>	<p>CPSAA5 CC3.</p>
---	--	------------------------

las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.		
---	--	--

COMPETENCIA ESPECÍFICA	ESTA COMPETENCIA PROFUNDIZA....	DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA
4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender	<p>En el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante las etapas anteriores. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento en profundidad que permita analizar y comprender globalmente sus manifestaciones, así como sus factores condicionantes. En esta etapa, además, se pretende que el alumnado comprenda los valores que transmite y que hacen interesante su conservación, ya que en ellos reside la clave de su propia existencia y su principal aportación a la cultura global.</p> <p>Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en etapas anteriores, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales, populares y autóctonos, danzas propias del folklore tradicional, flamenco, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro: teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle y musical o similares; representaciones más elaboradas: lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses, entre otros; o actividades rítmico-musicales con carácter</p>	STEM5, CPSAA1 .2 CC1, CCEC1.

<p>desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.</p>	<p>artístico-expresivo: percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes. Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos ajenos a la salud de las personas o a la sana competición.</p>	
--	--	--

<p>COMPETENCIA ESPECÍFICA</p>	<p>ESTA COMPETENCIA SE ALCANZA....</p>	<p>DESCRIP TORES DEL PERFIL DE SALIDA</p>
<p>5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidad es en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al</p>	<p>Llegada esta etapa, el alumnado de Bachillerato es plenamente consciente de lo que implica desarrollar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno. Por eso, los esfuerzos en esta etapa no irán dirigidos tanto a la profundización en estos aprendizajes como a su consolidación a partir de la realización de actividades de concienciación para otros miembros de la comunidad educativa. Continuando con el trabajo iniciado en etapas previas, el alumnado de Bachillerato deberá participar en numerosas actividades en contextos naturales y urbanos, las cuales ampliarán su bagaje motor y sus experiencias fuera del contexto escolar. Sin embargo, y más importante aún si cabe; también diseñarán y organizarán actividades para otras personas que respeten el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratando de mejorarlo y concienciando a través de ello. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el</p>	<p>STEM5, CPSAA1.2 CPSAA2 CC4, CE1.</p>

<p>mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.</p>	<p>aprendizaje-servicio y que favorecen la ciudadanía activa. 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, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, el plogging, las rutas por vías verdes, la escalada, vía ferratas ,el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.</p>	
--	---	--

**4.3 .BLOQUES SABERES BÁSICOS 1º BACHILLERATO**

SABER BÁSICO	DENOMINACIÓN	CARACTERÍSTICAS
BLOQUE A	VIDA ACTIVA Y SALUDABLE	Aborda los tres componentes de la salud: física, mental y social, a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos de práctica físico-deportiva, rechazando comportamientos antisociales, discriminatorios o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos.

<p>BLOQUE B</p>	<p>ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA</p>	<p>Incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores, además de la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.</p>
<p>BLOQUE C</p>	<p>RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES</p>	<p>Tendrá un carácter transdisciplinar, atendiendo a tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Dichos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que deberán dar respuesta a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración- oposición.</p>
<p>BLOQUE D</p>	<p>AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES</p>	<p>Se centra, por un lado, en el desarrollo de los procesos dirigidos a regular la respuesta emocional del alumnado ante situaciones derivadas de la práctica de la actividad física y deportiva, mientras que, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones inclusivas y constructivas entre quienes</p>

		participan en este tipo de contextos motrices.
BLOQUE E	MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ	Abarca tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.
BLOQUE F	INTERACCIÓN EFICIENTE Y SOSTENIBLE CON EL ENTORNO	Incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

#### 4.3.1 CONCRECIÓN DE SABERES BÁSICOS

##### 4.3.1.1 CONCRECIÓN DE SABERES BÁSICOS PARA 1º BACHILLERATO

#### A.Vida activa y saludable

EDFI.1.A.1. Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.

EDFI.1.A.2. Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Análisis de los hábitos sociales positivos para la salud tales como la alimentación adecuada, descanso, estilo de vida activo, y reflexión crítica sobre los hábitos sociales negativos para la salud, como sedentarismo, drogadicción, tabaquismo o alcoholismo, entre otros.

Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales de ambos géneros.

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

## B.Organización y gestión de la actividad física

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

EDFI.1.B.2. Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.

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

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

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

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

## C.Resolución de problemas en situaciones motrices

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

EDFI.1.C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la

propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.

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

EDFI.1.C.4. Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

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

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

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

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

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

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

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

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

## E. Manifestaciones de la cultura motriz

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

EDFI.1.E.2. Técnicas específicas de expresión corporal, tanto individuales como colectivas.

EDFI.1.E.3. Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva.

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

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

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

## F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno

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

EDFI.1.F.2. Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, espacios, usos y necesidades.

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

EDFI.1.F.4. Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.

EDFI.1.F.5. Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios.

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

#### 4.3.1.2. CONCRECIÓN DE SABERES BÁSICOS 2º Bachillerato

AFSS.2.A.1. Programación de la actividad física orientada a la salud, atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad, recuperación y tipo de actividad en función de los objetivos y de las necesidades y características individuales. Orientación de los programas hacia el logro de objetivos específicos.

AFSS.2.A.2. Beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud física, social y mental.

AFSS.2.A.3. Evaluación de las capacidades físicas y coordinativas como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida.

AFSS.2.A.4. Exigencias específicas condicionales y coordinativas de los distintos tipos de actividad física y deportiva

AFSS.2.A.5. Sistemas y métodos de entrenamiento de las capacidades físicas y coordinativas, características de las actividades físicas según el objetivo de mejora y su relación con la salud.

AFSS.2.A.6. Control de los parámetros de carga, evaluación de su efecto y mecanismos de reorientación. Aplicación de los principios del entrenamiento en los métodos de mejora de las capacidades físicas básicas.

AFSS.2.A.7. Aplicaciones y dispositivos digitales para la evaluación y planificación de programas de actividad física y de factores asociados como la nutrición, el descanso y los parámetros biométricos.

AFSS.2.A.8. Nutrición en la vida diaria y en la actividad física de forma específica. Relación ingesta y gasto calórico. Diseño de dietas saludables. Análisis de productos alimenticios: valor alimenticio y energético.

AFSS.2.A.9. Corrección de problemas posturales, ajuste ergonómico de las actividades, lesiones más comunes en la práctica de actividades físicas.

AFSS.2.A.11. Factores de riesgo en las actividades físicas, medidas de prevención, análisis de la ejecución de los ejercicios y actuación ante lesiones y accidentes deportivos. Medidas preventivas y compensatorias del entrenamiento físico. Hábitos saludables. Protocolos de seguridad en los diferentes tipos de actividad.

AFSS.2.A.12. Actuaciones críticas ante accidentes. Primeros auxilios. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo de reanimación cardiopulmonar (RCP). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus, y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).

AFSS.2.B.1. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: material necesario, instalaciones, características del grupo al que se dirige, objetivos de la preparación, actividades, seguridad etc. Herramientas de los medios tecnológicos que están a su disposición para la gestión de la actividad física.

AFSS.2.B.2. Modelos de creación y gestión de empresas relacionadas con las actividades físicas. Análisis de la realidad cercana. Empresas referentes en Andalucía.

AFSS.2.B.3. Selección responsable y sostenible de material deportivo. Reutilización del material disponible. Construcción de material deportivo alternativo y reciclado. Medidas de adecuación de instalaciones y materiales para una práctica físico-deportiva inclusiva.

AFSS.2.B.4. Profesiones vinculadas a la gestión organizativa de eventos, programas, escuelas, asociaciones, federaciones y clubes deportivos.

AFSS.2.B.6. Organización, gestión y dinamización de actividades colectivas en diferentes contextos de práctica.

AFSS.2.B.7. Dirección de grupos deportivos, garantizando la participación, el aprendizaje, la seguridad, la diversión y la interacción social de sus componentes.

AFSS.2.C.1. Observación y evaluación de las situaciones motrices variadas, sus factores condicionales, técnicos, de participación y de resolución táctica individual y colectiva: técnicas, estrategias y herramientas de medida.

AFSS.2.C.2. Aplicaciones y dispositivos para la observación de elementos técnicos y tácticos en situaciones motrices variadas que permitan el análisis de los resultados.

AFSS.2.C.4. Resolución de situaciones motrices variadas, ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Secuencias de aprendizaje de habilidades específicas de distintos deportes individuales que incluyan todos los patrones motrices básicos.

AFSS.2.C.6. Resolución de actividades cooperativas, su análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito. Tipos de feedback.

AFSS.2.C.7. Resolución de problemas tácticos en situaciones de cooperación-oposición, desde distintos roles, ajustados a la estrategia colectiva planteada en las diferentes fases del ciclo del juego.

AFSS.2.C.8. Mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, que permitan el ajuste y modificación de la propia intervención para resolver situaciones motrices adecuadamente respecto a sí mismo, móviles e implementos, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica según el objetivo planteado.

AFSS.2.C.9. Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses, considerando la inclusión de deportes individuales y colectivos y la realización de actividades expresivas y en el medio natural.

AFSS.2.C.10. Elaboración de montajes individuales y colectivos, con o sin base musical.

AFSS.2.D.1. Distintas perspectivas del deporte para todos, escolar, de base, competitivo, profesional, etc.

AFSS.2.D.2. Análisis crítico de la actividad física y el deporte en los medios de comunicación.

AFSS.2.D.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices, tales como, comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz y actitudes xenófobas racistas o sexistas.

AFSS.2.D.5. Biografías de personalidades relevantes del mundo del deporte y la actividad física, a nivel mundial, español y andaluz. La mujer en el deporte: situación actual, evolución histórica de su acceso y participación, biografías de mujeres deportistas relevantes.

AFSS.2.D.7. Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.

