

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

## EDUCACIÓN FÍSICA

### EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

2020/2021

---

#### ASPECTOS GENERALES

---

- A. Contextualización
- B. Organización del departamento de coordinación didáctica
- C. Justificación legal
- D. Objetivos generales de la etapa
- E. Presentación de la materia
- F. Elementos transversales
- G. Contribución a la adquisición de las competencias claves
- H. Recomendaciones de metodología didáctica y estrategias metodológicas
- I. Procedimientos, técnicas e instrumentos de evaluación y criterios de calificación
- J. Medidas de atención a la diversidad
- K. Actividades complementarias y extraescolares
- L. Indicadores de logro e información para la memoria de autoevaluación

#### ELEMENTOS Y DESARROLLOS CURRICULARES

---

EDUCACIÓN FÍSICA - 1º DE E.S.O.  
EDUCACIÓN FÍSICA - 2º DE E.S.O.  
EDUCACIÓN FÍSICA - 3º DE E.S.O.  
EDUCACIÓN FÍSICA - 4º DE E.S.O.



**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA  
EDUCACIÓN FÍSICA  
EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA  
2020/2021**

**ASPECTOS GENERALES**

**A. Contextualización**

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 8.2 del Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, «los centros docentes establecerán en su proyecto educativo los criterios generales para la elaboración de las programaciones didácticas de cada una de las materias y, en su caso, ámbitos que componen la etapa, los criterios para organizar y distribuir el tiempo escolar, así como los objetivos y programas de intervención en el tiempo extraescolar, los criterios y procedimientos de evaluación y promoción del alumnado, y las medidas de atención a la diversidad, o las medidas de carácter comunitario y de relación con el entorno, para mejorar el rendimiento académico del alumnado».

Asimismo y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 5 de la Orden 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso del aprendizaje del alumnado, «a tales efectos, y en el marco de las funciones asignadas a los distintos órganos existentes en los centros en la normativa reguladora de la organización y el funcionamiento de los mismos, y de conformidad con lo establecido en el artículo 7.2 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, desarrollarán y complementarán, en su caso, el currículo en su proyecto educativo y lo adaptarán a las necesidades de su alumnado y a las características específicas del entorno social y cultural en el que se encuentra, configurando así su oferta formativa».

Además y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 2.6 de la Orden 14 de julio, «los departamentos de coordinación didáctica elaborarán las programaciones correspondientes a los distintos cursos de las materias que tengan asignadas a partir de lo establecido en los Anexos I, II y III, mediante la concreción de los objetivos establecidos, la ordenación de los contenidos, los criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación y calificación, y su vinculación con el resto de elementos del currículo, así como el establecimiento de la metodología didáctica».

**CONTEXTUALIZACIÓN**

La presente contextualización viene referida al instituto de enseñanza secundaria ¿I.E.S. Botánico¿. Situado en la calle Drago s/n, barriada Cayetano Roldán de San Fernando (Cádiz).

**Estructura por grupos y niveles**

En este año académico contamos con 1 grupo de Formación Profesional Básica de 5 alumnos, 3 grupos de 1º ESO, 3 grupos de 2º ESO, 4 grupos de 3º ESO, 3 grupos de 4º ESO, dos grupo de 1º de Bachillerato y dos grupos de 2º de Bachillerato.

Son 486 alumnos y alumnas, con edades entre 12 y 20 años los que de lunes a viernes asisten a clase, en un horario de 8.00 a 14.30 horas o de 8:10 a 14:20 según adaptación COVID

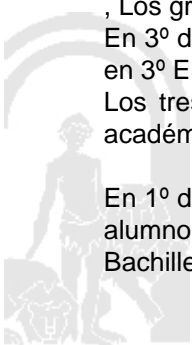
Los grupos de primero de ESO son grupos burbuja con una ratio media de 30 alumnos/as. El alumnado de 1º de ESO es un alumnado equilibrado, con origen en su mayoría en los centros adscritos, entre ellos encontramos un 12% de alumnado repetidor producto de la reducción de 4 unidades del curso pasado a tres unidades de éste.

En 2º de la ESO la ratio media es de 31 alumnos, en los que el alumnado de PMAR se encuentra en el grupo B, Los grupos se encuentran configurados como grupos burbuja.

En 3º de ESO la ratio media se encuentra en torno a los 26 alumnos/as, estando el alumnado de PMAR ubicado en 3º ESO B, el porcentaje de alumnado con NEE es ligeramente inferior al 6%.

Los tres grupos de cuarto de ESO mantienen la siguiente configuración: Dos grupos heterogéneos de perfil académico con una ratio media de 26 alumnos y un tercer grupo de perfil aplicado con una ratio de 32 alumnos.

En 1º de bachillerato contamos con dos unidades: La de Humanidades y Ciencias Sociales que cuenta con 34 alumnos/as, y la de Ciencias de la salud y Tecnológico que cuenta con 23 alumnos/as. En cuanto a 2º de Bachillerato contamos con dos unidades 20 alumnos en el área Científico Técnica y 34 alumnos en el área de



humanidades y CCSS.

En general, el nivel socio-cultural y económico es medio-bajo, notándose en los últimos cursos el empeoramiento que se ha producido en las economías familiares. Sin embargo, existe un cierto grado de compromiso e implicación de ciertas familias preocupadas por la marcha e integración de sus hijos en el centro, participando de manera activa a través del AMPA, el Consejo Escolar y de las actividades propuestas por el centro.

En cuanto a la convivencia se refiere, nos encontramos con que a pesar de la diversidad que existe en el centro (hay alumnos y alumnas marroquíes, sudamericanos y sudamericanas, del este de Europa y de raza gitana) cabe destacar la ausencia de actitudes racistas y xenófobas entre los propios alumnos y alumnas. En general, el alumnado está muy sensibilizado con su papel protagonista en la mejora de la convivencia en el Centro. Por otro lado, el grado de absentismo y las conductas disruptivas están, en su gran mayoría, relacionadas con el alumnado más desfavorecido, procedente de familias desestructuradas o de escasa formación y/o integración social.

En los cursos 3º, 4º de ESO y Bachillerato se mantiene el sistema de enseñanza tipo C semipresencial conforme a la Circular del 3 de septiembre de la viceconsejería de educación. Es necesario precisar que el alumnado de PMAR y los alumnos con ACIs significativas si acuden diariamente al Centro.

#### Análisis de la Situación del Centro

En base a los indicadores homologados del curso pasado, podemos afirmar que nuestro Centro presenta un 60.81 % de alumnado de ESO con evaluación positiva en todas las materias, subiendo dicho indicador respecto del curso pasado en casi un 17%. El resultado si es representativo en los distintos cursos de la ESO, oscilando entre el 58% en 1º de ESO y el 62% de 4º de ESO.

El porcentaje mejora respecto a la promoción de dicho alumnado ya que estuvo en el 82%, estando 2 puntos por debajo del curso pasado.

El alumnado de ESO que alcanza la titulación llega al 82%, si bien es cierto que un 22% alcanza la titulación sin tener evaluación positiva en todas las materias. Respecto al alumnado con título en ESO que continúa estudios posteriores llegamos a una media cercana al 95%, donde el 61% opta por estudios de bachillerato y el 33% por estudios de formación profesional.

La promoción del alumnado en primero de bachillerato ha sido superior al 86%, 13 puntos por encima del curso pasado y la titulación en segundo de bachillerato ha estado en torno al 95%. El 95% de este alumnado continua estudios posteriores, el 76 % en la universidad y el resto en ciclos superiores.

Respecto a la eficacia de los programas de recuperación de materias o ámbitos pendientes en la ESO logramos un 45,34 %, experimentando una subida de casi 4 puntos respecto del año anterior.

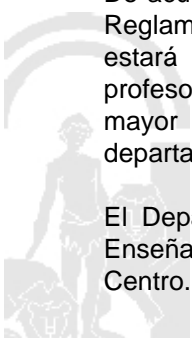
Respecto al Absentismo escolar y al abandono educativo en ESO hemos experimentado una bajada de un punto, situandonos en un 2% mostrando tasas similares a la de los centros de similar Índice sociocultural y económico que el nuestro. En la enseñanza postobligatoria las tasas de abandono escolar se sitúan en torno al 4%.

En el cumplimiento de normas de convivencia alcanzamos un 96,84%, lo que nos hace destacarnos del resto de centros andaluces en general. Reseñar que en los cinco últimos cursos siempre hemos estado en estos percentiles.

### B. Organización del departamento de coordinación didáctica

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 92.1 del Decreto 327/2010, de 13 de julio por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, «cada departamento de coordinación didáctica estará integrado por todo el profesorado que imparte las enseñanzas que se encomienden al mismo. El profesorado que imparta enseñanzas asignadas a más de un departamento pertenecerá a aquel en el que tenga mayor carga lectiva, garantizándose, no obstante, la coordinación de este profesorado con los otros departamentos con los que esté relacionado, en razón de las enseñanzas que imparte».

El Departamento de Educación Física queda constituido por dos profesores del Cuerpo de Profesores de Enseñanza Secundaria, D. Javier Mosquera Romero y D. Jose Reina Novoa, los dos con destino definitivo en el Centro.



De acuerdo con la nueva normativa que aprueba el Reglamento Orgánico de los I.E.S., Decreto 327/2010, de 13 de julio y la Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y funcionamiento de los I.E.S., el nombramiento del Jefe de Departamento recae sobre D. José Reina Novoa.

2.- De acuerdo con las horas asignadas al Departamento de Educación Física, se lleva a cabo el siguiente reparto de asignaturas:

- José Reina Novoa, Jefe de departamento, imparte Educación física a tres cursos de 2º de la ESO, 2 cursos de 3º de ESO y 3 cursos de 4º de la ESO .
- Javier Mosquera Romero imparte Educación física y L.D a tres cursos de 1º de la ESO, 2 cursos de 3º de la ESO y dos cursos de 1º BTO.

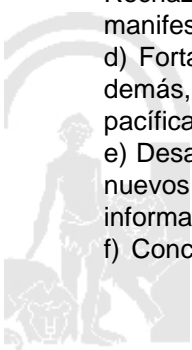
**C. Justificación legal**

- Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre para la mejora de la calidad educativa.
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.
- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
- Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía
- Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.
- Orden 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso del aprendizaje del alumnado.
- Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los institutos de educación secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.

**D. Objetivos generales de la etapa**

Conforme a lo dispuesto en el artículo 3 del Decreto 111/2016, de 14 de junio la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, 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 la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.
- 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, 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 los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

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

Además de los objetivos descritos en el apartado anterior, la Educación Secundaria Obligatoria en Andalucía contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que le permitan:

a) Conocer y apreciar las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades.

b) Conocer y apreciar los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, así como su medio físico y natural y otros hechos diferenciadores de nuestra Comunidad, para que sea valorada y respetada como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.