AFSS.2.D.9. La cultura motriz en manifestaciones con intencionalidad estética o expresiva

## 5. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS POR CURSO Y NIVEL

A continuación se desarrolla la planificación anual prevista, determinando las correspondientes unidades didácticas por niveles y su temporalización prevista para el presente curso académico 2024/2025

### DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS 1º DE ESO

TÍTULO	SABERES BÁSICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN
EVALUACIÓN INICIAL	- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas orientadas a la salud.		- Pruebas de valoración de la condición física estandarizadas. Batería Alpha fitness	1º Trimestre
CONDICIÓN FÍSICA	- Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. - Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. -Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas orientadas a la salud.	1.1 1.2 1.3 1.5 1.6 2.1 2.3	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	1º Trimestre 2º Trimestre

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.</li> <li>- La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física</li> <li>- 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</li> <li>- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</li> </ul>			
ALIMENTACIÓN SALUDABLE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos.</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física</li> <li>- 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</li> <li>- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</li> </ul>	1.1 1.2 1.5 1.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	1º Trimestre  2º trimestre
LA POSTURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Educación postural: técnicas básicas de descarga</li> </ul>	1.2 1.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> </ul>	

	<p>postural, respiración y relajación</p> <p>Musculatura del core y su relación con el mantenimiento de la postura</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física</li> <li>- 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</li> <li>- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</li> </ul>	1.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	
<p>HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS: comba, retos, coordinación</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción /tarea en situaciones cooperativas</li> <li>- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como colectivamente.</li> <li>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física</li> <li>- 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</li> </ul>	<p>1.5</p> <p>1.6</p> <p>2.1</p> <p>2.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>1º Trimestre</p> <p>2º Trimestre</p> <p>3º Trimestre</p>

	- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.			
HABILIDADES DEPORTIVAS: Bote Lanzamiento  Pase- Lanzamiento  Principios de la táctica	- Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción /tarea en situaciones cooperativas - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas - Respeto a la reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. - Funciones de arbitraje deportivo. - Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física - 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 - La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.	1.5 1.6 2.2 2.3 3.1 3.2	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	1º Trimestre 2º Trimestre 3º Trimestre
DEPORTES INDIVIDUALES : Natación	- Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices	1.5 1.6 2.1 2.2 2.3 3.1 3.2	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	1º Trimestre

	<p>individuales.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas</li> <li>- Respeto a la reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.</li> <li>- Funciones de arbitraje deportivo.</li> <li>- Deporte y perspectiva de género.</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física</li> <li>- 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</li> <li>- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</li> </ul>	<p>4.2</p>		
<p>DEPORTES DE RED: Paladós, Pinfuvote</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.</li> <li>- Respeto a la reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.</li> <li>- Funciones de arbitraje deportivo.</li> <li>- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales reciclados para la práctica motriz.</li> <li>- Deporte y perspectiva de género.</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>2ºTrimestre 3ºTrimestre</p>

	<p>física</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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</li> <li>- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</li> </ul>			
<p>NUESTRO ENTORNO Senderismo Orientación</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nuevos espacios y prácticas deportivas.</li> <li>- Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad.</li> <li>- 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.</li> <li>- Deporte y perspectiva de género.</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física</li> <li>- 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.</li> <li>- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</li> </ul>	<p>1.5 1.6 5.1 5.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>3° Trimestre</p>
<p>tu cara me suena</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social</li> </ul>	<p>1.5 1.6 4.1</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> </ul>	<p>3° Trimestre</p>

	<p>y superación personal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos.</li> <li>- Técnicas de interpretación.</li> <li>- Práctica de actividades rítmico- musicales con carácter artístico-expresivo. El flamenco.</li> <li>- Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.</li> <li>- Deporte y perspectiva de género.</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física</li> <li>- 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</li> <li>- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</li> </ul>	4.3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	
<p>NUUESTRA REGIÓN: ANDALUCÍA</p> <p>Juegos tradicionales</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.</li> <li>- Deporte y perspectiva de género.</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física</li> <li>- 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</li> <li>- La higiene como elemento imprescindible en la práctica</li> </ul>	<p>1.6</p> <p>2.2</p> <p>3.1</p> <p>3.2</p> <p>3.3</p> <p>4.1</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>1º, 2º, 3º Trimestre</p>

	de actividad física y deportiva			
--	---------------------------------	--	--	--

**DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS 2º DE ESO**

TÍTULO	SABERES BÁSICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN
EVALUACIÓN INICIAL	- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas orientadas a la salud.		- Pruebas de valoración de la condición física estandarizadas. Batería Alpha fitness	1º Trimestre
CONDICIÓN FÍSICA	-Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. - Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo. - La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. - La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. - Planificación y autorregulación de proyectos motores:	1.1 1.2 1.3 1.5 1.6 2.1 2.3	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	2º Trimestre

	<p>establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</li> <li>- 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.</li> </ul>			
<p>DEPORTES COLECTIVOS Voleibol</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Historia del deporte desde la perspectiva de género</li> <li>-Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> <li>- Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea</li> </ul>	<p>1.5 1.6 2.1 2.2 2.3 3.1 4.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>3º Trimestre</p>

	<p>en situaciones cooperativas.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 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.</li><li>-Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.</li><li>-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.</li><li>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.</li><li>- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</li><li>- 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</li></ul>			
--	---	--	--	--

	<p>sexistas). Asertividad y autocuidado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.</li> <li>- El deporte en Andalucía.</li> </ul>			
LA POSTURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).</li> </ul> <p>Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p> <p>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.</p>	1.2 1.5 1.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	1º Trimestre
PRIMEROS AUXILIOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Actuaciones críticas ante accidentes.</li> <li>- Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA).</li> </ul> <p>Soporte vital básico (SVB).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).</li> </ul> <p>Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con</li> </ul>	1.3 1.4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	2º Trimestre

	la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.			
ALIMENTACIÓN SALUDABLE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alimentación saludable (dieta mediterránea, plato de Harvard) y análisis crítico de la publicidad</li> <li>- Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros).</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> </ul>	1.2 1.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	1º Trimestre 2º Trimestre 3º Trimestre
DEPORTES RAQUETA: palas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.</li> <li>- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</li> <li>- 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.</li> </ul>	1.5 1.6 2.1 2.2 2.3 3.1 4.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	1º Trimestre

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.</li> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Historia del deporte desde la perspectiva de género</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> </ul>			
<p>DEPORTES COLECTIVOS BALONCEST O</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Historia del deporte desde la perspectiva de género</li> <li>-Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> <li>- Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.</li> </ul>	<p>1.5 1.6 2.1 2.2 2.3 3.1 4.1 4.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>2º Trimestre</p>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- 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.</li><li>-Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.</li><li>-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.</li><li>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.</li><li>- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</li><li>- 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</li></ul>			
--	--	--	--	--

	<p>autocuidado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.</li> <li>- El deporte en Andalucía.</li> </ul>			
<p>NUESTRO ENTORNO</p> <p>Senderismo</p> <p>Escalada</p> <p>Parkour</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> <li>- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos.</li> <li>- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas.</li> <li>- Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano.</li> <li>- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.</li> <li>- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.</li> </ul>	<p>5.1</p> <p>5.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>3º Trimestre</p>
<p>NOS EXPRESAMOS:</p> <p>Just Dance</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con</li> </ul>	<p>2.1</p> <p>4.1</p> <p>4.3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>3º Trimestre</p>

	la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.			
NUESTRA REGIÓN: ANDALUCÍA Juegos tradicionales	- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. - 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.	3.2 3.3	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	2º Trimestre

### DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS 3º DE ESO

TÍTULO	SABERES BÁSICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN
EVALUACIÓN INICIAL	- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas orientadas a la salud.		- Pruebas de valoración de la condición física estandarizadas. Batería Alpha fitness	1º Trimestre
DEPORTES COLECTIVOS: BALONMANO	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. - Historia del deporte desde la perspectiva de género - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. - Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y	1.5 1.6 2.1 2.2 2.3 3.1 4.1 4.2	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	3º Trimestre

	<p>presentación de la misma.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.</li><li>- 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.</li><li>-Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.</li><li>-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.</li><li>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.</li><li>- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</li><li>- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género,</li></ul>			
--	---	--	--	--

	<p>competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).                  Asertividad y autocuidado.                  - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.                  Los deportes como seña de identidad cultural.                  - Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.                  - El deporte en Andalucía.</p>			
LA POSTURA	<p>- Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).                  Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.                  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.</p>	1.2	<p>- Exposición oral                  - Fichas                  - Pruebas escritas                  - Pruebas prácticas                  - Hojas de observación</p>	1º Trimestre
PRIMEROS AUXILIOS	<p>- Actuaciones críticas ante accidentes.                  - Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA).                  Soporte vital básico (SVB).                  - Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).                  Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.                  - Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con</p>	1.3 1.4	<p>- Exposición oral                  - Fichas                  - Pruebas escritas                  - Pruebas prácticas                  - Hojas de observación</p>	2º Trimestre

	la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.			
ALIMENTACIÓN SALUDABLE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alimentación saludable (dieta mediterránea, plato de Harvard) y análisis crítico de la publicidad</li> <li>- Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros).</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> </ul>	1.2 1.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	1º Trimestre 2º Trimestre 3º Trimestre
DEPORTES COLECTIVOS Fútbol gaélico	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Historia del deporte desde la perspectiva de género</li> <li>-Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> <li>- Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.</li> <li>- Búsqueda de la acción más óptima en función de la</li> </ul>	1.5 1.6 2.1 2.2 2.3 3.1 4.1 4.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	1º Trimestre 2º Trimestre

	<p>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.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.</li><li>-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.</li><li>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.</li><li>- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</li><li>- 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).</li></ul> <p>Asertividad y autocuidado.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</li></ul> <p>Los deportes como seña de</p>			
--	--	--	--	--

	<p>identidad cultural.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.</li> <li>- El deporte en Andalucía.</li> </ul>			
<p>DEPORTES DE RED: pickeball</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>-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.</li> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Historia del deporte desde la perspectiva de género.</li> <li>- Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.</li> <li>- 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.</li> <li>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.</li> <li>- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</li> <li>- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la</li> </ul>	<p>1.5 1.6 2.1 2.2 2.3 3.1 4.1 4.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>1º Trimestre 3º Trimestre</p>

	<p>convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</li> <li>Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.</li> <li>- El deporte en Andalucía.</li> </ul>			
<p>NUUESTRO ENTORNO Senderismo Bicicleta Bosque suspendido</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos.</li> <li>-Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas.</li> <li>-Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano.</li> <li>- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.</li> <li>-La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> </ul>	<p>5.1 5.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>3º Trimestre</p>
<p>NOS EXPRESAM</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad</li> </ul>	<p>4.1 4.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> </ul>	<p>3º Trimestre</p>

OS: Coreografías temáticas	física. - 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.	4.3	- Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	
NUESTRA REGIÓN: ANDALUCÍA Juegos tradicionales	- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. - 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.	3.3	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	2º Trimestre
COMBA INDIVIDUAL	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles	2.1 2.2 2.3 3.2	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	2º Trimestre

### DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS 4º DE ESO

TÍTULO	SABERES BÁSICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN
EVALUACIÓN INICIAL	- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas orientadas a la salud.		- Pruebas de valoración de la condición física estandarizadas. Batería Alpha fitness	1º Trimestre
CONDICIÓN FÍSICA:	- Control de resultados y variables fisiológicas básicas	1.1 1.2	- Exposición oral - Fichas	1º Trimestre

RESISTENCIA	<p>como consecuencia del ejercicio físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Autorregulación y planificación del entrenamiento.</li> <li>- Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.</li> <li>- Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.</li> <li>- Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: resistencia.</li> <li>- Sistemas de entrenamiento.</li> <li>- Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.</li> <li>. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> </ul>	1.5 2.3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	
DEPORTES COLECTIVOS VOLEIBOL	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</li> <li>Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Historia del deporte desde la perspectiva de género</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda,</li> </ul>	1.5 1.6 2.1 2.2 2.3 3.1 4.1 4.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	1º Trimestre 2º Trimestre