### E. Presentación de la materia

La Educación Física es una materia del bloque de asignaturas específicas en todos los cursos de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria.

La materia de Educación Física está orientada fundamentalmente, a profundizar en el conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida, en relación con la consolidación de hábitos regulares de práctica de actividad física saludable en la vida cotidiana y, también, ocupación activa del ocio y tiempo libre. Todo esto brindará al alumnado las oportunidades necesarias para adquirir aptitudes características de ciudadanos y ciudadanas con confianza en sí mismas y socialmente responsables, promoviendo una vida activa a lo largo de los años y una mejor calidad de vida en todos los aspectos.

La competencia motriz constituye un elemento transversal del currículo. La materia de Educación Física tiene una relevancia fundamental en su desarrollo. En este sentido, esta materia se orientará a profundizar en los conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones vinculados al propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como fin en sí mismas y como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida.

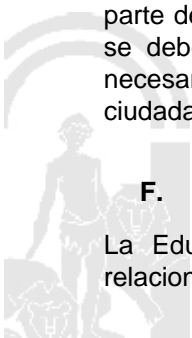
La Declaración de Berlín 2013, producto de la Conferencia Internacional de Ministros encargados del Deporte de la UNESCO, establece que ¿la Educación Física en la escuela y en todas las demás instituciones educativas es el medio más efectivo para dotar a todos los niños y jóvenes de competencias, aptitudes, actitudes, valores, conocimientos y comprensión para su participación en la sociedad a lo largo de la vida¿.

En esta etapa, se irán desarrollando capacidades y competencias en el alumnado, partiendo, en el primer curso, de la orientación y guía más directa del profesorado, buscando, progresivamente, a lo largo de la etapa, que el alumnado vaya desarrollando autonomía hasta llegar a ser capaz de organizar su propia actividad física de manera autónoma, responsable y crítica.

Dado el carácter terminal y propedéutico que tiene el segundo ciclo de la Enseñanza Secundaria Obligatoria, parte del alumnado que termina esta enseñanza no volverá a cursar la materia de Educación Física, por lo que se debe garantizar, por tanto, que el alumnado a lo largo de esta enseñanza adquiera las competencias necesarias para responsabilizarse del cuidado y mejora de su calidad de vida como futuros ciudadanos y ciudadanas, fomentando el ocio activo y los hábitos de vida saludable.

### F. Elementos transversales

La Educación Física trabaja los distintos elementos transversales del currículo, especialmente aquellos relacionados con las habilidades sociales, la convivencia, la tolerancia y la igualdad.



La educación para la convivencia y el respeto se desarrolla especialmente esta materia, pues se interacciona constantemente y se fomentan habilidades básicas de comunicación interpersonal, escucha, respeto, resolución pacífica de conflictos, el establecimiento y respeto de normas, etc.

La igualdad real y efectiva se fomentará a través del análisis crítico y superación de estereotipos socio-culturales implantados en nuestra sociedad y más en concreto en el ámbito de la actividad física-deportiva.

La educación vial se potenciará con actividades tales como el fomento de la práctica de desplazamientos activos al centro y en la vida cotidiana.

El carácter integrador del currículo requiere una cooperación efectiva de la Educación Física con otras materias, destacando por ejemplo su relación con la Biología y Geología, Lengua Castellana y Literatura, Geografía e Historia, Música, Tecnología, etc. Esta cooperación se puede realizar potenciando los aprendizajes basados en proyectos donde, desde diferentes materias de forma interdisciplinar, se trabajen núcleos temáticos de interés para el alumnado permitiendo un aprendizaje integral.

En este sentido las actividades complementarias y extraescolares tienen un protagonismo especial. La riqueza y diversidad del entorno natural de Andalucía, sierras, montañas, ríos, entornos costeros, parques, etc. ofrecen el escenario ideal para su desarrollo de esta materia. Además es esencial que el alumnado pueda conocer, disfrutar y aprender a conservar nuestros entornos, tanto urbanos como naturales. La Educación Física debe valorar y aprovechar, a su vez, la riqueza cultural de Andalucía, como las tradiciones andaluzas, los juegos populares y los bailes propios de Andalucía, así como reconocer las grandes figuras andaluzas a nivel deportivo y artístico-expresivo.

### G. Contribución a la adquisición de las competencias claves

La materia de Educación Física contribuye al desarrollo de todas las competencias clave. Esta ayuda al desarrollo de la competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT) ofreciendo situaciones en las que el alumnado debe aplicar el razonamiento matemático para resolver situaciones asociadas a la cantidad, el espacio y la forma, el cambio y las relaciones, y la incertidumbre y los datos (resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte de orientación, relación entre ingesta y gasto calórico, la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deportes de cooperación-oposición, etc.) y competencias clave en ciencia y tecnología facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos (aspectos relacionados con la conservación de la naturaleza, el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, el uso de instrumentos utilizados frecuentemente en el ámbito de la actividad física y deportiva, etc.).

La Educación Física también contribuye de manera esencial al desarrollo de las competencias sociales y cívicas (CSC) fomentando el respeto, la igualdad, la cooperación y el trabajo en equipo. Las reglas que se establecen en los juegos y los deportes, las normas de seguridad vial, la prevención de lesiones, los primeros auxilios, etc. son elementos de la Educación Física que, por su propia naturaleza, desarrollan esta competencia y preparan al alumnado para la vida en sociedad.

La Educación Física contribuye al desarrollo de la competencia aprender a aprender (CAA) potenciando las capacidades de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumnado diseñar así, su propio plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorece la motivación y la confianza que son factores cruciales para la adquisición de esta competencia.

El sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP) será fomentado desde la materia otorgando al alumnado funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal. Asimismo, se trabajará la competencia en comunicación lingüística (CCL) a través de la amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva. Esta materia también contribuye al desarrollo de la competencia conciencia y expresiones culturales (CEC) a través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

Finalmente, la Educación Física facilita el desarrollo de la competencia digital en el alumnado (CD) con la realización de tareas de acceso y gestión de la información en Internet en el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, entre otras.



**H. Recomendaciones de metodología didáctica y estrategias metodológicas**

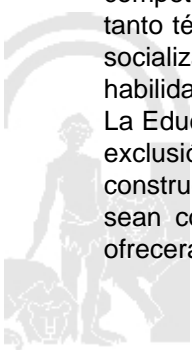
De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 7 del Decreto 111/2016 de 14 de Junio y el artículo 4 de la Orden de 14 de julio de 2016, las recomendaciones de metodología didáctica para la Educación Secundaria Obligatoria son las siguientes:

1. El proceso de enseñanza-aprendizaje competencial debe caracterizarse por su transversalidad, su dinamismo y su carácter integral y, por ello, debe abordarse desde todas las materias y ámbitos de conocimiento. En el proyecto educativo del centro y en las programaciones didácticas se incluirán las estrategias que desarrollará el profesorado para alcanzar los objetivos previstos, así como la adquisición por el alumnado de las competencias clave.
2. Los métodos deben partir de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo en el alumnado, ajustándose al nivel competencial inicial de éste y teniendo en cuenta la atención a la diversidad y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo.
3. Los centros docentes fomentarán la creación de condiciones y entornos de aprendizaje caracterizados por la confianza, el respeto y la convivencia como condición necesaria para el buen desarrollo del trabajo del alumnado y del profesorado.
4. Las líneas metodológicas de los centros docentes tendrán la finalidad de favorecer la implicación del alumnado en su propio aprendizaje, estimular la superación individual, el desarrollo de todas sus potencialidades, fomentar su autoconcepto y su autoconfianza, y los procesos de aprendizaje autónomo, y promover hábitos de colaboración y de trabajo en equipo.
5. Las programaciones didácticas de las distintas materias de la Educación Secundaria Obligatoria incluirán actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, la práctica de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público.
6. Se estimulará la reflexión y el pensamiento crítico en el alumnado, así como los procesos de construcción individual y colectiva del conocimiento, y se favorecerá el descubrimiento, la investigación, el espíritu emprendedor y la iniciativa personal.
7. 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 los contenidos de las distintas materias.
8. Se adoptarán estrategias interactivas que permitan compartir y construir el conocimiento y dinamizarlo mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas y diferentes formas de expresión.
9. Se emplearán metodologías activas que contextualicen el proceso educativo, que presenten de manera relacionada los contenidos y que fomenten el aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, favoreciendo la participación, la experimentación y la motivación de los alumnos y alumnas al dotar de funcionalidad y transferibilidad a los aprendizajes.
10. Se fomentará el enfoque interdisciplinar del aprendizaje por competencias con la realización por parte del alumnado de trabajos de investigación y de actividades integradas que le permitan avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.
11. Las tecnologías de la información y de la comunicación para el aprendizaje y el conocimiento se utilizarán de manera habitual como herramientas integradas para el desarrollo del currículo.

Basándonos en las recomendaciones metodológicas anteriores, para la materia de Educación Física se pueden tener en cuenta las siguientes estrategias metodológicas recogidas en la parte correspondiente del Anexo de la Orden de 14 de julio de 2016.

Los estilos de enseñanza y aprendizaje y la estrategias metodológicas utilizadas generarán climas de aprendizaje que contribuyan óptimamente al desarrollo integral del alumnado y a la mejora de su calidad de vida. Es esencial que el profesorado de Educación Física desarrolle y aplique una gama suficiente de estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje, que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave adaptándose al grupo, a cada alumno y alumna y a los contenidos a trabajar. Se utilizarán tanto técnicas reproductivas como de indagación siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, autonomía, confianza, creatividad y participación del alumnado. Se buscará desarrollar distintas habilidades y estilos cognitivos.

La Educación Física debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución de una igualdad real y efectiva de oportunidades. El género como construcción social todavía conserva estereotipos que determinan que algunas actividades y prácticas físicas sean consideradas más apropiadas para las chicas que para los chicos, o viceversa. La Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional



del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado. Asimismo, se fomentará la actividad física inclusiva, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado.

La Educación Física propiciará ambientes positivos de aprendizaje, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc. Un alto grado de compromiso motor repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz.

En relación a la realización de las tareas se buscará implicar responsablemente al alumnado en su proceso de aprendizaje, promoviendo el establecimiento de sus propias metas, y orientándolo hacia la autonomía en la organización y realización del trabajo. Se diseñarán actividades variadas, de interés para el alumnado y que requieran de su implicación, ofreciéndole posibilidades de elección desarrollando así, en mayor grado, la capacidad de responsabilidad y de elección. El alumnado podrá participar en la toma de decisiones sobre las normas de clase, la elección de actividades, y la evaluación, entre otros aspectos, además de asumir diferentes roles en la realización de las tareas. En relación a la evaluación, se fomentará la evaluación compartida, promoviendo también la autoevaluación del alumnado.