	<p>selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.</li><li>- 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.</li><li>- Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.</li><li>- 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.</li><li>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.</li><li>- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</li><li>- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la</li></ul>			
--	---	--	--	--

	<p>convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.</li> <li>- El deporte en Andalucía.</li> </ul>			
LA POSTURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).</li> <li>Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>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.</li> </ul>	1.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	2º Trimestre
PRIMEROS AUXILIOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Actuaciones críticas ante accidentes.</li> <li>- Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA).</li> <li>Soporte vital básico (SVB).</li> <li>- Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).</li> <li>Herramientas digitales para</li> </ul>	1.3 1.4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	3º Trimestre

	<p>la gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> </ul>			
CONDICIÓN FÍSICA: FUERZA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.</li> <li>- Autorregulación y planificación del entrenamiento.</li> <li>- Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.</li> <li>- Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.</li> <li>- Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza.</li> <li>- Sistemas de entrenamiento.</li> <li>- Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.</li> <li>. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> </ul>	<p>1.1 1.2 1.5 2.3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	2º Trimestre

ALIMENTACIÓN SALUDABLE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alimentación saludable (dieta mediterránea, plato de Harvard) y análisis crítico de la publicidad</li> <li>- Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros).</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> </ul>	1.2 1.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	2º Trimestre
DEPORTES ALTERNATIVOS: pinfuvote, rugby tag, spike volley, floorball, ultimate	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> <li>- 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.</li> <li>- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. - Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.</li> <li>- Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de</li> </ul>	1.5 1.6 2.1 2.2 2.3 3.1 4.1 4.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	2º Trimestre 3º Trimestre

	<p>cierta complejidad en situaciones motrices individuales.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.</li><li>- 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.</li><li>- Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.</li><li>- 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.</li><li>- Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.</li><li>- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</li><li>- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz,</li></ul>			
--	--	--	--	--

	actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.			
DEPORTES COLECTIVOS : FÚTBOL	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Historia del deporte desde la perspectiva de género</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> <li>- Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.</li> <li>- 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.</li> <li>- Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.</li> <li>- 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</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.5</li> <li>1.6</li> <li>2.1</li> <li>2.2</li> <li>2.3</li> <li>3.1</li> <li>4.1</li> <li>4.2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1º Trimestre</li> <li>2º Trimestre</li> </ul>

	<p>colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.</li> <li>- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</li> <li>- 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.</li> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.</li> <li>- El deporte en Andalucía.</li> </ul>			
DEPORTES DE RED: BÁDMINTON	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> </ul>	1.5 1.6 2.1 2.2 2.3 3.1 4.1 4.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	3º Trimestre
NUESTRO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Herramientas digitales para</li> </ul>	5.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> </ul>	3º Trimestre

<p>ENTORNO Orientación Bicicleta</p>	<p>la gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> <li>-Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos.</li> <li>-Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas.</li> <li>-Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano.</li> <li>- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.</li> <li>-La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.</li> </ul>	5.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	
<p>NOS EXPRESAMOS: COREOGRAFÍAS</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.</li> <li>- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.</li> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con</li> </ul>	<p>1.5 2.1 3.2 3.3 4.3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	3º Trimestre

	<p>la actividad físico-deportiva y presentación de la misma.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</li> <li>- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices</li> </ul>			
<p>NUESTRA REGIÓN: ANDALUCÍA</p> <p>Juegos tradicionales</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</li> <li>- 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.</li> </ul>	<p>2.1</p> <p>3.1</p> <p>4.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>2º Trimestre</p>
<p>COMBAS</p>	<p>Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles</p>	<p>2.1</p> <p>2.2</p> <p>2.3</p> <p>3.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>3º Trimestre</p>

**DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS 1º BACHILLERATO**

TÍTULO	SABERES BÁSICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN
--------	-----------------	-------------------------	---------------------------	-----------------

EVALUACIÓN INICIAL	- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas orientadas a la salud.		- Pruebas de valoración de la condición física estandarizadas. Batería Alpha fitness	1º Trimestre
CONDICIÓN FÍSICA La resistencia y sistemas de entrenamiento	Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza.	1.1 1.2	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	1º Trimestre 2º Trimestre

	<p>Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte, o disciplina, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.</li> <li>-Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar.</li> <li>- Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.</li> </ul>			
<p>DEPORTES COLECTIVOS: Baloncesto, Balonmano, Voleibol, fútbol</p>	<p>Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición</p>	<p>2.1 2.2 2.3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>1º Trimestre</p>

	<p>tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físicodeportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.</li><li>-Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.</li><li>-Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.</li><li>-Gestión del éxito análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</li></ul>			
--	---	--	--	--

	- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físicodeportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.			
DEPORTES INDIVIDUALES : Pruebas combinadas	<p>Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físicodeportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.</p> <p>-Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia</p>	2.1 2.2 2.3	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	1º Trimestre 2º Trimestre

	<p>intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.</li> <li>-Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.</li> <li>-Gestión del éxito análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</li> <li>- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físicodeportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.</li> </ul>			
<p>CONDICIÓN FÍSICA La fuerza y sistemas de entrenamiento  Calistenia</p>	<p>Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o</p>	<p>1.1 1.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>2º Trimestre</p>

	<p>similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física . Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.</p> <p>-Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.</p>			
<p>DEPORTES COLECTIVOS: Baloncesto, Balonmano, Voleibol, fútbol, rugby tag</p>	<p>Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que</p>	<p>2.1 2.2 2.3</p>	<p>- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación</p>	<p>2º Trimestre</p>

	<p>provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físicodeportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.</p> <p>-Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.</p> <p>-Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.</p> <p>-Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.</p> <p>-Gestión del éxito análisis crítico del éxito y la fama en</p>			
--	--	--	--	--

	<p>contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</p> <p>- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físicodeportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.</p>			
COMBAS	<p>Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles</p>	<p>2.1 2.2 2.3 3.2</p>	<p>- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación</p>	2º Trimestre
DEPORTES DE RED: Badminton	<p>Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físicodeportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir</p>	<p>2.1 2.2 2.3</p>	<p>- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación</p>	3º Trimestre

	<p>los objetivos del equipo.</p> <p>-Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.</p> <p>-Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.</p> <p>-Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.</p> <p>-Gestión del éxito análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</p> <p>- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físicodeportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.</p>			
CONDICIÓN FÍSICA: Planificación, alimentación, primeros	Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de	1.1 1.2 1.1 1.5 3.2	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de	1º Trimestre 2º Trimestre 3º Trimestre

<p>auxilios y lesiones.</p>	<p>actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física . Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte, o disciplina, material necesario, objetivos</p>		<p>observación</p>	
-----------------------------	---	--	--------------------	--

	<p>de la preparación, actividades y similares.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.</li> <li>-Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar.</li> <li>-Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.</li> </ul>			
<p>CONSTRUCC IÓN MATERIAL: Atomium, TRX</p>	<p>Análisis crítico del deporte como fenómeno social y cultural y de su repercusión en los medios de comunicación. Deportes adaptados.</p>	<p>3.2 3.3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>3º Trimestre</p>
<p>SPORT EDUCATION</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.</li> <li>-Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas y LGTBIfóbicas).</li> </ul>	<p>3.1 3.2 3.3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>3º Trimestre</p>
<p>BICICLETA</p>	<p>Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.</p>	<p>5.1 5.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de</li> </ul>	<p>3º Trimestre</p>

	-Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, espacios, usos y necesidades		observación	
EXPRESIÓN CORPORAL Bailes latinos salsa y bachata	-Técnicas específicas de expresión corporal, tanto individuales como colectivas. - Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva. - Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito artístico-expresivo: a nivel mundial, nacional y andaluz	4.1 4.1	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	3º Trimestre

### DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE CONTENIDOS 2º BACHILLERATO

TÍTULO	SABERES BÁSICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN
EVALUACIÓN INICIAL			- Fichas - Pruebas prácticas	1º Trimestre
CONDICIÓN FÍSICA La resistencia y sistemas de entrenamiento	Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas,	1.1 1.2	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	1º Trimestre

	<p>fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física . Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte, o disciplina, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares.</p>			
--	---	--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.</li> <li>-Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar.</li> <li>- Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.</li> </ul>			
<p>DEPORTES COLECTIVOS: Baloncesto, Balonmano, Voleibol, fútbol</p>	<p>Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físicodeportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.</p> <p>-Capacidades</p>	<p>2.1 2.2 2.3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>1º Trimestre</p>

	<p>perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.</li> <li>-Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.</li> <li>-Gestión del éxito análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</li> <li>- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físicodeportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.</li> </ul>			
<p>DEPORTES ALTERNATIVOS: Rugby tag, ultimate</p>	<p>Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas.</p>	<p>2.1 2.2 2.3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>2º Trimestre 3º Trimestre</p>

	<p>Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físicodeportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.</li><li>-Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.</li><li>-Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la</li></ul>			
--	--	--	--	--

	<p>resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.</p> <p>-Gestión del éxito análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</p> <p>- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físicodeportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.</p>			
<p>CONDICIÓN FÍSICA</p> <p>La fuerza y sistemas de entrenamiento</p>	<p>Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Utilización</p>	<p>1.1</p> <p>1.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>2º Trimestre</p>

	<p>de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física . Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. -Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.</p>			
<p>DEPORTES INDIVIDUALES : NATACIÓN</p>	<p>Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. - Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físicodeportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos</p>	<p>2.4 3.1 3.2 3.5</p>		<p>2º Trimestre</p>

	<p>o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.</p> <p>-Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.</p> <p>-Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.</p> <p>-Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.</p> <p>-Gestión del éxito análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</p> <p>- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físicodeportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.</p>			
<p>DEPORTES DE RED: Badminton</p>	<p>- Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando</p>	<p>2.1 2.2 2.3</p>	<p>- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas</p>	<p>3º Trimestre</p>

	eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales .		- Pruebas prácticas - Hojas de observación	
CONDICIÓN FÍSICA: Planificación, alimentación, primeros auxilios y lesiones.	Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físicodeportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla	1.1 1.2 1.1 1.5 3.2	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	1º Trimestre

	<p>adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.</li> <li>-Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.</li> <li>-Gestión del éxito análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</li> <li>- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físicodeportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.</li> </ul>			
	<p>Análisis crítico del deporte como fenómeno social y cultural y de su repercusión en los medios de comunicación. Deportes adaptados.</p>	<p>3.2 3.3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Pruebas prácticas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>3º Trimestre</p>
<p>Organización de eventos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.</li> <li>-Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por</li> </ul>	<p>5.1</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición oral</li> <li>- Fichas</li> <li>- Pruebas escritas</li> <li>- Hojas de observación</li> </ul>	<p>3º Trimestre</p>

	razón de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas y LGTBIfóbicas).			
BICICLETA	Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura. -Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, espacios, usos y necesidades	5.2	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	3º Trimestre
EXPRESIÓN CORPORAL  Coreografías	-Técnicas específicas de expresión corporal, tanto individuales como colectivas. - Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva. - Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito artístico-expresivo: a nivel mundial, nacional y andaluz	4.1 4.1	- Exposición oral - Fichas - Pruebas escritas - Pruebas prácticas - Hojas de observación	3º Trimestre

## 6. TEMAS TRANSVERSALES.PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Los temas transversales están inmersos en el desarrollo curricular del área de Educación Física, se tratan de manera conjunta y están formulados como principios pedagógicos.

En Educación Secundaria el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria responderá a los siguientes principios:

a) La lectura constituye un factor fundamental para el desarrollo de las competencias clave. Las programaciones didácticas de todas las materias incluirán actividades y

tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística. Los centros, al organizar su práctica docente, deberán garantizar la incorporación de un tiempo diario, no inferior a 30 minutos, en todos los niveles de la etapa, para el desarrollo planificado de dicha competencia. Asimismo, deben permitir que el alumnado desarrolle destrezas orales básicas, potenciando aspectos clave como el debate y la oratoria.

b) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten a cada alumno o alumna una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de segundo curso y en el Perfil de salida del alumnado al término de la Enseñanza Básica.

c) Desde las distintas materias se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.

d) Asimismo, se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión que sobre el mismo tienen las actividades humanas, el agotamiento de los recursos naturales, la superpoblación, la contaminación o el calentamiento de la Tierra, todo ello con objeto de fomentar la contribución activa en la defensa, conservación y mejora de nuestro entorno medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida.

e) Se potenciará el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) con objeto de garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado. Para ello, en la práctica docente se desarrollarán dinámicas de trabajo que ayuden a descubrir el talento y el potencial de cada alumno y alumna y se integrarán diferentes formas de presentación del currículo, metodologías variadas y recursos que respondan a los distintos estilos y ritmos de aprendizaje del alumnado.

f) Se fomentará el uso de herramientas de inteligencia emocional para el acercamiento del alumnado a las estrategias de gestión de emociones, desarrollando principios de empatía y resolución de conflictos que le permitan convivir en la sociedad plural en la que vivimos.

g) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folclore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas, entre ellas, el flamenco, la música, la literatura o la pintura, tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de su ciudadanía a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte del desarrollo del currículo.

h) Atendiendo a lo recogido en el capítulo I del título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres.

i) En los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, con objeto de fomentar la integración de las competencias clave, se dedicará un tiempo del horario lectivo a la realización de proyectos significativos para el alumnado, así como a la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, el emprendimiento, la reflexión y la responsabilidad del alumnado.

j) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, de sistematización y de presentación de la información, para aplicar procesos de análisis, de observación y de experimentación, mejorando habilidades de cálculo y desarrollando la capacidad de resolución de problemas, fortaleciendo así habilidades y destrezas de razonamiento matemático.

En Bachillerato responderá a los siguientes principios:

a) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten al alumnado una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de segundo curso de la etapa.

b) Desde las distintas materias de la etapa se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.

c) Se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión que sobre el mismo tienen las actividades humanas, el agotamiento de los recursos naturales, la superpoblación, la contaminación o el calentamiento de la Tierra, todo ello con objeto de fomentar la contribución activa en la defensa, conservación y mejora de nuestro entorno medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida, y como elemento central e integrado en el aprendizaje de las distintas disciplinas.

d) Las programaciones didácticas de todas las materias incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística, incluyendo actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, la prácticas de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público.

e) En la organización de los estudios de la etapa se prestará especial atención al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo, A estos efectos se establecerán las alternativas organizativas y metodológicas de este alumnado. Para ello, se potenciará el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA) para garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado, presente o no necesidades específicas de apoyo educativo.

f) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folklore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas como el flamenco, la música, la literatura o la pintura, entre ellas; tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de sus mujeres y hombres a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte, del desarrollo del currículo.

g) Atendiendo a lo recogido en el Capítulo I del Título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres.

h) Con objeto de fomentar la integración de las competencias, se promoverá el aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, en los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, la capacidad para aprender por sí mismo, para trabajar en equipo, la capacidad para aplicar los métodos de investigación apropiados y la responsabilidad, así como el emprendimiento.

i) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información y para aplicar procesos de análisis, observación y experimentación, adecuados a las distintas materias, fomentando el enfoque interdisciplinar del aprendizaje por competencias con la realización por parte del alumnado de trabajos de investigación y de actividades integradas.

## 7. METODOLOGÍA. SITUACIONES DE APRENDIZAJE

Teniendo en cuenta el apartado f) del artículo 2 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, las situaciones de aprendizaje implican la realización de un conjunto de actividades articuladas que los docentes llevarán a cabo para lograr que el alumnado desarrolle las competencias específicas en un contexto determinado.

La metodología tendrá un carácter fundamentalmente activo, motivador y participativo, partirá de los intereses del alumnado, favorecerá el trabajo individual, cooperativo y el aprendizaje entre iguales y la utilización de enfoques orientados desde una perspectiva de género, e integrará en todas las materias referencias a la vida cotidiana y al entorno inmediato.

Las situaciones de aprendizaje serán diseñadas de manera que permitan la integración de los aprendizajes, poniéndolos en relación con distintos tipos de saberes básicos y utilizándolos de manera efectiva en diferentes situaciones y contextos.

La metodología aplicada en el desarrollo de las situaciones de aprendizaje estará orientada al desarrollo de competencias específicas, a través de situaciones educativas que posibiliten, fomenten y desarrollen conexiones con las prácticas sociales y culturales de la comunidad.

En el desarrollo de las distintas situaciones de aprendizaje se favorecerá el desarrollo de actividades y tareas relevantes, haciendo uso de recursos y materiales didácticos diversos.

En el planteamiento de las distintas situaciones de aprendizaje se garantizará el funcionamiento coordinado de los docentes, con objeto de proporcionar un enfoque interdisciplinar, integrador y holístico al proceso educativo.

Este departamento realizará diversas situaciones de aprendizaje a lo largo del curso académico para ello se ha elaborado una tabla donde se recogen los aspectos necesarios para la elaboración de las mismas.

Sda	Fechas	Situación de aprendizaje	sesiones	comp. espec	criterios evaluación	saberes básicos
	Noviembre	Warm-up 4º ESO	3	1	1.1 ,1.2 ,1.5,2.3	
	Noviembre	Warm- up 1º ESO	4	1	1.1,1.2,1.3,1.4,1.5	
	Noviembre	¿What is endurance? 4º ESO	3	1	1.1,1.2,1.5	
	Noviembre	Carrera 1º ESO	4	1	1.1,1.2,1.5	
	Marzo	Personal trainer 4º ESO	3	1	1.1, 1.2 . 1.5	
	Abril	Construyendo palas 1º ESO	4	3	3.1, 3.2, 3.3	
	Abril	Cuadrilástico 2º ESO	4	3	3.1, 3.2, 3.3	
	Junio	tu cara me suena 1º ESO	4	4	4.1, 4.2, 4.3	
	Mayo	Injurias 4º ESO	3	1	1.3, 1.4,	
	Noviembre	Decathlon	4		2.1,2.2,2.3	
	OCTUBRE	NOS CONOCEMOS Y CONVIVIMOS 2º, 3º ESO 1º BACHILLERATO	6-8	3	3.1 3.2 3.3	
	NOVIEMBRE	ELIGE TU CAMINO 2º, 3º ESO 1º BACHILLERATO	6-8	1-3	3.1 3.2 3.3	
	NOVIEMBRE DICIEMBRE	TODOS SOMOS IGUALES 2º, 3º ESO 1º BACHILLERATO	6-8	2	2.1 2.2 2.3	
	ENERO	ANALIZAMOS SI ESTAMOS EN FORMA 2º, 3º ESO 1º BACHILLERATO	6-8	1	1.1 1.2 1.3 1.4 1.5 1.6	
	FEBRERO	DECATHLON COOPERATIVO 2º, 3º ESO 1º BACHILLERATO	6-8	2	2.1 2.2 2.3	
	MARZO	ESCALA HACIA TU CIMA 2º, 3º ESO 1º BACHILLERATO	6-8	5	5.1 5.2	
	ABRIL	PIRÁMIDES MUSICALES 2º, 3º ESO 1º BACHILLERATO	6-8	4	4.1 4.2 4.3	
	MAYO JUNIO	¿BAILAMOS? 2º, 3º ESO 1º BACHILLERATO	6-8	4	4.1 4.2 4.3	

## 8. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La Educación Física es un área que ofrece una gran variedad de posibilidades para hacer adaptaciones curriculares con las que atender a la diversidad de los alumnos; sin interrumpir el desarrollo normal de la clase, se puede trabajar por grupos de nivel, ocuparse de unos alumnos determinados mientras el resto de la clase realizan otras tareas que se les ha asignado, hacer que los alumnos de mayor nivel colaboren en el aprendizaje de los que tienen un nivel inferior, etc.

Asimismo y en especial en el desarrollo del programa de atención a la diversidad, solamente se harán en caso necesario, adaptaciones curriculares No Significativas

Presentamos a continuación las orientaciones metodológicas que nuestro departamento propone para los alumnos y alumnas con necesidades educativas especiales :

- Plantear las actividades de forma que cualquier alumno del grupo pueda echar una mano en un momento dado al compañero que presente alguna dificultad.
- Tener en cuenta siempre , en la presentación de los contenidos que se van a trabajar, que los canales de información sean los más adecuados en cada caso. (Ej.: auditivo, visual,...)
- Introducir actividades individuales cuando sea necesario afianzar algún contenido. En el caso de que el alumno , a causa de su discapacidad (por ejemplo al tener una lesión), no pueda participar, se planteará una específica para él.
- Cuando surjan dificultades o conflictos en alguna actividad, se puede plantear que todos los alumnos participen en la búsqueda de la solución más adecuada.
- Utilizar estrategias para centrar la atención del grupo en aquello que es verdaderamente importante. A veces , los alumnos con dificultades de aprendizaje, demandan que la información esté más focalizada.
- Proponer las actividades con distintos niveles de dificultad o con distintas adaptaciones.
- Asignar tareas o funciones específicas para alumnos exentos, dentro del desarrollo de algunos juegos o actividades, organizando el material, colaborando en la toma de tiempos, observando y dando conocimiento de resultados, rellenando fichas de trabajo, etc..

Si bien todos los temas son tratados con el suficiente carácter básico, también se realiza con una profundidad como para atender a cualquier demanda que pueda darse en los alumnos y alumnas. Además la importancia concedida a la evaluación inicial al comienzo de cada U.D. permite conocer tanto las capacidades como los intereses y motivaciones del alumnado, para poder de esta manera adoptar las diferentes medidas de atención a la diversidad.