La Educación Física proporcionará al alumnado técnicas de concentración, relajación, toma de conciencia, gestión y autorregulación emocional, aplicables a la vida cotidiana.

Se reconocerá y apoyará el progreso del alumnado, partiendo y respetando sus características individuales. Se debe tener en cuenta la importancia del conocimiento de resultados para la motivación del alumnado en su progreso y evolución, por lo que se utilizarán diferentes tipos de feedback adaptados a cada persona y a cada situación. La equidad del profesorado va a favorecer una visión positiva del alumnado hacia la práctica física y su aprendizaje, eliminando estereotipos sobre la misma.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se deben minimizar los posibles riesgos y se deberá implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad se deberá tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la salvaguarda de la privacidad del alumnado. Para ello se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo de esta etapa educativa.

Como ya se dijo anteriormente, para el desarrollo de los contenidos de esta materia cobra especial importancia la realización de actividades complementarias o extraescolares, pudiéndose establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno así como la colaboración con las familias del alumnado. La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los espacios naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida.

Finalmente, destacar que para el logro de una Educación Física de calidad y, por ende, la mejora de la Educación en general, es necesaria la evaluación de todos los elementos y factores implicados en el proceso de enseñanza y aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

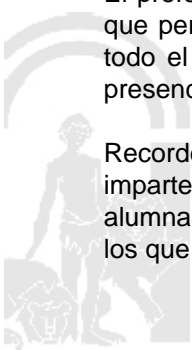
## SEMIPRESENCIALIDAD

### Metodología de trabajo - Generalidades

Conforme a lo establecido en el Modelo C de la Circular del 3 de Septiembre, el profesorado cargará en la plataforma Moodle el material de trabajo de la unidad correspondiente. De modo que el alumnado deberá trabajar los días que no asista a clase de manera individual con los materiales expuestos o con el planificado por el profesorado.

El profesor contará con la mitad de tiempo para impartir una unidad, pero también con la mitad de alumnos, lo que permitirá mayor eficacia en la enseñanza. No obstante habrá que asumir que a lo mejor no se puede dar todo el temario. El alumnado deberá trabajar de manera individualizada en la plataforma y usará las clases presenciales para recibir las explicaciones del profesor/a y preguntar las dudas.

Recordemos que esta modalidad implica semipresencialidad del alumnado pero no del profesorado, que ya imparte su horario lectivo al completo en horario de mañana. Por ello el trabajo no presencial que se plantee al alumnado no debe implicar la conexión en tiempo real con el mismo (ejemplo: videoconferencias) en los días en los que el alumnado no acude al centro.





Es importante tener presente que el trabajo no presencial tiene una doble finalidad:

- a) Complementar el trabajo de clase con actividades que pueden ser diversas (interactivas de seguimiento, vídeos de la red de repaso, estudio individual a partir de materiales del CREA o similares) y/o la preparación de una unidad, tema o contenido que será trabajado en casa por el alumno/a y terminará de ser afianzado durante el periodo presencial con la resolución de dudas o ampliación del mismo.
- b) Permitir el seguimiento de la materia al alumnado que se encuentre en cuarentena o enfermo.

Planificación del Trabajo:

- ¿ Debe realizarse obligatoriamente en la plataforma moodle.
- ¿ El profesorado estructurará sus cursos por unidades, posteando en las mismas los contenidos fundamentales que se vayan a trabajar, bien de la red , bien del libro, bien de material propio con que cuente, videos, recursos, cuestionarios, o las tareas que deba hacer en casa...
- ¿ Se tendrá presente que dicho material debe ser básico, comprensible y accesible al alumno/a y su nivel y complemenson libres detario al trabajo presencial.
- ¿ Bien durante las clases presenciales o bien en el ¿Foro Avisos¿ del curso, en caso de seguimiento on-line o de confinamiento, se indicará al alumnado el trabajo a realizar los días no presenciales.

Es importante la racionalidad de la cantidad de trabajo, seamos moderados y atendamos estrictamente al trabajo que puede realizar el alumno/a por si solo en esas horas no presenciales, que corresponderán estrictamente al horario de clases, para evitar la sobrecarga del alumnado y permitir la resolución de dudas en clase presencial (que no es incompatible con la subida de contenidos aclaratorios y ejercicios resueltos en el aula virtual).

Control de la asistencia:

Para el control de asistencia, tanto en la fase presencial como telemática, nos atenderemos a lo siguiente:

- a) Fase Presencial: el profesor/a pasará lista conforme al protocolo establecido en el ROF, incorporando la falta de asistencia al sistema Séneca, que se notifica por PASEN ese mismo día a la familia.
- b) Fase Telemática: El profesor/a tendrá varias opciones para controlar la asistencia y la regularidad del trabajo del alumno:
  - &#9702; Podrá usar el registro de interacción diaria que ofrece moodle, en el cual queda evidenciado la actividad diaria de cada alumno/a cada día.
  - &#9702; O podrá establecer un registro de asistencias usando un módulo de asistencia de la propia plataforma.

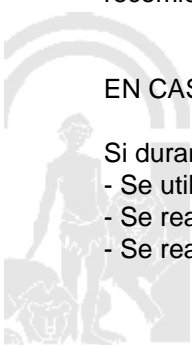
En caso de Confinamiento total o de algunas unidades

En caso de confinamiento, como máximo el 50% del horario presencial se sustituirá por videoconferencias realizadas en el horario de clase, y el otro 50% de las horas será para complementar dicho trabajo, se recomienda en dicho caso al menos una videoconferencia en hora de clase.

EN CASO DE CONFINAMIENTO:

Si durante el presente curso surgiera un nuevo confinamiento se realizaría la siguiente metodología:

- Se utilizaría la plataforma MOODle para todos los cursos.
- Se realizaría actividades teóricas ( cuestionarios, trabajos monográficos..)
- Se realizaría actividades prácticas grabadas en vídeo para su evaluación.



- Se realizaría actividades teórico-prácticas, como análisis de vídeos de diferentes deportes después de una explicación en video conferencia de los contenidos.

**I. Procedimientos, técnicas e instrumentos de evaluación y criterios de calificación**

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 13.1 de la Orden de 14 de julio de 2016, «la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua, formativa, integradora y diferenciada según las distintas materias del currículo».

Asímismo y de acuerdo con el artículo 14 de la Orden de 14 de julio de 2016, «los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y el logro de los objetivos de la etapa en las evaluaciones continua y final de las distintas materias son los criterios de evaluación y su concreción en los estándares de aprendizaje evaluables». Además para la evaluación del alumnado se tendrán en consideración los criterios y procedimientos de evaluación y promoción incluidos en el proyecto educativo del centro, así como los criterios de calificación incluidos en la presente programación didáctica.

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 15 de la Orden de 14 de julio de 2016, «el profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno o alumna y de su maduración personal en relación con los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y las competencias clave. A tal efecto, utilizará diferentes procedimientos, técnicas o instrumentos como pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, ajustados a los criterios de evaluación y a las características específicas del alumnado».

**J. Medidas de atención a la diversidad**

Los centros docentes desarrollarán las medidas, programas, planes o actuaciones para la atención a la diversidad establecidas en el Capítulo IV del Decreto 111/2016, de 14 de Junio, así como en el Capítulo IV de la Orden de 14 de julio de 2016 en el marco de la planificación de la Consejería competente en materia de educación.

Con el término de necesidades específicas de apoyo educativo nos referimos al conjunto de medios que es preciso instrumentalizar, para la educación de los alumnos que por diferentes razones, temporalmente o de manera permanente no están en condiciones de evolucionar hacia la autonomía personal y la integración social con los medios que habitualmente disponemos en educación. La actual legislación educativa plantea principios de normalización e integración escolar, así como los recursos mínimos con los que los centros deben contar para que el alumnado pueda acceder al currículo. En nuestra comunidad la aplicación de la LEA 17/2007 de 10 de diciembre se concreta con el Decreto 231/2007 de 31 de julio que propone las medidas para el alumno con necesidades específicas de apoyo educativo. Se trata de buscar la ¿Equidad en la educación¿, la igualdad de oportunidades ante la educación para todos los escolares.

Por las características de la asignatura El Departamento de Educación física pasa a todos los alumnos un cuestionario de tipo médico para que los padres indiquen si el alumno/a padece algún tipo de enfermedad que le dificulte o impida la práctica de actividad física: asma, problemas cardiacos, desviación de la columna vertebral, etc.

En caso de que hubiera alguna enfermedad que le impida el normal desarrollo de la clase, se le exigirá un certificado médico donde conste que no puede realizar actividad física.

De igual forma se les pasa un cuestionario teórico y unos test de tipo práctico para detectar posibles deficiencias en los ámbitos conceptuales, procedimentales y actitudinales. En función de la información obtenida y asesorados por el departamento de orientación del centro, en el área de Educación Física nos podemos encontrar con alumnos que necesiten: un refuerzo educativo, actividades alternativas o de ampliación, Adaptaciones curriculares y procedimientos complementarios por estar exentos de la parte práctica.

**EL REFUERZO EDUCATIVO Y ACTIVIDADES ALTERNATIVAS O DE AMPLIACIÓN.-**



El refuerzo educativo está dirigido a los alumnos que presentan dificultades en el área y pueden ser corregidas con tareas específicas. Consisten en pequeñas variaciones que no se alejan mucho del currículo de la asignatura y que pueden ser aplicadas durante un curso o un espacio temporal más reducido. Este puede ser el caso de alumnos con asma o alergias, que puede realizar el normal desarrollo de la clase bajando el nivel de exigencia. Cuando están con crisis, ayudan a los compañeros, observan la clase y la anotan en su cuaderno y se les hace preguntas sobre lo que han hecho sus compañeros de forma práctica para obligarles a estar atentos. Además, pueden ser ellos los que dirijan el calentamiento. Además, se les podrá exigir que realicen alguna ficha o trabajo y luego la expongan al resto de la clase.

Cuando están recuperándose de una gripe o tienen alguna lesión temporal, compensan la no realización práctica de la clase con fichas de trabajo sobre lo que hacen sus compañeros u otros temas de interés, además de anotar lo que están trabajando éstos en su cuaderno. Además de les podrá evaluar tanto oral como teóricamente de los contenidos que se dieron los días que no realizó la práctica.