Los procedimientos pueden ser realizados por la totalidad de los alumnos, según su capacidad, excepto por aquellos que por prescripción facultativa estén exentos de alguna práctica física en concreto, en cuyo caso ejercerán de ayudantes del profesor o colaboradores del resto de compañeros (en otros casos realizan una ficha de las tareas que se realizan en clase). El profesor, debe tener presente que la calidad del movimiento debe ser exigida al alumno según su capacidad y nunca debe ser exigido en términos de rendimiento deportivo.

El ejercicio debe ser un recurso para educar al alumno para una vida activa normal y para que disponga de herramientas para desarrollar una vida sana. Igualmente nos servirá para evaluar la capacidad de aprendizaje y la voluntad del alumno. No es importante que un alumno sepa meter una canasta de baloncesto o que realice una paloma en gimnasia, como objetivos en sí mismos. El meter la canasta o realizar la paloma, únicamente nos interesa como instrumento:

1º) Para cubrir ciertas deficiencias o para reafirmar su potencialidad.

2º) Como instrumento de maduración de su inteligencia.

3º) Como descubrimiento de actividades para el tiempo libre.

En este sentido trataremos de conseguir lo siguiente:

1º) Detectar posibles deficiencias y poner al alumno en el camino de superación de éstas, que no sólo son de índole físico, también lo son del orden pedagógico. El profesor indagará si ese fracaso en Matemáticas o Lengua se debe a deficiencias coordinativas o percepciones espacio temporales, o por el contrario tienen lateralidades no definidas o no reeducadas.

2º) El objetivo principal del departamento, es ofrecer al alumno los instrumentos para tener una vida de adulto sana y para que se sienta bien consigo mismo y adquiera hábitos de vida saludables.

Por esta razón el profesor de Educación Física debe tratar más que nadie de impartir la docencia de acuerdo con la diversidad de capacidades del alumnado.

Como conclusión podemos decir que las actividades se han diseñado con un doble objetivo: Por una parte consolidar los aprendizajes conseguidos y por otra atender la diversidad del alumnado.

## 8. 1 PROGRAMAS DE REFUERZO

Se aplicarán programas de refuerzo en función de las características del alumnado.

Por un lado, estarán los programas de refuerzo para aquel alumnado que no superó la materia en el curso anterior.

Para ello se establecerá un plan con seguimiento trimestral en el que se propondrán diversos tipos de actividades tanto teóricas como prácticas, relacionadas con los contenidos del curso anterior.

Por otro lado, se elaborarán programas de refuerzo para el alumnado repetidor, que consistirá en reforzar aquellos aspectos necesarios para poder seguir el desarrollo normal de la materia durante el curso( atención durante las explicaciones, aclaraciones de tareas para una mejor asimilación y entendimiento, tutoría personalizada para revisión del trabajo diario y complementario, etc).

## 9. RECURSOS DIDÁCTICOS.

Nos referimos no sólo a recursos materiales, sino también a recursos impresos, medios audiovisuales y medios informáticos.

Los materiales para el trabajo de los alumnos y profesor, deberán tener estas características:

Deben ofrecer al profesor vías de análisis y reflexión para que pueda adaptarlos con más facilidad a las condiciones concretas en las que va a desarrollar su trabajo.

Han de estar en consonancia con las actividades que se plantean

Deben respetar la atención a los distintos ritmos de aprendizaje de los alumnos. Esto se traduce en ofrecer una amplia gama de materiales didácticos que correspondan a diferentes grados de aprendizaje, siempre limitados por las posibilidades presupuestarias existentes.

La multiplicidad de funciones que deben cumplir los materiales curriculares apunta a unos criterios de diversidad y variedad.

#### Recursos materiales

A principios de cada curso se estudian las necesidades tanto de reparación y mantenimiento, como de adquisición de material, en función de las nuevas actividades que se quieran incorporar, presentándose un presupuesto al equipo directivo. Actualmente el material existente en el departamento es el siguiente: (para más información ver el inventario del departamento)

Balones de baloncesto, balonmano, voleibol, fútbol-sala, gimnasia rítmica, de goma variados. Balones medicinales, Raquetas de bádminton y palas de tenis de mesa.

Frisbees, Indiacas, sticks y bolas de hockey, Vallas, conos y picas.

Material alternativo variado

Material del gimnasio: espalderas, plintos, potro, colchonetas quitamiedos, colchonetas finas, bancos suecos, postes de bádminton, saltómetros y pizarra. El material no fungible está en general en muy mal estado o inservible

Material de las pistas: canastas de baloncesto y porterías de fútbol-balonmano.

#### Recursos impresos

Libro *"Educación Física"* de la Editorial Teide para 4º de ESO y Editorial Bruño para 1º, 2º y 3º, siendo utilizados a discreción del profesorado cuando sea necesario. En principio no se establece como obligatorio el uso del libro de texto, utilizándose los recursos teóricos disponibles en Internet a discreción del profesorado con fichas de trabajo diseñadas específicamente para contenidos concretos

#### Medios audiovisuales.

Televisión en el gimnasio y altavoz.

Pizarras Electrónicas. En aulas ordinarias

#### Medios informáticos.

Estos medios son de incorporación inminente y actual a la enseñanza y son cada vez más usados por los jóvenes. Es necesario que el profesor eduque en el uso correcto de los mismos y en su aprovechamiento educativo-formativo. Al ser un centro TIC disponemos de acceso a los medios que nos facilita la informática.

## 10. EVALUACIÓN. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

Según el artículo 10.1 de la Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será criterial, continua, formativa, integradora, diferenciada y objetiva según las distintas materias o ámbitos del currículo y será un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje. Tomará como referente los criterios de evaluación a través de los cuales se medirá el grado de consecución de las competencias específicas.

El artículo 11.1 de la ya referida Orden señala que el profesorado llevará a cabo la evaluación, 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 de cada materia.

La evaluación será continua y global por estar inmersa en el proceso de enseñanza y aprendizaje y por tener en cuenta el progreso del alumnado, con el fin de detectar las dificultades en el momento en que se produzcan, averiguar sus causas y, en consecuencia, adoptar las medidas necesarias dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias, que le permita continuar adecuadamente su proceso de aprendizaje.

El carácter formativo de la evaluación propiciará la mejora constante del proceso de enseñanza y aprendizaje. La evaluación formativa proporcionará la información que permita mejorar tanto los procesos como los resultados de la intervención educativa. El alumnado tiene derecho a ser evaluado conforme a criterios de plena objetividad, a que su dedicación, esfuerzo y rendimiento sean valorados y reconocidos de manera objetiva, y a conocer los resultados de sus evaluaciones, para que la información que se obtenga a través de la evaluación tenga valor formativo y lo comprometa en la mejora de su educación. Para garantizar la objetividad y la transparencia en la evaluación, al comienzo de cada curso, los profesores y profesoras informarán al alumnado acerca de los criterios de evaluación de cada una de las materias, incluidas las materias pendientes de cursos anteriores, así como de los procedimientos y criterios de evaluación y calificación.

Para la evaluación del alumnado se tendrán en consideración los criterios y procedimientos de evaluación, calificación y promoción incluidos en el proyecto educativo del centro.

Al inicio del curso se realizará una evaluación inicial, sobre saberes y capacidades físicas del alumnado. Este año se aplicará al inicio de curso la batería alpha fitness cuyos resultados nos darán una gran información sobre la condición física del alumnado. Este departamento apuesta por un buen desarrollo de la misma, ya que, como se ha demostrado en varios estudios, a mayor nivel de condición física mejor capacidad de concentración, mejora de la comprensión lectora, mejora en el estado de ánimo, etc.

### Procedimientos e instrumentos de evaluación.

- 1.El profesorado llevará a cabo la evaluación del alumnado, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje de cada

alumno o alumna en relación con los criterios de evaluación y el grado de desarrollo de las competencias específicas u objetivos de la materia, según corresponda.

2. Para la evaluación del alumnado se utilizarán diferentes instrumentos tales como cuestionarios, formularios, presentaciones, exposiciones orales, edición de documentos, pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, ajustados a los criterios de evaluación y a las características específicas del alumnado. Se fomentarán los procesos de coevaluación y autoevaluación del alumnado.

3. Los criterios de evaluación han de ser medibles, por lo que se han de establecer mecanismos objetivos de observación de las acciones que describen, así como indicadores claros, que permitan conocer el grado de desempeño de cada criterio. Para ello, se establecerán indicadores de logro de los criterios, en soportes tipo rúbrica. Los grados o indicadores de desempeño de los criterios de evaluación de los cursos impares de esta etapa se habrán de ajustar a las graduaciones de insuficiente (del 1 al 4), suficiente (del 5 al 6), bien (entre el 6 y el 7), notable (entre el 7 y el 8) y sobresaliente (entre el 9 y el 10).

4. Estos indicadores del grado de desarrollo de los criterios de evaluación o descriptores deberán ser concretados en las programaciones didácticas y matizados en base a la evaluación inicial del alumnado y de su contexto. Los indicadores deberán reflejar los procesos cognitivos y contextos de aplicación, que están referidos en cada criterio de evaluación.

5. La totalidad de los criterios de evaluación contribuyen en la misma medida, al grado de desarrollo de la competencia específica, por lo que tendrán el mismo valor a la hora de determinar el grado de desarrollo de la misma.

6. Los criterios de calificación estarán basados en la superación de los criterios de evaluación y, por tanto, de las competencias específicas, y estarán recogidos en las programaciones didácticas.

7. Los docentes evaluarán tanto el grado de desarrollo de las competencias del alumnado como su propia práctica docente, para lo que concretarán los oportunos procedimientos en la programación didáctica.

8. Para realizar el registro de las calificaciones y los diferentes cálculos se utilizará el cuaderno del profesorado de Séneca, favoreciendo así la evaluación continua y la objetividad a través del contacto continuado con las familias.

### Evaluación inicial

Al inicio del curso se realizará una autoevaluación inicial, en la que el alumnado conocerá su nivel de partida a nivel motivado. Para ello se llevará a cabo, durante las primeras semanas de septiembre, una serie de pruebas en las que el alumnado se autoevaluará y realizará una reflexión y análisis de los resultados mediante una diana de autoevaluación y un cuestionario.