En caso de que la lesión sea localizada y le permita movilizar otras partes del cuerpo, se le preparará una clase práctica donde no tenga que usar la parte lesionada (si tiene un esguince de un dedo, puede hacer una clase de bote de balón con la mano buena, o una clase de flexibilidad o trabajar la resistencia aeróbica).

Para la no realización práctica de la clase, es obligatorio traer una nota de la familia o informe del médico. Si las faltas son reiteradas quedará a criterio del profesor la justificación de dichas faltas.

En el momento en que se detecta problemas de aprendizaje de la parte conceptual, se les entregará unas fichas de refuerzo para que le ayuden a consolidar los conocimientos. Así mismo plantearemos actividades de ampliación para todos aquellos alumnos que lo necesiten, por alcanzar los objetivos propuestos en cada unidad con una mayor rapidez que otros ( por ejemplo: alumnos repetidores que habían superado la asignatura en el curso pasado y que dominan ciertos contenidos del área).

En cuanto a las dificultades en la parte práctica, las medidas a tomar serán sencillas, ya que en todos los grupos hay disparidad de niveles en cuanto a la motricidad se refiere. Por ello, se plantearán diferentes y muy variadas actividades para que los alumnos puedan progresar partiendo de su nivel inicial. Además se usarán las reglas facilitadoras para aquellos que les cuesta más, tratando de fomentar más la participación del alumnado más que el rendimiento o éxito. Igualmente, se usarán materiales diferentes que puedan ayudar o dificultar las tareas propuestas o diferentes agrupamientos, para conseguir la ayuda entre compañeros de diferentes niveles.

## ADAPTACIONES CURRICULARES

Las adaptaciones curriculares van dirigidas a aquellos alumnos o grupos de alumnos que presenten dificultades educativas especiales o posean sobre dotación intelectual y alumnos de incorporación tardía al sistema educativo. Hay que distinguir aquellas que no modifican los elementos básicos del currículo del nivel en que el alumno está ubicado (adaptaciones en metodología, tipo de actividades, recursos, contenidos mínimos,...) que son realizadas en la programación de aula por el profesor correspondiente y adaptaciones significativamente alejadas del currículo ordinario para aquellos alumnos con un desnivel muy acusado por razón de déficit cognitivo, sensorial, sociofamiliar o cultural (por debajo) o por tener aptitudes excepcionales (por arriba).

Las adaptaciones curriculares responden a la necesidad de adaptar la práctica educativa mediante la elaboración de proyectos curriculares y programaciones que tengan en cuenta las características concretas de los alumnos a los que se dirigen. Estos proyectos y programaciones generales deben, a su vez, experimentar adaptaciones específicamente dirigidas a determinados grupos de alumnos con unas características particulares. Así, según las circunstancias, se podrá adaptar el material didáctico, variar la metodología, proponer actividades de aprendizaje diferenciadas, organizar grupos de trabajo flexibles, acelerar o frenar el ritmo de introducción de nuevos contenidos, organizarlos y secuenciarlos de forma distinta, o dar prioridad a unos bloques de contenidos sobre otros, profundizando con ellos o ampliándolos.

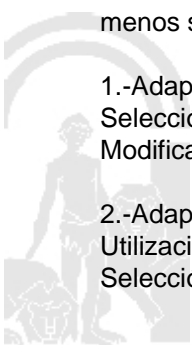
La adaptación a la diversidad a través de adaptaciones curriculares ha de seguir un orden progresivo desde la menos significativa a la más significativa, como se expone a continuación:

### 1.-Adaptaciones a la evaluación:

- Selección de criterios específicos.
- Modificación de los instrumentos y procedimientos.

### 2.-Adaptaciones metodológicas:

- Utilización de métodos y procedimientos alternativos.
- Selección de actividades alternativas.



Selección de actividades complementarias.  
Utilización de materiales didácticos específicos.  
Modificación de los agrupamientos previstos.

3.-Adaptaciones de los contenidos:  
Priorización de los contenidos.  
Introducción de contenidos complementarios.  
Introducción de contenidos alternativos.  
Eliminación de contenidos.  
Secuencia específica de contenidos.  
Organización específica de contenidos.

4.-Adaptaciones de los objetivos:  
Priorización de los objetivos.  
Introducción de objetivos complementarios.  
Introducción de objetivos alternativos.  
Eliminación de objetivos.  
Secuencia específica de objetivos.

5.-Modificación en la temporalización:  
Modificación de la temporalización de determinados contenidos u objetivos.

Desde el área de Educación Física vamos a atender la diversidad del alumnado de distintas formas:

- Diversificar la información conceptual para que cada grupo de alumnos/as, según el criterio del profesor, pueda elegir los apartados más adecuados.
- Asumir las diferencias en el interior del grupo y proponer ejercicios de diversa dificultad de ejecución.
- Distinguir los ejercicios que se consideran realizables por la mayoría de los alumnos/as.
- Facilitar la información individualizada en la que se fijan las metas que el alumno ha de alcanzar a partir de criterios derivados de su propia situación inicial.

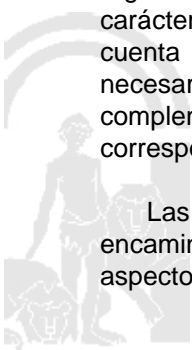
## EXENTOS DE LA PARTE PRÁCTICA

Estos alumnos/as serán evaluadas por la parte de actitud y conceptos. Para ello, deberá entregar todos los trabajos y fichas teóricas mandadas a sus compañeros, realizar los exámenes teóricos, presentar un trabajo en cada una de las evaluaciones y presentar un cuaderno donde se expliquen las actividades prácticas que se han ido realizando en cada sesión a modo de diario, donde no deberá faltar ninguna sesión y presentarse en la fecha estipulada y con buena presentación. Igualmente se le podrá pedir alguna ficha que, al finalizar la clase, deberá exponer a sus compañeros.

### K. Actividades complementarias y extraescolares

Regulado por la Orden 14 de Julio de 1998, en su art. 2 define las Actividades Complementarias como "las organizadas por los Centros durante el horario escolar, de acuerdo con su Proyecto Curricular, y que tienen un carácter diferenciado de las propiamente lectivas por el momento, espacios o recursos que utilizan. Teniendo en cuenta que estas actividades se realizan dentro del horario escolar, el Centro deberá arbitrar las medidas necesarias para atender educativamente al alumnado que no participe en ellas. En el caso de actividades complementarias que exijan la salida del Centro de algún alumno o alumna menor de edad, se requerirá la correspondiente autorización escrita de sus padres o tutores".

Las Actividades Extraescolares, se definen dentro de la misma Orden en su art. 3 como "las actividades encaminadas a potenciar la apertura del Centro a su entorno y a procurar la formación integral del alumnado, en aspectos referidos a la ampliación de su horizonte cultural, la preparación para su inserción en la sociedad o el



uso del tiempo libre. Las actividades extraescolares se realizarán fuera del horario lectivo, tendrán carácter voluntario para todos los alumnos y alumnas del Centro, y, en ningún caso, formarán parte del proceso de evaluación por el que pasa el alumnado para la superación de las distintas áreas o materias curriculares que integran los planes de estudio. Los Centros docentes de una misma zona podrán coordinarse en la elaboración de sus actividades extraescolares, con objeto de conseguir un mejor aprovechamiento de sus instalaciones y recursos".

La programación de estas actividades queda recogida en el art. 5 de la citada. Para su inclusión en el Plan Anual del Centro y su posterior aprobación por el Consejo Escolar deberá contemplarse:

- Denominación específica de la actividad.
- Horario y lugar en el que se desarrollará.
- Personal que dirigirá, llevará a cabo y participará en cada actividad: por el personal adscrito al Centro, mediante la suscripción de un contrato administrativo de servicios con una entidad legalmente constituida, a través de los Ayuntamientos, etc.
- Coste y fórmulas de financiación de las actividades, con expresión, en su caso, de las cuotas que se proponga percibir de los alumnos y alumnas que participen en ellas. Actividades complementarias y extraescolares:

Las actividades complementarias y extraescolares están encaminadas a conseguir una formación plena del alumnado desarrollando valores relacionados con la socialización, la participación, la cooperación, el respeto a las opiniones de los demás y la asunción de responsabilidades. Por ello, estas actividades deben estar integradas en el conjunto de las actividades educativas que se realizan en el centro, debidamente justificadas.

**PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES  
CURSO 2020-2021**

Este curso desde el departamento de E.F. no se va a realizar actividades complementarias debido a las circunstancias especiales de este curso a causa del COVID-19.

**L. Indicadores de logro e información para la memoria de autoevaluación**

Indicadores de logro y memoria de autoevaluación

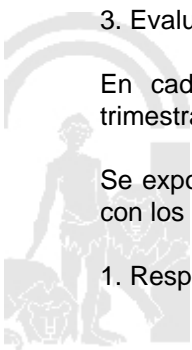
Se enfocará la evaluación de la práctica docente con relación a tres momentos del ejercicio:

1. Programación.
2. Desarrollo.
3. Evaluación.

En cada uno de esos momentos el profesor establecerá indicadores de logro que serán valorados trimestralmente por el profesor como NC (no conseguido), EP (en proceso), C (conseguido).

Se exponen a continuación los indicadores de logro que se tomarán como referencia en su programación y con los que se podrá elaborar una rúbrica de evaluación de la práctica docente.

1. Respecto a la Programación.



- 1.1. Los objetivos didácticos se han formulado en función de los estándares de aprendizaje evaluables que concretan los criterios de evaluación.
- 1.2. La selección y temporalización de contenidos y actividades ha sido ajustada.
- 1.3. La programación ha facilitado la flexibilidad de las clases, para ajustarse a las necesidades e intereses de los alumnos lo más posible.
- 1.4. La programación se ha realizado en coordinación con el resto del profesorado.

2. Respecto al Desarrollo de la práctica docente:

- 2.1 Antes de iniciar una actividad, se ha hecho una introducción sobre el tema para motivar a los alumnos y saber sus conocimientos previos.
- 2.2 Antes de iniciar una actividad, se ha expuesto y justificado el plan de trabajo (importancia, utilidad, etc.), y han sido informados sobre los criterios de evaluación.
- 2.3 Los contenidos y actividades se han relacionado con los intereses de los alumnos, y se han construido sobre sus conocimientos previos.
- 2.4 Las actividades propuestas han sido variadas en su tipología y tipo de agrupamiento, y han favorecido la adquisición de las competencias clave.
- 2.5 Se han utilizado recursos variados (audiovisuales, informáticos, etc.).
- 2.6 Las actividades grupales han sido suficientes y significativas.
- 2.7 El ambiente de la clase ha sido adecuado y productivo.
- 2.8 Se ha proporcionado al alumno información sobre su progreso.
- 2.9 Se han proporcionado actividades alternativas cuando el objetivo no se ha alcanzado en primera instancia.
- 2.10 Ha habido coordinación con otros profesores del grupo.

3. Respecto a la Evaluación:

- 3.1. Los criterios de evaluación y calificación han sido claros y conocidos de los alumnos, y han permitido hacer un seguimiento del progreso de los alumnos.
- 3.2. Se han utilizado de manera sistemática distintos procedimientos e instrumentos de evaluación, que han permitido evaluar contenidos, procedimientos y actitudes.
- 3.3. Los alumnos han contado con herramientas de autoevaluación.
- 3.4. Se han proporcionado actividades y procedimientos para recuperar la materia, a alumnos con alguna evaluación suspensa, o con la materia pendiente del curso anterior, o en la evaluación final ordinaria.

En la reunión trimestral del departamento se incluirá en el orden del día el punto sobre la evaluación de la práctica docente para poner en común la evaluación que haya hecho cada profesor y analizar:

- ¿ Aspectos satisfactorios de la práctica docente.
- ¿ Dificultades encontradas.
- ¿ Propuestas de mejora.

Para completar la evaluación de la práctica docente se establecerán instrumentos para que los alumnos y las familias puedan manifestar su opinión sobre algunos aspectos de la práctica docente:

- ¿ Sesiones informales para la evaluación del desarrollo de la materia.
- ¿ Cuestionario anónimo, para que los alumnos puedan opinar con total libertad.
- ¿ Encuestas de satisfacción a alumnos y familias que incluyan aspectos relacionados con la práctica docente.



ELEMENTOS Y RELACIONES CURRICULARES

EDUCACIÓN FÍSICA - 1º DE E.S.O.

A. Elementos curriculares

1. Objetivos de materia

La enseñanza de esta materia en esta etapa tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

Código	Objetivos
1	Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2	Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3	Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4	Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5	Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
6	Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
7	Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8	Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
9	Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10	Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
11	Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.
12	Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

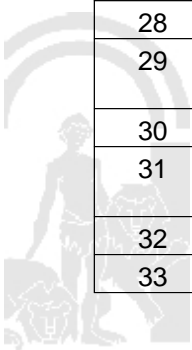
Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



2. Contenidos

Contenidos	
<b>Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.</b>	
Nº Ítem	Ítem
1	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.
2	Bloque 1. Salud y calidad de vida. La alimentación y la salud.
3	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas.
4	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural.
5	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Técnicas básicas de respiración y relajación.
6	Bloque 1. Salud y calidad de vida. La estructura de una sesión de actividad física.
7	Bloque 1. Salud y calidad de vida. El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física.
8	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.
9	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana.
10	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las normas en las sesiones de Educación Física.
11	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico.
12	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)
13	Bloque 2. Condición física y motriz. Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices.
14	Bloque 2. Condición física y motriz. Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud.
15	Bloque 2. Condición física y motriz. Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices.
16	Bloque 2. Condición física y motriz. Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.
17	Bloque 2. Condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria.
18	Bloque 2. Condición física y motriz. Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.
19	Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos predeportivos.
20	Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
21	Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas.
22	Bloque 3. Juegos y deportes. Equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc.
23	Bloque 3. Juegos y deportes. Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración.
24	Bloque 3. Juegos y deportes. Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc.
25	Bloque 3. Juegos y deportes. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición.
26	Bloque 3. Juegos y deportes. Objetivos del juego de ataque y defensa.
27	Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos alternativos, como por ejemplo: hockey escolar, ultimate, rugby escolar, etc.
28	Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos cooperativos.
29	Bloque 3. Juegos y deportes. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas.
30	Bloque 3. Juegos y deportes. Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora.
31	Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.
32	Bloque 3. Juegos y deportes. La actividad física y la corporalidad en el contexto social.
33	Bloque 3. Juegos y deportes. Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.





Contenidos	
<b>Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.</b>	
Nº Ítem	Ítem
34	Bloque 4. Expresión corporal. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
35	Bloque 4. Expresión corporal. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión.
36	Bloque 4. Expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
37	Bloque 4. Expresión corporal. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
38	Bloque 4. Expresión corporal. Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión.
39	Bloque 4. Expresión corporal. Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento.
40	Bloque 4. Expresión corporal. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.
41	Bloque 4. Expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.
42	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc.
43	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas de progresión en entornos no estables.
44	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc.
45	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo.
46	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc.
47	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



**B. Relaciones curriculares**

**Criterio de evaluación: 1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.**

**Objetivos**

- 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
- 7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.19. Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos predeportivos.
- 1.20. Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
- 1.21. Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas.
- 1.22. Bloque 3. Juegos y deportes. Equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

**Estándares**

- EF1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- EF2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
- EF3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
- EF4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
- EF5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

**Criterio de evaluación: 1.2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.**

**Objetivos**

- 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
- 6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.34. Bloque 4. Expresión corporal. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
- 1.35. Bloque 4. Expresión corporal. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión.
- 1.36. Bloque 4. Expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
- 1.37. Bloque 4. Expresión corporal. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



1.38. Bloque 4. Expresión corporal. Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión.

1.39. Bloque 4. Expresión corporal. Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento.

1.40. Bloque 4. Expresión corporal. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.

1.41. Bloque 4. Expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.

#### Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística

CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

CEC: Conciencia y expresiones culturales

#### Estándares

EF1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.

EF2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.

EF3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

EF4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

**Criterio de evaluación: 1.3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.**

#### Objetivos

7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.

10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.

11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

#### Contenidos

##### Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.23. Bloque 3. Juegos y deportes. Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración.

1.24. Bloque 3. Juegos y deportes. Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc.

1.25. Bloque 3. Juegos y deportes. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición.

1.26. Bloque 3. Juegos y deportes. Objetivos del juego de ataque y defensa.

1.29. Bloque 3. Juegos y deportes. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas.

1.30. Bloque 3. Juegos y deportes. Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora.

1.31. Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.

#### Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

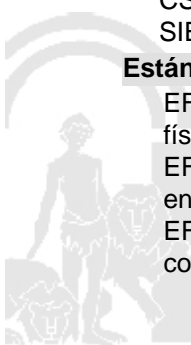
SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

#### Estándares

EF1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.

EF2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.

EF3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.



**Estándares**

EF4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

**Criterio de evaluación: 1.4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.**

**Objetivos**

- 1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
- 3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
- 5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
- 8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
- 12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.1. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.
- 1.2. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La alimentación y la salud.
- 1.3. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas.
- 1.4. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural.
- 1.8. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.
- 1.9. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana.
- 1.16. Bloque 2. Condición física y motriz. Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.
- 1.17. Bloque 2. Condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender

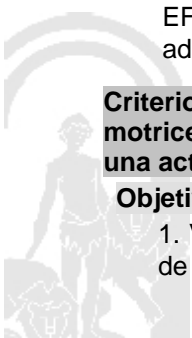
**Estándares**

- EF1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
- EF2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
- EF3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.
- EF4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
- EF5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
- EF6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

**Criterio de evaluación: 1.5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.**

**Objetivos**

- 1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan



en la mejora de la salud y la calidad de vida.

2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.

8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.

11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

## Contenidos

### Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.13. Bloque 2. Condición física y motriz. Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices.

1.14. Bloque 2. Condición física y motriz. Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud.

1.15. Bloque 2. Condición física y motriz. Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices.

1.18. Bloque 2. Condición física y motriz. Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.

## Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

## Estándares

EF1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

EF2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

EF3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

EF4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

## Criterio de evaluación: 1.6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.

### Objetivos

5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

## Contenidos

### Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.3. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas.

1.5. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Técnicas básicas de respiración y relajación.

1.6. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La estructura de una sesión de actividad física.

1.7. Bloque 1. Salud y calidad de vida. El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física.

## Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

## Estándares

EF1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

EF2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.

EF3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las



**Estándares**

propias dificultades.

**Criterio de evaluación: 1.7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.**

**Objetivos**

- 6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.34. Bloque 4. Expresión corporal. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
- 1.35. Bloque 4. Expresión corporal. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión.
- 1.36. Bloque 4. Expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
- 1.37. Bloque 4. Expresión corporal. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
- 1.38. Bloque 4. Expresión corporal. Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión.
- 1.39. Bloque 4. Expresión corporal. Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento.
- 1.40. Bloque 4. Expresión corporal. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.
- 1.41. Bloque 4. Expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.

**Competencias clave**

- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

**Estándares**

- EF1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
- EF2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
- EF3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

**Criterio de evaluación: 1.8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.**

**Objetivos**

- 8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
- 9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.42. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio



natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc.

1.43. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas de progresión en entornos no estables.

1.44. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc.

1.45. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo.

1.46. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc.

1.47. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.

**Competencias clave**

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

**Estándares**

EF1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

EF2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.

EF3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

**Criterio de evaluación: 1.9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física.**

**Objetivos**

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.

8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.

10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

1.4. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural.

1.10. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las normas en las sesiones de Educación Física.

1.11. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico.

1.30. Bloque 3. Juegos y deportes. Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora.

**Competencias clave**

CCL: Competencia en comunicación lingüística

CSYC: Competencias sociales y cívicas

**Estándares**

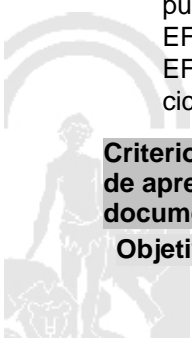
EF1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

EF2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.

EF3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

**Criterio de evaluación: 1.10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.**

**Objetivos**



12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

## Contenidos

### Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

- 1.1. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.
- 1.2. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La alimentación y la salud.
- 1.6. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La estructura de una sesión de actividad física.
- 1.7. Bloque 1. Salud y calidad de vida. El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física.
- 1.8. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.
- 1.12. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)

## Competencias clave

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CD: Competencia digital
- CAA: Aprender a aprender

## Estándares

- EF1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, vídeo, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
- EF2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

**Criterio de evaluación: 1.11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.**

## Objetivos

- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.

## Contenidos

### Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

- 1.42. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc.
- 1.43. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas de progresión en entornos no estables.
- 1.44. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc.
- 1.45. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo.
- 1.46. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc.
- 1.47. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.

## Competencias clave

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

## Estándares





**Criterio de evaluación: 1.12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.**

**Objetivos**

- 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.33. Bloque 3. Juegos y deportes. Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.