## 10.1 CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN

### Criterios de evaluación 1º ESO.

COMPETENCIA	CRITERIO 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>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.2.A.1.1 EFI.2.A.3.1 EFI.2.B.4.</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.2.A.1.1 EFI.2.A.1.2 EFI.2.A.1.3 EFI.2.A.1.4 EFI.2.A.1.5 EFI.2.B.3.</p>
	<p>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.</p>	<p>EFI.2.F.1.</p>
	<p>1.4. Identificar los protocolos de intervención y medidas básicas de primeros auxilios que es necesario aplicar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física.</p>	<p>EFI.2.B.7.</p>
	<p>1.5. Identificar y analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, evitando su reproducción en su entorno escolar y en las actividades de su vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p>	<p>EFI.2.A.2. EFI.2.A.3.3 EFI.2.B.5.</p>
	<p>1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso</p>	<p>EFI.2.B.5. EFI.2.B.6.</p>

	en el ámbito de la actividad física y el deporte.	
<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>2.1.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.2.A.3.1 FI.2.B.2. EFI.2.B.4. EFI.2.C.1.1 EFI.2.C.1.2 EFI.2.C.5. EFI.2.C.6. EFI.2.D.1.1 EFI.2.D.1.2</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.2.C.1.1 EFI.2.C.1. EFI.2.C.1.4 EFI.2.C.1.5 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.2.C.1.1 EFI.2.C.2. EFI.2.C.3. EFI.2.C.4. EFI.2.C.5.</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</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.2.A.3.2 EFI.2.B.1. EFI.2.D.1.1 EFI.2.D.2.2 EFI.2.D.2.3</p>
	<p>3.2.Colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos, para alcanzar el logro</p>	<p>EFI.2.C.5. EFI.2.D.1.2 EFI.2.D.2.1</p>

<p>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>individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</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, 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.</p>	<p>EFI.2.A.2. EFI.2.D.2.1 EFI.2.D.2.3</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</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.2.E.1. 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.2.E.5.</p>
	<p>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.</p>	<p>EFI.2.B.4. EFI.2.C.2. EFI.2.E.3.1 EFI.2.E.3.2 EFI.2.E.4. EFI.2.E.5.</p>

la andaluza.		
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.	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.	EFI.2.F.2. EFI.2.F.3. EFI.2.F.4. EFI.2.F.5.
	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.	EFI.2.B.7. EFI.2.F.1. EFI.2.F.2. EFI.2.F.3. EFI.2.F.4. EFI.2.F.7. EFI.2.F.8.

Criterios de evaluación para 2º ESO

COMPETENCIA	CRITERIO EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
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	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.	EFI.2.A.1.1 EFI.2.A.1.5 EFI.2.A.1.6 EFI.2.B.4 EFI.2.B.5

prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	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.	EFI.2.A.1.1 EFI.2.A.1.2 EFI.2.A.1.3 EFI.2.A.1.4 EFI.2.B.2.
	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.	EFI.2.A.1.5 EFI.2.B.7.1 EFI.2.B.7.2 EFI.2.B.7.3
	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. 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. 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.
	2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las	2.1. Desarrollar proyectos motores sencillos de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos

<p>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>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.C.1. EFI.2.C.4. EFI.2.D.1.</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. 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</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. 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>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>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 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>EFI.2.A.2. EFI.2.D.1.4 EFI.2.D.2.3 EFI.2.D.2.4</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>4.1. Practicar y apreciar las manifestaciones artísticoexpresivas 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. 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 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.</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</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>según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.</p>	<p>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>
--	--	--

Criterios de evaluación 3º ESO

COMPETENCIA	CRITERIO 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</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.4.A.1.1 EFI.4.B.5.</p>
	<p>1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo,</p>	<p>EFI.4.A.1.2 EFI.4.A.1.3 EFI.4.A.1.4</p>

tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	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.	EFl.4.A.1.5 EFl.4.B.2. EFl.4.B.3 EFl.4.B.5..
	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.	EFl.4.B.2. EFl.4.B.3. EFl.4.B.7.
	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.	EFl.4.B.8.
	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.	EFl.4.A.1.6 EFl.4.A.2.1 EFl.4.A.2.2 EFl.4.A.3.2 EFl.4.A.3.3 EFl.4.B.5. EFl.4.B.6. EFl.4.D.2.3 EFl.4.E.5.
	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.	EFl.4.B.5. EFl.4.B.6.
	2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas,	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y

<p>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>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.4.C.5. EFI.4.C.6. EFI.4.D.1. EFI.4.D.2.1</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 automatización de procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando de forma guiada sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p>	<p>EFI.4.C.1.1 EFI.4.C.1.3 EFI.4.C.1.4 EFI.4.C.1.5 EFI.4.C.4. EFI.4.C.5.</p>
	<p>2.3. Evidenciar progresión en el control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas con apoyo ocasional en algún tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>	<p>EFI.4.C.1.1 .EFI.4.C.2. EFI.4.C.3. EFI.4.C.4. EFI.4.C.5.</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</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.4.A.3.1 EFI.4.D.1. EFI.4.D.2.1 EFI.4.D.2.2 EFI.4.D.2.3</p>
	<p>3.2.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p>	<p>EFI.4.B.4. EFI.4.C.5. EFI.4.D.2.1 EFI.4.E.4.</p>

<p>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>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.4.D.1. EFI.4.D.2.1</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>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.4.A.2.2 EFI.4.E.1. EFI.4.E.6. EFI.4.E.7.</p>
	<p>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.</p>	<p>EFI.4.A.3.3 EFI.4.E.5.</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.4.C.2. EFI.4.E.2. EFI.4.E.3. EFI.4.E.4.</p>
<p>5. Adoptar un estilo de</p>	<p>5.1. Participar en actividades</p>	<p>EFI.4.F.3.</p>

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.	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.	EFI.4.F.4. EFI.4.F.5.
	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.	EFI.4.B.7. EFI.4.F.1. EFI.4.F.2. EFI.4.F.3. EFI.4.F.4. EFI.4.F.7.

Criterios de evaluación para 4º ESO

COMPETENCIA	CRITERIO EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
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	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.	EFI.4.A.1.1 EFI.4.A.1.2 EFI.4.B.4

uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	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.	EFI.4.A.1.4 EFI.4.A.1.5 EFI.4.B.2.
	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	EFI.4.B.7.. EFI.4.B.8
	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	EFI.4.B.9. EFI.4.B.10.
	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.	EFI.4.A.2. EFI.4.A.3. EFI.4.B.4. EFI.4.B.5. EFI.4.D.2.3
	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.4.B.4. EFI.4.B.5. EFI.4.B.6.
	2. Adaptar, con progresiva autonomía	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o

<p>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>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.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 elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p>	<p>EFI.4.C.1.1 EFI.4.C.1.3 EFI.4.C.1.4 EFI.4.C.1.5 EFI.4.C.4. EFI.4.C.5.</p>
	<p>2.3. Evidenciar 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</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 asignación de roles, la gestión del tiempo</p>	<p>EFI.4.D.2.1</p>

<p>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>de práctica y la optimización del resultado final, valorando el proceso</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>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, afectivosexual, 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>4.1. Contextualizar la influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía o las procedentes de otros lugares del mundo.</p>	<p>EFI.4.E.1. EFI.4.E.5. EFI.4.E.6.1. EFI.4.E.6.2</p>
	<p>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</p>	<p>EFI.4.E.4.</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</p>	<p>EFI.4.C.2. EFI.4.C.5. EFI.4.E.2. EFI.4.E.3</p>	

	compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.	
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.	5.1. Participar en actividades físicodeportivas 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	EFI.4.F.3. EFI.4.F.4
	5.2. Diseñar y organizar actividades físicodeportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas con autonomía	EFI.4.B.8. EFI.4.F.1. EFI.4.F.2. EFI.4.F.4.

Criterios de Evaluación 1º BACHILLERATO.

COMPETENCIA	CRITERIO EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y	1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física, partiendo de la evaluación del estado inicial, dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud y la calidad de vida, aplicando los diferentes	EDFI.1.A.1. EDFI.1.A.2. EDFI.1.A.3. EDFI.1.B.1. EDFI.1.B.3. EDFI.1.B.4.

<p>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>sistemas y métodos de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.</p>	<p>EDFI.1.C.3. EDFI.1.F.2.</p>
	<p>1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices y el descanso adecuado, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales relacionados con los distintos campos de la actividad física, deporte y recreación. Todo ello, teniendo en cuenta la seguridad física y afectiva como aspecto importante.</p>	<p>EDFI.1.A.1. EDFI.1.A.2. EDFI.1.A.3. EDFI.1.B.1. EDFI.1.B.3. EDFI.1.B.4. EDFI.1.C.3.</p>
	<p>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.</p>	<p>EDFI.1.A.1. EDFI.1.B.1. EDFI.1.B.2. EDFI.1.B.4. EDFI.1.B.5. EDFI.1.B.6. EDFI.1.F.4.</p>
	<p>1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud. Todo ello, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.</p>	<p>EDFI.1.A.2. EDFI.1.A.3. EDFI.1.B.4. EDFI.1.D.1. EDFI.1.D.3. EDFI.1.D.5. EDFI.1.D.6. EDFI.1.E.5.</p>
	<p>1.5. Emplear de manera autónoma</p>	<p>EDFI.1.A.1.</p>

	aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.	EDFI.1.A.2. EDFI.1.A.3. EDFI.1.B.1. EDFI.1.B.3. EDFI.1.C.3. EDFI.1.F.1.
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.	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, previo análisis de lo que le ofrecen tanto su centro escolar como las instituciones o entorno que les rodea, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	EDFI.1.B.1. EDFI.1.B.2. EDFI.1.B.3. EDFI.1.C.4. EDFI.1.C.5. EDFI.1.D.4. EDFI.1.E.2.
	2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión, control y éxito, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	EDFI.1.C.1. EDFI.1.C.2. EDFI.1.C.4. EDFI.1.C.5.
	2.3. Identificar, analizar de manera crítica y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.	EDFI.1.C.1. EDFI.1.C.2. EDFI.1.C.3. EDFI.1.C.4.
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el	3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de	EDFI.1.B.1 EDFI.1.C.5 EDFI.1.D.2

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.	interés, esfuerzo, liderazgo, empatía y asertividad al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	
	3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y representaciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	EDFI.1.B.1. EDFI.1.C.5. EDFI.1.D.1. EDFI.1.D.2.
	3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes, teniendo en cuenta las aficiones, posibilidades y limitaciones, hábitos e intereses de sus compañeros y compañeras durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	EDFI.1.B.3. EDFI.1.D.3. EDFI.1.D.5. EDFI.1.D.6. EDFI.1.E.1. EDFI.1.E.2.
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,	4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su análisis crítico y comparativo entre su evolución actual y la expresada en las diversas culturas y a lo largo de los tiempos y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.	EDFI.1.D.3. EDFI.1.D.6. EDFI.1.E.1. EDFI.1.E.4. EDFI.1.E.5. EDFI.1.E.6.
	4.2. Crear y representar composiciones	EDFI.1.E.2.