**Competencias clave**

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CD: Competencia digital
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- CEC: Conciencia y expresiones culturales

**Estándares**

**Criterio de evaluación: 1.13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.**

**Objetivos**

- 12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.12. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)

**Competencias clave**

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CD: Competencia digital
- CAA: Aprender a aprender

**Estándares**

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09

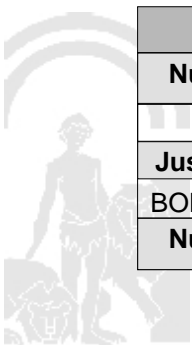


C. Ponderaciones de los criterios

Nº Criterio	Denominación	Ponderación %
EF1.1	Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.	5
EF1.2	Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.	5
EF1.3	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	20
EF1.4	Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	10
EF1.5	Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.	20
EF1.6	Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.	1
EF1.7	Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	20
EF1.8	Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.	1
EF1.9	Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física.	4
EF1.10	Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.	1
EF1.11	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	2
EF1.12	Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.	10
EF1.13	Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.	1

D. Unidades didácticas: secuenciación y temporización

Unidades didácticas		
Número	Título	Temporización
1	PONTE EN FORMA	1º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BOLQUE 1 Y 2		
Número	Título	Temporización



2	BEISBOL	2º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
<b>Número</b>	<b>Título</b>	<b>Temporización</b>
3	UNIHOKEY	2º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
<b>Número</b>	<b>Título</b>	<b>Temporización</b>
4	BALONMANO	2º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
<b>Número</b>	<b>Título</b>	<b>Temporización</b>
5	PON MÚSICA	3º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 4		
<b>Número</b>	<b>Título</b>	<b>Temporización</b>
6	BALONCESTO	3º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
<b>Número</b>	<b>Título</b>	<b>Temporización</b>
7	JUEGA	3º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
<b>Número</b>	<b>Título</b>	<b>Temporización</b>
8	CAMINA	1º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 5		

**E. Precisiones sobre los niveles competenciales**

Sin especificar

**F. Metodología**

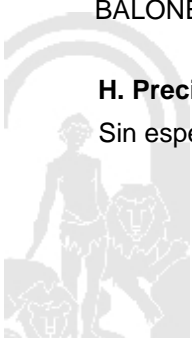
De acuerdo con lo dispuesto en el Artículo 29.3 del Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, «las programaciones didácticas de todas las materias y, en su caso, ámbitos incluirán actividades en las que el alumnado deberá leer, escribir y expresarse de forma oral».

**G. Materiales y recursos didácticos**

BALONES, ALTAVOZ, COLCHONETAS

**H. Precisiones sobre la evaluación**

Sin especificar



ELEMENTOS Y RELACIONES CURRICULARES

EDUCACIÓN FÍSICA - 2º DE E.S.O.

A. Elementos curriculares

1. Objetivos de materia

La enseñanza de esta materia en esta etapa tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

Código	Objetivos
1	Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2	Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3	Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4	Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5	Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
6	Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
7	Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8	Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
9	Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10	Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
11	Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.
12	Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



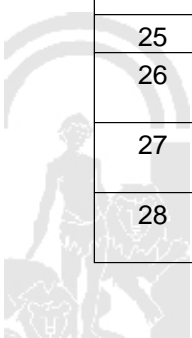
2. Contenidos

Contenidos	
<b>Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.</b>	
Nº Ítem	Ítem
1	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana.
2	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.
3	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud.
4	Bloque 1. Salud y calidad de vida. El descanso y la salud.
5	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
6	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables.
7	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.
8	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
9	Bloque 1. Salud y calidad de vida. El calentamiento general y específico.
10	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas.
11	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva.
12	Bloque 1. Salud y calidad de vida. La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva.
13	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
14	Bloque 2. Condición física y motriz. Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.
15	Bloque 2. Condición física y motriz. Indicadores de la intensidad de esfuerzo.
16	Bloque 2. Condición física y motriz. Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.
17	Bloque 2. Condición física y motriz. Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz.
18	Bloque 2. Condición física y motriz. Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable.
19	Bloque 2. Condición física y motriz. Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud.
20	Bloque 2. Condición física y motriz. Control de la intensidad de esfuerzo.
21	Bloque 2. Condición física y motriz. Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.
22	Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
23	Bloque 3. Juegos y deportes. Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos.
24	Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición.
25	Bloque 3. Juegos y deportes. Las fases del juego en los deportes colectivos.
26	Bloque 3. Juegos y deportes. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.
27	Bloque 3. Juegos y deportes. Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción.
28	Bloque 3. Juegos y deportes. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



Contenidos	
Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.	
Nº Ítem	Ítem
29	Bloque 3. Juegos y deportes. Situaciones reducidas de juego.
30	Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos populares y tradicionales.
31	Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos alternativos y predeportivos.
32	Bloque 3. Juegos y deportes. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.
33	Bloque 3. Juegos y deportes. Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo.
34	Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.
35	Bloque 4. Expresión corporal. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
36	Bloque 4. Expresión corporal. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal.
37	Bloque 4. Expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
38	Bloque 4. Expresión corporal. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
39	Bloque 4. Expresión corporal. El mimo y el juego dramático.
40	Bloque 4. Expresión corporal. Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas.
41	Bloque 4. Expresión corporal. Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva.
42	Bloque 4. Expresión corporal. Bailes tradicionales de Andalucía.
43	Bloque 4. Expresión corporal. Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.
44	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.
45	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas de progresión en entornos no estables.
46	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas básicas de orientación.
47	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Interpretación de la simbología, identificación mapa-terreno/terreno-mapa, orientación del mapa, recorridos guiados, etc.
48	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Juegos de pistas y orientación.
49	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.
50	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc.
51	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana.
52	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.



**B. Relaciones curriculares**

**Criterio de evaluación: 1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.**

**Objetivos**

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.22. Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
- 1.23. Bloque 3. Juegos y deportes. Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

**Estándares**

- EF1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- EF2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
- EF3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
- EF4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
- EF5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

**Criterio de evaluación: 1.2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.**

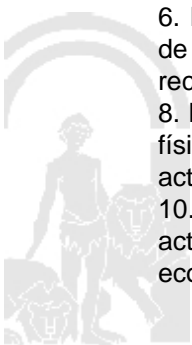
**Objetivos**

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.14. Bloque 2. Condición física y motriz. Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.
- 1.35. Bloque 4. Expresión corporal. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
- 1.36. Bloque 4. Expresión corporal. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal.
- 1.37. Bloque 4. Expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
- 1.38. Bloque 4. Expresión corporal. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
- 1.39. Bloque 4. Expresión corporal. El mimo y el juego dramático.
- 1.40. Bloque 4. Expresión corporal. Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas.
- 1.41. Bloque 4. Expresión corporal. Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva.
- 1.42. Bloque 4. Expresión corporal. Bailes tradicionales de Andalucía.
- 1.43. Bloque 4. Expresión corporal. Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.

**Competencias clave**

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor
- CEC: Conciencia y expresiones culturales

**Estándares**

- EF1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
- EF2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- EF3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
- EF4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

**Criterio de evaluación: 1.3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.**

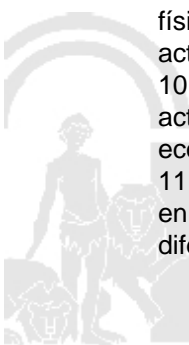
**Objetivos**

- 1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
- 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
- 8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09





**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.9. Bloque 1. Salud y calidad de vida. El calentamiento general y específico.
- 1.10. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas.
- 1.11. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva.
- 1.12. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva.
- 1.22. Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
- 1.24. Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición.
- 1.25. Bloque 3. Juegos y deportes. Las fases del juego en los deportes colectivos.
- 1.26. Bloque 3. Juegos y deportes. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.
- 1.27. Bloque 3. Juegos y deportes. Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción.
- 1.28. Bloque 3. Juegos y deportes. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.
- 1.29. Bloque 3. Juegos y deportes. Situaciones reducidas de juego.
- 1.31. Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos alternativos y predeportivos.
- 1.32. Bloque 3. Juegos y deportes. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.
- 1.33. Bloque 3. Juegos y deportes. Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo.
- 1.34. Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

**Estándares**

- EF1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
- EF2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
- EF3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.
- EF4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

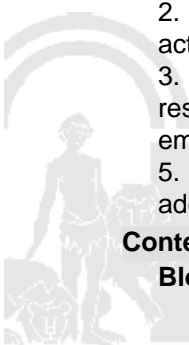
**Criterio de evaluación: 1.4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.**

**Objetivos**

- 1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
- 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
- 3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
- 5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**



- 1.1. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana.
- 1.5. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
- 1.6. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables.
- 1.15. Bloque 2. Condición física y motriz. Indicadores de la intensidad de esfuerzo.
- 1.16. Bloque 2. Condición física y motriz. Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.
- 1.20. Bloque 2. Condición física y motriz. Control de la intensidad de esfuerzo.
- 1.21. Bloque 2. Condición física y motriz. Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.

### Competencias clave

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender

### Estándares

- EF1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
- EF2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud
- EF3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.
- EF4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
- EF5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
- EF6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

**Criterio de evaluación: 1.5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.**

### Objetivos

- 1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
- 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
- 3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
- 8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
- 9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
- 12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

### Contenidos

#### Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

- 1.1. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana.



- 1.2. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.
- 1.3. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud.
- 1.4. Bloque 1. Salud y calidad de vida. El descanso y la salud.
- 1.6. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables.
- 1.7. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.
- 1.8. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- 1.9. Bloque 1. Salud y calidad de vida. El calentamiento general y específico.
- 1.10. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas.
- 1.13. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
- 1.15. Bloque 2. Condición física y motriz. Indicadores de la intensidad de esfuerzo.
- 1.16. Bloque 2. Condición física y motriz. Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.
- 1.17. Bloque 2. Condición física y motriz. Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz.
- 1.18. Bloque 2. Condición física y motriz. Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable.
- 1.19. Bloque 2. Condición física y motriz. Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud.
- 1.20. Bloque 2. Condición física y motriz. Control de la intensidad de esfuerzo.
- 1.21. Bloque 2. Condición física y motriz. Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender

**Estándares**

- EF1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
- EF2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
- EF3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- EF4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

**Criterio de evaluación: 1.6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.**

**Objetivos**

- 5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.2. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas

**Estándares**

- EF1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.
- EF2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.
- EF3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.



**Criterio de evaluación: 1.7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.**

**Objetivos**

- 3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.
- 12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.11. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva.
- 1.12. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva.
- 1.13. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
- 1.32. Bloque 3. Juegos y deportes. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.
- 1.34. Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.
- 1.43. Bloque 4. Expresión corporal. Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.

**Competencias clave**

- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

**Estándares**

- EF1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
- EF2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
- EF3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

**Criterio de evaluación: 1.8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.**

**Objetivos**

- 9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.44. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002661

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



libre.

1.45. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas de progresión en entornos no estables.

1.48. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Juegos de pistas y orientación.

1.49. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.

1.50. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc.

1.51. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana.

1.52. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.

### Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

### Estándares

EF1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

EF2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.

EF3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

**Criterio de evaluación: 1.9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.**

### Objetivos

8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.

### Contenidos

#### Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.10. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas.

1.52. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.

### Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística

CSYC: Competencias sociales y cívicas

### Estándares

EF1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

EF2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.

EF3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

**Criterio de evaluación: 1.10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.**

### Objetivos

12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

### Contenidos

#### Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.13. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de



búsqueda, análisis y selección de información relevante.

**Competencias clave**

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CD: Competencia digital
- CAA: Aprender a aprender

**Estándares**

- EF1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido, etc.), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
- EF2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

**Criterio de evaluación: 1.11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.**

**Objetivos**

- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.11. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva.
- 1.12. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva.
- 1.32. Bloque 3. Juegos y deportes. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.
- 1.43. Bloque 4. Expresión corporal. Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.

**Competencias clave**

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CD: Competencia digital
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- CEC: Conciencia y expresiones culturales

**Estándares**

**Criterio de evaluación: 1.12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.**

**Objetivos**

- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.30. Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos populares y tradicionales.
- 1.31. Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos alternativos y predeportivos.
- 1.44. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.
- 1.46. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas básicas de orientación.
- 1.47. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Interpretación de la simbología, identificación mapa-terreno/terreno-mapa, orientación del mapa, recorridos guiados, etc.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



1.50. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc.

1.51. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana.

### Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

### Estándares

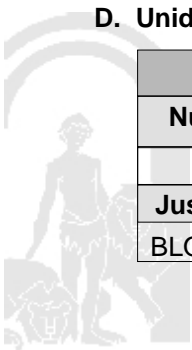


C. Ponderaciones de los criterios

Nº Criterio	Denominación	Ponderación %
EF1.1	Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	10
EF1.2	Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	10
EF1.3	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.	20
EF1.4	Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	10
EF1.5	Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.	20
EF1.6	Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.	4
EF1.7	Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	20
EF1.8	Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	1
EF1.9	Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.	1
EF1.10	Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	1
EF1.11	Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.	1
EF1.12	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	2

D. Unidades didácticas: secuenciación y temporización

Unidades didácticas		
Número	Título	Temporización
1	CONDICIÓN FÍSICA	1º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 1		





Número	Título	Temporización
2	BÁDMINTON	1º Y 2º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
Número	Título	Temporización
3	VOLEIBOL	2º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
Número	Título	Temporización
4	UNIHOKEY	2º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
Número	Título	Temporización
5	FÚTBOL	3º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
Número	Título	Temporización
6	ATLETISMO	3 TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 2 Y 3		
Número	Título	Temporización
7	MIMO	3º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 4		
Número	Título	Temporización
8	SENDERISMO	2º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 5		

**E. Precisiones sobre los niveles competenciales**

Sin especificar

**F. Metodología**

De acuerdo con lo dispuesto en el Artículo 29.3 del Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, «las programaciones didácticas de todas las materias y, en su caso, ámbitos incluirán actividades en las que el alumnado deberá leer, escribir y expresarse de forma oral».

**G. Materiales y recursos didácticos**

balones, colchonetas, sticks, raquetas y volantes y saltometro

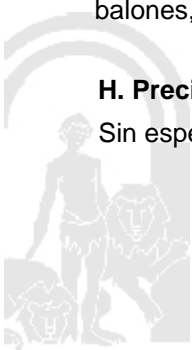
**H. Precisiones sobre la evaluación**

Sin especificar

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



ELEMENTOS Y RELACIONES CURRICULARES

EDUCACIÓN FÍSICA - 3º DE E.S.O.

A. Elementos curriculares

1. Objetivos de materia

La enseñanza de esta materia en esta etapa tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

Código	Objetivos
1	Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2	Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3	Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4	Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5	Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
6	Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
7	Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8	Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
9	Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10	Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
11	Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.
12	Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



2. Contenidos

Contenidos	
<b>Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.</b>	
Nº Ítem	Ítem
1	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Valoración y fomento de la práctica habitual de la actividad física para la mejora de la propia condición física y motriz, y de la calidad de vida.
2	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.
3	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Reconocimiento de los efectos positivos de la actividad física sobre los aparatos y sistemas del cuerpo humano y los riesgos y contraindicaciones de la práctica física.
4	Bloque 1. Salud y calidad de vida. La alimentación, la actividad física y la salud.
5	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física.
6	Bloque 1. Salud y calidad de vida. La recuperación tras el esfuerzo.
7	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Técnicas de recuperación.
8	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Ejecución de métodos y técnicas de relajación como medio para liberar tensiones.
9	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Actitud crítica con las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
10	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de la higiene personal y los hábitos de vida saludables.
11	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.
12	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Prácticas de los fundamentos de higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
13	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Elaboración y puesta en práctica de calentamientos aplicados a una actividad física específica.
14	Bloque 1. Salud y calidad de vida. La responsabilidad y el respeto a las normas y a las demás personas como elementos determinantes en la consecución de objetivos grupales y la convivencia pacífica.
15	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física en el contexto social actual.
16	Bloque 1. Salud y calidad de vida. El fomento de los desplazamientos activos.
17	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.
18	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Norma P.A.S., soporte vital básico.
19	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
20	Bloque 2. Condición física y motriz. Las capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.
21	Bloque 2. Condición física y motriz. Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.
22	Bloque 2. Condición física y motriz. Procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física y motriz.
23	Bloque 2. Condición física y motriz. Pruebas para medir las capacidades físicas y las capacidades motrices.
24	Bloque 2. Condición física y motriz. Práctica autónoma de métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices enfocados hacia la salud y la vida activa.
25	Bloque 2. Condición física y motriz. La condición física y motriz y su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor.
26	Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09

Contenidos	
<b>Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.</b>	
Nº Ítem	Ítem
27	Bloque 3. Juegos y deportes. Deportes de raqueta como por ejemplo: bádminton, pádel, tenis de mesa, palas, etc.
28	Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos populares y tradicionales.
29	Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos alternativos y predeportivos.
30	Bloque 3. Juegos y deportes. Los golpesos.
31	Bloque 3. Juegos y deportes. El interés y la motivación como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas.
32	Bloque 3. Juegos y deportes. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.
33	Bloque 3. Juegos y deportes. Puestos específicos.
34	Bloque 3. Juegos y deportes. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.
35	Bloque 3. Juegos y deportes. Situaciones reales de juego.
36	Bloque 3. Juegos y deportes. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.
37	Bloque 3. Juegos y deportes. Análisis de situaciones del mundo deportivo real.
38	Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.
39	Bloque 3. Juegos y deportes. Procedimientos básicos de evaluación de la propia ejecución con respecto a un modelo técnico-táctico.
40	Bloque 3. Juegos y deportes. La actividad física y la corporalidad en el contexto social.
41	Bloque 3. Juegos y deportes. Orígenes del deporte e historia de los Juegos Olímpicos.
42	Bloque 3. Juegos y deportes. El deporte en Andalucía.
43	Bloque 4. Expresión corporal. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
44	Bloque 4. Expresión corporal. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal.
45	Bloque 4. Expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
46	Bloque 4. Expresión corporal. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
47	Bloque 4. Expresión corporal. Creación y puesta en práctica de secuencias de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
48	Bloque 4. Expresión corporal. Improvisación individual y colectiva como medio de comunicación espontánea.
49	Bloque 4. Expresión corporal. Participación creativa en montajes artístico-expresivos y ajustada a la intencionalidad de estos.
50	Bloque 4. Expresión corporal. El baile y la danza como manifestación artístico-expresiva.
51	Bloque 4. Expresión corporal. Ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectivos, como por ejemplo bailes de salón, danzas del mundo, bailes latinos, etc.
52	Bloque 4. Expresión corporal. Creación en colaboración y ejecución de composiciones coreográficas individuales y colectivas con apoyo de una estructura musical.
53	Bloque 4. Expresión corporal. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.
54	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.
55	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas de progresión en entornos no estables.
56	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas básicas de orientación.
57	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Elección de ruta, lectura continua, relocalización.
58	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Estudio de la oferta de actividades y aprovechamiento de las posibilidades que ofrece el entorno cercano para la realización de actividades físicas.

<b>Contenidos</b>	
<b>Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.</b>	
<b>Nº Ítem</b>	<b>Ítem</b>
59	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, con cuerdas, cabuyería, etc.
60	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Fomento de medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.
61	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



**B. Relaciones curriculares**

**Criterio de evaluación: 1.1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.**

**Objetivos**

- 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
- 8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.26. Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas.
- 1.31. Bloque 3. Juegos y deportes. El interés y la motivación como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

**Estándares**

- EF1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- EF2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
- EF3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
- EF4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
- EF5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

**Criterio de evaluación: 1.2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.**

**Objetivos**

- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.8. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Ejecución de métodos y técnicas de relajación como medio para liberar tensiones.
- 1.43. Bloque 4. Expresión corporal. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.



- 1.44. Bloque 4. Expresión corporal. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal.
- 1.45. Bloque 4. Expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
- 1.46. Bloque 4. Expresión corporal. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
- 1.47. Bloque 4. Expresión corporal. Creación y puesta en práctica de secuencias de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- 1.48. Bloque 4. Expresión corporal. Improvisación individual y colectiva como medio de comunicación espontánea.
- 1.49. Bloque 4. Expresión corporal. Participación creativa en montajes artístico-expresivos y ajustada a la intencionalidad de estos.
- 1.50. Bloque 4. Expresión corporal. El baile y la danza como manifestación artístico-expresiva.
- 1.51. Bloque 4. Expresión corporal. Ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectivos, como por ejemplo bailes de salón, danzas del mundo, bailes latinos, etc.
- 1.52. Bloque 4. Expresión corporal. Creación en colaboración y ejecución de composiciones coreográficas individuales y colectivas con apoyo de una estructura musical.
- 1.53. Bloque 4. Expresión corporal. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.

**Competencias clave**

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor
- CEC: Conciencia y expresiones culturales

**Estándares**

- EF1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
- EF2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- EF3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
- EF4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

**Criterio de evaluación: 1.3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.**

**Objetivos**

- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.26. Bloque 3. Juegos y deportes. Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas.
- 1.27. Bloque 3. Juegos y deportes. Deportes de raqueta como por ejemplo: bádminton, pádel, tenis de mesa, palas, etc.
- 1.28. Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos populares y tradicionales.
- 1.29. Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos alternativos y predeportivos.
- 1.30. Bloque 3. Juegos y deportes. Los golpeos.
- 1.31. Bloque 3. Juegos y deportes. El interés y la motivación como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas.