<p>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>corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, utilizando la música como recurso pedagógico didáctico y transmisor sociocultural, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.</p>	<p>EDFI.1.E.3.</p>
<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.</p>	<p>5.1. Promover, organizar y participar en actividades físico-deportivas en entornos urbanos, naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. Todo ello, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen, demostrando una actitud activa en la conservación y mejora del medio natural y urbano.</p>	<p>EDFI.1.B.2. EDFI.1.F.1. EDFI.1.F.2. EDFI.1.F.3. EDFI.1.F.5. EDFI.1.F.6.</p>
	<p>5.2. Practicar, participar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.</p>	<p>EDFI.1.B.4. EDFI.1.B.5. EDFI.1.F.1. EDFI.1.F.2. EDFI.1.F.3. EDFI.1.F.4. EDFI.1.F.6.</p>

Criterios de evaluación 2º Bachillerato

COMPETENCIA	CRITERIO EVALUACIÓN	SABERES
-------------	---------------------	---------

		BÁSICOS
<p>Asentar, practicar y promover en su entorno próximo estilos de vida activos y saludables, planificando la actividad física propia y de terceros, partiendo de una evaluación inicial en base a parámetros científicos asequibles de las características fisiológicas y biométricas de los participantes, sus necesidades y motivaciones, así como de las condiciones del contexto.</p>	<p>1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma programas de actividad física dirigidos al mantenimiento y mejora de la salud y calidad de vida, intentando incrementar el nivel inicial de las mismas, teniendo en cuenta su estado de salud y su condición física, realizando una valoración ajustada de todos los factores de rendimiento, temporizando adecuadamente las acciones, aplicando sistemas y métodos adecuados, observando los principios de acondicionamiento físico e incluyendo elementos motivacionales.</p>	<p>AFSS.2.A.1. AFSS.2.A.2. AFSS.2.A.3. AFSS.2.A.5. AFSS.2.A.6. AFSS.2.A.7. AFSS.2.B.1.</p>
	<p>1.2. Incorporar de forma consciente y autónoma en su actividad diaria, así como asesorar y orientar a terceros, medidas específicas para la prevención de lesiones, la autorregulación y dosificación del esfuerzo, aspectos saludables en la nutrición, conductas de riesgo para la salud, descanso adecuado, educación postural y ajustes ergonómicos del movimiento, entendiendo su relación con la calidad de vida.</p>	<p>AFSS.2.A.4. AFSS.2.A.5. AFSS.2.A.8. AFSS.2.A.9. AFSS.2.A.11 AFSS.2.A.12</p>
	<p>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, todo ello identificando y transmitiendo las posibles transferencias de estos conocimientos a todo tipo de situaciones habituales de ocio y laborales.</p>	<p>AFSS.2.A.9. AFSS.2.A.11 AFSS.2.A.12</p>
	<p>1.5. Emplear de forma autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con el análisis, control y gestión de la actividad física, incrementando la eficiencia de sus acciones, favoreciendo la interrelación entre participantes y respetando</p>	<p>AFSS.2.A.6. AFSS.2.A.7. AFSS.2.A.8.</p>

	la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la utilización y difusión de datos personales.	
Experimentar y desarrollar competencias, además de la motriz, implicadas en los estudios y salidas profesionales asociadas a la actividad física y el deporte, tales como dirección de grupos, organización de actividades, observación de situaciones motoras, diseño de actividades creativas, de ocio y de enseñanzas deportivas.	2.1. Elaborar y aplicar instrumentos de observación cualitativa y cuantitativa a los diferentes contextos de actividad física, evaluando los factores implicados en la consecución de los objetivos propuestos y aplicando criterios de validez y fiabilidad.	AFSS.2.B.1. AFSS.2.B.2. AFSS.2.B.3
	2.2. Diseñar, planificar y dirigir actividades individuales y colectivas de aprendizaje, recreación o acondicionamiento físico, adaptado al grupo, observando las medidas de seguridad y cuidado de la salud pertinentes y garantizando un tiempo de desempeño motor suficiente, así como la eficiencia en los procesos de comunicación inicial y de feedback necesarios que incluirá tanto información técnica como motivacional. 2.4. Participar y vivenciar las actividades físicas y deportivas, que se planteen desde los diferentes roles implicados: participante, espectador, organizador, árbitro o dinamizador, y reflexionar sobre la experiencia, comunicándose con respeto, trabajando en grupo y comprendiendo las diferentes visiones y experiencias propias y de los demás.	AFSS.2.B.1. AFSS.2.B.3. AFSS.2.B.6. AFSS.2.B.7.  AFSS.2.B.4. AFSS.2.B.6. AFSS.2.D.3.
	2.5. Incorporar el uso de aplicaciones y dispositivos digitales a las diferentes fases del proceso: diseño y planificación, evaluación y comunicación, de las diferentes actividades en contextos variados.	AFSS.2.A.7. AFSS.2.B.1. AFSS.2.B.7.
Resolver con seguridad, estabilidad y creatividad situaciones motrices	3.1. Identificar, analizar, comprender y progresar en los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos	AFSS.2.C.1. AFSS.2.C.2. AFSS.2.C.4. AFSS.2.C.6. AFSS.2.C.8

<p>variadas vinculadas a diferentes manifestaciones relacionadas con la actividad física, deportiva, recreativas y creativas, consolidando su capacidad de aprendizaje individual y compartido, fundamentadas sobre habilidades para la autorregulación emocional, la observación y el análisis, la planificación y la comunicación.</p>	<p>técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores, proponiendo y aplicando soluciones a los mismos.</p>	
	<p>3.2. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, ajustándose a los objetivos y resolviendo eficiente y creativamente los imprevistos, demostrando dominio de los patrones motores básicos y progresando en la adquisición de habilidades específicas para cada contexto.</p>	<p>AFSS.2.C.6. AFSS.2.C.7. AFSS.2.C.9.</p>
	<p>3.5. Comprender y analizar proyectos motores, propios y de los otros, siendo capaces de gestionar autónomamente cualquier imprevisto y realizar ajustes eficientes y creativos, a partir de las informaciones propias o compartidas, gracias a la capacidad de resiliencia, su motivación, el análisis y la utilización de la información disponible.</p>	<p>AFSS.2.C.6. AFSS.2.C.9. AFSS.2.C.10</p>
<p>Recopilar, vivenciar y promover actividades físico-deportivas que destaquen por su carácter mixto e inclusivo, proponiendo alternativas creativas que favorezcan la implantación de hábitos de actividad física y salud que superen las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los</p>	<p>4.1. Conocer y participar en actividades físico-deportivas reconocidas de carácter mixto, además de organizar y promover la adaptación de otras a este carácter, reconociendo su riqueza y demostrando valores de respeto y superación de los estereotipos de género.</p>	<p>AFSS.2.D.1. AFSS.2.D.2. AFSS.2.D.3. AFSS.2.D.5</p>
	<p>4.4. Organizar, promover y gestionar actividades físico-deportivas, aplicando técnicas didácticas, organizadas en base a criterios de igualdad y evitando las agrupaciones por niveles, mediante la propuesta creativa de reglas que propicien la heterogeneidad de grupos y criterios múltiples de valoración.</p>	<p>AFSS.2.C.10 AFSS.2.D.7. AFSS.2.D.9.</p>

resultados, desarrollando procesos de autorregulación emocional y entendimiento social en los diferentes espacios en los que se participa.		
--	--	--

## 10.2 INSTRUMENTOS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN CRITERIOS DE CALIFICACIÓN Y RECUPERACIÓN

Ocupa un lugar destacado en esta programación, con información relativa a qué evaluar y los procedimientos concretos para hacerlo. No se refiere sólo al aprendizaje del alumno, sino también a la evaluación de mi propia práctica docente. Así pues, la evaluación va a constituir un elemento esencial para saber lo que hago, tiene sentido y puedo lograr lo que pretendemos.

Por Evaluación se entiende "el conjunto de actividades, análisis y reflexiones, que permiten obtener un conocimiento y valoración lo más real, integral y sistemático posible sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje, a fin de comprobar en qué medida se ha conseguido lo que se pretendía y poder actuar sobre ello para poder regularlo".

La evaluación del aprendizaje en la ESO, ha de ser continua, formativa e Integradora en Secundaria y Continua y Diferenciada en Bachillerato y además, integradora. Este carácter integrador exige no centrarse sólo en cada una de las áreas, sino tener en cuenta además si se han conseguido globalmente los objetivos generales o de etapa. Igualmente la evaluación no atenderá solamente a los resultados finales del alumno, sino que también se debe contemplar los diversos elementos que integran el proceso y la dinámica de éste:

El modo en que los alumnos abordan el aprendizaje, las dificultades y lagunas que van encontrando, el nivel de esfuerzo e interés, sus posibilidades educativas y sus ritmos de aprendizaje, los avances en lo conceptual, procedimental y actitudinal y el trabajo de los grupos en su conjunto

El aprendizaje significativo supone que en la evaluación:

No es válido un criterio uniforme de evaluación. Por ello se utilizarán rúbricas de evaluación adaptadas a cada alumno, lo más individualizadas posible.

Lo que es objeto de evaluación, no es lo que el alumno o alumna sabe, lo evaluable es lo que el alumno ha aprendido significativamente, lo que supone como desarrollo personal.

Se debe evaluar todo el proceso y no el resultado. Es decir la posición inicial, las actividades propuestas, la mediación del profesor, etc.

La evaluación debe dar cabida a técnicas como la autoevaluación y la evaluación

recíproca entre los propios alumnos y alumnas, pues poseen un importante valor pedagógico y se pueden convertir asimismo en actividades de enseñanza-aprendizaje.

Nos debe proporcionar información sobre la evolución del proceso de enseñanza aprendizaje, en todas sus facetas, la evolución del alumnado, la programación del profesor, las relaciones que se establecen, y en definitiva sobre el grado de consecución de los objetivos planteados.

Los Criterios de Evaluación se ponderarán de igual manera para comprobar en qué grado se han adquirido las competencias a través de los saberes básicos.

### 10.2.1. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

1. El profesorado llevará a cabo la evaluación del alumnado, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna en relación con los criterios de evaluación y el grado de desarrollo de las competencias específicas u objetivos de la materia, según corresponda.

2. Para la evaluación del alumnado se utilizarán diferentes instrumentos tales como cuestionarios, formularios, presentaciones, exposiciones orales, edición de documentos, pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, ajustados a los criterios de evaluación y a las características específicas del alumnado. Se fomentarán los procesos de coevaluación y autoevaluación del alumnado.

3. En los cursos primero y tercero, los criterios de evaluación han de ser medibles, por lo que se han de establecer mecanismos objetivos de observación de las acciones que describen, así como indicadores claros, que permitan conocer el grado de desempeño de cada criterio. Para ello, se establecerán indicadores de logro de los criterios, en soportes tipo rúbrica. Los grados o indicadores de desempeño de los criterios de evaluación de los cursos impares de esta etapa se habrán de ajustar a las graduaciones de insuficiente (del 1 al 4), suficiente (del 5 al 6), bien (entre el 6 y el 7), notable (entre el 7 y el 8) y sobresaliente (entre el 9 y el 10).

4. Estos indicadores del grado de desarrollo de los criterios de evaluación o descriptores deberán ser concretados en las programaciones didácticas y matizados en base a la evaluación inicial del alumnado y de su contexto. Los indicadores deberán reflejar los procesos cognitivos y contextos de aplicación, que están referidos en cada criterio de evaluación.

5. En los cursos primero y tercero, la totalidad de los criterios de evaluación contribuyen en la misma medida, al grado de desarrollo de la competencia específica, por lo que tendrán el mismo valor a la hora de determinar el grado de desarrollo de la misma.

### 10.2.2. PROCEDIMIENTOS Y ESTRATEGIAS

**De Observación:** se utilizan para observar la conducta o comportamiento de los alumnos en un determinado contenido. No miden resultados máximos y deben ser

sistemáticos y estructurados y el alumno/a no tiene conciencia de estar siendo evaluado. Son los siguientes:

Registro personal del alumno o Cuaderno de notas: donde se recoge todo lo que hace el alumno, es como un fichero de datos que facilita una visión global y rápida del mismo. En él se deja constancia de las actividades que realiza y observaciones sobre las mismas, las valoraciones de pruebas específicas, datos suministrados por los alumnos, padres, o tutores, observaciones sobre sus trabajos en grupo... Lista de control de faltas: el alumno o alumna con más de 3 faltas sin justificar, no será evaluado por el procedimiento ordinario sino que deberá de superar pruebas específicamente establecidas de manera individualizada que serán previamente conocidas por el alumnado afectado

Escalas de valoración y cuadros de observación: abarcan descriptivamente los diversos aspectos que se tienen en cuenta a la hora de valorar el aprendizaje. La diferencia entre ambos, radica en que en las escalas se gradúan los elementos que se observan (ejemplo "Se desmarca en el ataque" :, siempre, a veces, nunca), mientras que en los cuadros sólo se constata la existencia de los elementos (ejemplo "Acude al rebote", SI-NO). Son muy utilizados en Educación Física para evaluar las actitudes, tácticas en los deportes, encadenamiento de habilidades, situaciones de aplicación (ejemplo Calentamiento), expresión corporal..., además por su sencillez son muy útiles para la evaluación recíproca entre alumnos y alumnas, implicándolos de esta forma en la evaluación

Diario del profesor: en el que se recoge: el contraste entre el trabajo planteado y el realizado, las incidencias de clase y el ambiente creado, el interés o desinterés que una actividad ha generado, problemas de organización-control que se presenten, etc..

Cuaderno del alumno: es una rica fuente de información sobre el aprendizaje seguido por el alumno. En él aparece el trabajo diario: ejercicios, resúmenes, esquemas, comentarios, apuntes, investigaciones, aportaciones al trabajo de grupo, etc..

De Experimentación: presentan mediciones muy objetivas y exactas donde se controlan todas las variables. La mayor parte de las veces van referidas a la norma y tratan de medir resultados máximos. El alumno o alumna tiene conciencia de estar siendo examinado.

Pruebas orales o escritas que pueden adoptar diferentes formas como:

Pruebas de evocación, en las que el alumno responde a preguntas breves y de respuesta única: ejemplo "dimensiones del campo, número de sustituciones permitidas..."

Pruebas de completar un texto mutilado, ejemplo "la carrera continua y a baja intensidad mejora la resistencia ....."

Pruebas de V-E, ejemplo "la FC depende de la intensidad del esfuerzo" ( V o F).

Pruebas de elección múltiple, en las que se ofrece una proposición con varias opciones de respuesta).

Técnicas sociométricas : para estudiar el clima en la clase y la dinámica del grupo así como la posición que ocupa cada alumno en el mismo. No debemos olvidar que en la clase de EF, por sus propias características las interacciones entre alumnos/as se ven aumentadas, siendo más frecuentes los agrupamientos y los conflictos sociales, de

forma que este tipo de información nos puede ofrecer pautas de actuación para mejorar la integración del grupo y la participación de todos los alumnos y alumnas.

Pruebas de ejecución: donde el alumno realiza una tarea en la que debe poner de manifiesto la eficacia del aprendizaje. Ejemplo "realizar un salto, lograr un tanto...", cuando las tareas se vuelven más complejas, ejemplo "las habilidades deportivas", exigen la utilización de una escala de valoración donde se fijen los criterios a observar.

Tests: es "una situación experimental estandarizada que sirve de estímulo a un comportamiento". Este comportamiento se evalúa mediante una comparación estadística con el de otros sujetos colocados en la misma situación, de modo que es posible clasificar al sujeto examinado, tanto desde el punto de vista cuantitativo como desde el tipológico. Se pueden utilizar tests unifactoriales, donde se evalúa un solo parámetro (ejemplo "Course Navette para potencia aeróbica máxima) o bien baterías de test (ejemplo "Eurofit para Condición Física salud).

En definitiva los procedimientos de evaluación se aplicarán mediante la utilización de las siguientes fórmulas para cada apartado:

- a) Para las pruebas teóricas y práctica se realizará una prueba inicial al principio de curso consistente en la realización de una batería de test para la valoración de la condición física y una prueba teórica inicial.
- b) Al término de cada unidad didáctica o unidades de bloques de contenidos se realizarán pruebas teóricas y prácticas. En ellas se valorará especialmente la competencia lingüística en lo referente a utilización de terminología específica de la materia.
- c) Cuadernos de clase en soporte papel y/o digital. En ellos valoraremos los contenidos, la presentación, la originalidad y los ejercicios que se contemplan al final de cada tema.
- d) Los trabajos podrán realizarse de manera individual o grupal según indique el profesor en cada caso. La valoración se realizará en base a los siguientes aspectos:
  - Realización o no del trabajo/s propuesto/s en tiempo y forma
  - Forma de realización (Tipo de formato, presentación, etc.)
  - Porcentaje de participación en los trabajos en grupo.
  - Actitud positiva ante el trabajo
- e) En referencia a la actitud los aspectos a tener en cuenta serán los siguientes:
  - Asistencia a clase. Puntualidad. Aseo personal.
  - Interés por la materia
  - Actitud positiva y respetuosa hacia profesorado y compañeros
  - Respecto y cuidado del material y las instalaciones.
  - Si trae o no el material de teoría (libro) como indumentaria adecuada a las clase de E.F.

### 10.3. 3. CRITERIOS DE RECUPERACIÓN.

De manera general los criterios que se establecen para la recuperación de la signatura serán establecidos por el profesor de manera individual para cada alumno en función de los contenidos y factores no superados, contribuyendo de esta manera a una

mayor integración del alumno en su responsabilidad para con las actividades que de manera personal e individual se le plantearán para su superación.

De forma genérica tenemos dos bloques de trabajo que son los referidos a las actividades prácticas y teóricas. En referencia a las primeras una vez no superadas las mismas se le propondrá al alumno un plan de trabajo individualizado para la mejora de los factores que requieran especialmente su atención con una temporalización adecuada para que finalmente se pueda lograr el objetivo deseado.

La parte teórica por otro lado requerirá la preparación y desarrollo de las tareas propuestas por el profesorado en función de los contenidos no superado que podrán consistir en entrega de trabajos orientados desde el Departamento, realización de pruebas escritas para la superación de los mismos o finalmente el trabajo realizado en el cuaderno personal del alumnado así como la utilización de medios relativos a las nuevas tecnologías para su presentación en formato digital. Todo ello conllevará una valoración numérica que determinará la superación total o parcial de la asignatura según corresponda si se refiere al curso vigente o en su caso a la asignatura en su totalidad cuando se trate de asignaturas pendientes de cursos anteriores.

El alumnado en su caso recibirá la comunicación previa de los resultados obtenidos dándole opción a disponer de los plazos oportunos para realización de reclamaciones a las calificaciones obtenidas en caso de desacuerdo con las mismas.

## 11. PROPUESTA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS.

### ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES 2024/2025

TRIMESTRE	ACTIVIDAD	OBJETIVO	CURSO
1º TRIMESTRE	Visita centro deportivo	Practicar actividades dirigidas	1º, 2º Bachillerato
1º TRIMESTRE	Visita centro de pádel	Practicar deportes de raqueta	2º Bachillerato
2º TRIMESTRE	Curso de Esquí en Sierra Nevada	Practicar deportes de invierno	Todo el centro
3º TRIMESTRE	Parque multiaventura amazonia	Practicar actividades en la naturaleza	3ºESO
3º TRIMESTRE	Kayak	Practicar	1º Bachillerato

		actividades náuticas	
2º TRIMESTRE	Escalada	Iniciarse a la escalada	2º ESO

#### ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS.

TRIMESTRE	ACTIVIDAD	OBJETIVO	CURSO
TODO EL CURSO	Actividades durante el recreo	Fomentar la práctica deportiva en los recreos	2º Bachillerato 1º Bachillearo
NOVIEMBRE	Iniciación a los deportes acuáticos	Poner en práctica los distintos estilos de natación	1º ESO
1º TRIMESTRE	Canteras	Fomentar la convivencia del alumnado de 1º de ESO	2º Bachillerato
2º TRIMESTRE	Organización carrera solidaria		2º Bachillerato

#### 12. PLAN DE LECTURA

Según la Instrucción de 21 de junio de 2023 , todas las programaciones didácticas de todas las áreas, materias o ámbitos incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística, en concreto para las prácticas lectoras, sin que supongan un trabajo paralelo, fuera de la planificación docente, de su metodología y evaluación. No debe convertirse en un tiempo de lectura aislado del resto de la función docente ordinaria.

Desde el departamento de educación física se ha realizado una planificación por cursos y trimestres donde se tratará la lectura intensiva que comprende tres momentos: antes de la lectura, (para comprender), durante la lectura (construyendo la comprensión) y después de la lectura (seguir comprendiendo y aprendiendo).

A continuación se recogen las lecturas a abordar por cursos y trimestres.

CURSO	1º TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3º TRIMESTRE
1º ESO	"Almuerza bien y no mires con quién". Importancia del desayuno en secundaria.	La calistenia. una "vieja" forma de trabajo con la "nueva" aplicación a las clases de educación física.	Profe, profe ¿ qué son las agujetas?
2º ESO	El flato: mito y realidad	La calistenia. una "vieja" forma de trabajo con la "nueva" aplicación a las clases de educación física.	Profe, profe ¿ qué son las agujetas?
3º ESO	El flato: mito y realidad	La calistenia. una "vieja" forma de trabajo con la "nueva" aplicación a las clases de educación física.	Profe, profe ¿ qué son las agujetas?
4º ESO	El flato: mito y realidad	La calistenia. una "vieja" forma de trabajo con la "nueva" aplicación a las clases de educación física.	Profe, profe ¿ qué son las agujetas?

Estas lecturas y algunas más, se encontrarán en un banco de recursos donde se podrán encontrar más lecturas

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

Esta competencia específica se relaciona con la competencia Lingüística, en concreto con el descriptor de salida CCL3 :Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para

comunicarse adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.