- 1.32. Bloque 3. Juegos y deportes. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.
- 1.33. Bloque 3. Juegos y deportes. Puestos específicos.
- 1.34. Bloque 3. Juegos y deportes. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.
- 1.35. Bloque 3. Juegos y deportes. Situaciones reales de juego.
- 1.36. Bloque 3. Juegos y deportes. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.
- 1.37. Bloque 3. Juegos y deportes. Análisis de situaciones del mundo deportivo real.
- 1.38. Bloque 3. Juegos y deportes. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.
- 1.39. Bloque 3. Juegos y deportes. Procedimientos básicos de evaluación de la propia ejecución con respecto a un modelo técnico-táctico.
- 1.40. Bloque 3. Juegos y deportes. La actividad física y la corporalidad en el contexto social.
- 1.41. Bloque 3. Juegos y deportes. Orígenes del deporte e historia de los Juegos Olímpicos.
- 1.42. Bloque 3. Juegos y deportes. El deporte en Andalucía.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

**Estándares**

- EF1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
- EF2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
- EF3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.
- EF4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

**Criterio de evaluación: 1.4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.**

**Objetivos**

- 1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
- 3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
- 12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.1. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Valoración y fomento de la práctica habitual de la actividad física para la mejora de la propia condición física y motriz, y de la calidad de vida.
- 1.2. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.
- 1.3. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Reconocimiento de los efectos positivos de la actividad física sobre los aparatos y sistemas del cuerpo humano y los riesgos y contraindicaciones de la práctica física.
- 1.4. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La alimentación, la actividad física y la salud.
- 1.5. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física.





- 1.6. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La recuperación tras el esfuerzo.
- 1.7. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Técnicas de recuperación.
- 1.9. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Actitud crítica con las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
- 1.10. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de la higiene personal y los hábitos de vida saludables.
- 1.11. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.
- 1.15. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física en el contexto social actual.
- 1.16. Bloque 1. Salud y calidad de vida. El fomento de los desplazamientos activos.
- 1.17. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.
- 1.18. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Norma P.A.S., soporte vital básico.
- 1.19. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender

**Estándares**

- EF1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
- EF2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
- EF3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.
- EF4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
- EF5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
- EF6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

**Criterio de evaluación: 1.5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.**

**Objetivos**

- 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.20. Bloque 2. Condición física y motriz. Las capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.
- 1.21. Bloque 2. Condición física y motriz. Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.
- 1.22. Bloque 2. Condición física y motriz. Procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física y motriz.
- 1.23. Bloque 2. Condición física y motriz. Pruebas para medir las capacidades físicas y las capacidades motrices.



1.24. Bloque 2. Condición física y motriz. Práctica autónoma de métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices enfocados hacia la salud y la vida activa.

1.25. Bloque 2. Condición física y motriz. La condición física y motriz y su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor.

**Competencias clave**

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

**Estándares**

EF1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

EF2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

EF3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

EF4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

**Criterio de evaluación: 1.6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas.**

**Objetivos**

4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.

5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

1.10. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Fomento y práctica de la higiene personal y los hábitos de vida saludables.

1.13. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Elaboración y puesta en práctica de calentamientos aplicados a una actividad física específica.

**Competencias clave**

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

**Estándares**

EF1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

EF2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.

EF3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

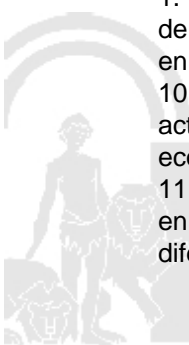
**Criterio de evaluación: 1.7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones.**

**Objetivos**

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.

10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.

11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.



**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

1.36. Bloque 3. Juegos y deportes. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.

**Competencias clave**

- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

**Estándares**

- EF1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
- EF2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
- EF3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

**Criterio de evaluación: 1.8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.**

**Objetivos**

- 6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
- 9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.54. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.
- 1.58. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Estudio de la oferta de actividades y aprovechamiento de las posibilidades que ofrece el entorno cercano para la realización de actividades físicas.
- 1.59. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, con cuerdas, cabuyería, etc.
- 1.61. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas

**Estándares**

- EF1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.
- EF2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.
- EF3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

**Criterio de evaluación: 1.9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.**

**Objetivos**

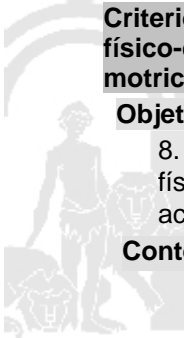
- 8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.

**Contenidos**

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.2. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.
- 1.37. Bloque 3. Juegos y deportes. Análisis de situaciones del mundo deportivo real.
- 1.60. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Fomento de medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

**Competencias clave**

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CSYC: Competencias sociales y cívicas

**Estándares**

- EF1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.
- EF2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.
- EF3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

**Criterio de evaluación: 1.10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.**

**Objetivos**

- 12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.2. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.
- 1.3. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Reconocimiento de los efectos positivos de la actividad física sobre los aparatos y sistemas del cuerpo humano y los riesgos y contraindicaciones de la práctica física.
- 1.4. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La alimentación, la actividad física y la salud.
- 1.5. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física.
- 1.6. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La recuperación tras el esfuerzo.
- 1.7. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Técnicas de recuperación.
- 1.9. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Actitud crítica con las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
- 1.19. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

**Competencias clave**

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CD: Competencia digital
- CAA: Aprender a aprender

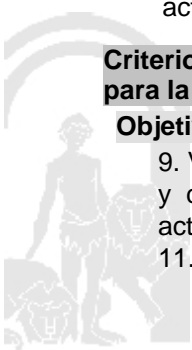
**Estándares**

- EF1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido, etc.), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
- EF2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

**Criterio de evaluación: 1.11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.**

**Objetivos**

- 9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación



en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.54. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.
- 1.55. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas de progresión en entornos no estables.
- 1.56. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas básicas de orientación.
- 1.57. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Elección de ruta, lectura continua, relocalización.
- 1.58. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Estudio de la oferta de actividades y aprovechamiento de las posibilidades que ofrece el entorno cercano para la realización de actividades físicas.
- 1.59. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, con cuerdas, cabuyería, etc.
- 1.60. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Fomento de medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.
- 1.61. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

**Estándares**

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09

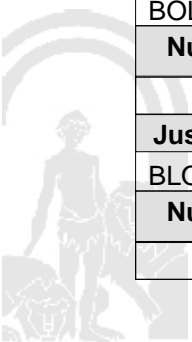


C. Ponderaciones de los criterios

Nº Criterio	Denominación	Ponderación %
EF1.1	Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	10
EF1.2	Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	10
EF1.3	Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	20
EF1.4	Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	10
EF1.5	Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	20
EF1.6	Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas.	4
EF1.7	Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones.	20
EF1.8	Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	1
EF1.9	Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	1
EF1.10	Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	2
EF1.11	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	2

D. Unidades didácticas: secuenciación y temporización

Unidades didácticas		
Número	Título	Temporización
1	PONTE EN FORMA 3	1º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BOLQUE 1 Y 2		
Número	Título	Temporización
2	ENCESTA	2º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
Número	Título	Temporización
3	HOKEY PATINES	2º TRIMESTRE



<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
<b>Número</b>	<b>Título</b>	<b>Temporización</b>
4	BAILA EN EL SALÓN	3º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 4		
<b>Número</b>	<b>Título</b>	<b>Temporización</b>
5	BALONMANO	3º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
<b>Número</b>	<b>Título</b>	<b>Temporización</b>
6	KAYAK-SENDERO	3º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 5		
<b>Número</b>	<b>Título</b>	<b>Temporización</b>
7	PALAS PARA PLAYA	3º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		

**E. Precisiones sobre los niveles competenciales**

Sin especificar

**F. Metodología**

De acuerdo con lo dispuesto en el Artículo 29.3 del Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, «las programaciones didácticas de todas las materias y, en su caso, ámbitos incluirán actividades en las que el alumnado deberá leer, escribir y expresarse de forma oral».

**G. Materiales y recursos didácticos**

BALONES, CONOS, COLCHONETAS, BALONES MEDICINALES

**H. Precisiones sobre la evaluación**

Sin especificar

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



ELEMENTOS Y RELACIONES CURRICULARES

EDUCACIÓN FÍSICA - 4º DE E.S.O.

A. Elementos curriculares

1. Objetivos de materia

La enseñanza de esta materia en esta etapa tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

Código	Objetivos
1	Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
2	Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
3	Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
4	Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5	Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
6	Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
7	Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
8	Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
9	Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
10	Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
11	Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.
12	Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09





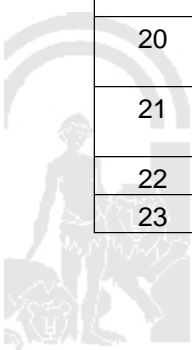
2. Contenidos

Contenidos	
<b>Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.</b>	
Nº Ítem	Ítem
1	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva.
2	Bloque 1. Salud y calidad de vida. La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
3	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc.
4	Bloque 1. Salud y calidad de vida. La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas.
5	Bloque 1. Salud y calidad de vida. La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza.
6	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
7	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma.
8	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz.
9	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas.
10	Bloque 1. Salud y calidad de vida. El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas.
11	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
12	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana.
13	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc.
14	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
15	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso.
16	Bloque 1. Salud y calidad de vida. Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.
17	Bloque 2. Condición física y motriz. Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud.
18	Bloque 2. Condición física y motriz. La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.
19	Bloque 2. Condición física y motriz. Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas.
20	Bloque 2. Condición física y motriz. Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física.
21	Bloque 3. Juegos y deportes. Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas.
22	Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos populares y tradicionales.
23	Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos alternativos.

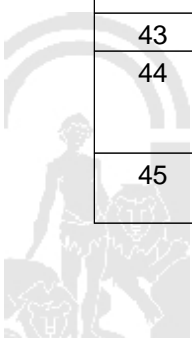
Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



Contenidos	
<b>Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.</b>	
Nº Ítem	Ítem
24	Bloque 3. Juegos y deportes. La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico-deportivas.
25	Bloque 3. Juegos y deportes. Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración-oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambio de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc.
26	Bloque 3. Juegos y deportes. La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones.
27	Bloque 3. Juegos y deportes. Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices.
28	Bloque 3. Juegos y deportes. Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores.
29	Bloque 3. Juegos y deportes. Las características de cada participante.
30	Bloque 3. Juegos y deportes. Los factores presentes en el entorno.
31	Bloque 3. Juegos y deportes. Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.
32	Bloque 3. Juegos y deportes. Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
33	Bloque 3. Juegos y deportes. Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador o espectadora.
34	Bloque 4. Expresión corporal. Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal.
35	Bloque 4. Expresión corporal. Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas.
36	Bloque 4. Expresión corporal. Diseño y realización de los montajes artístico-expresivos como por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc.
37	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo: escalada, vela, kayaks, etc.
38	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía.
39	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes.
40	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura.
41	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura.
42	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural.
43	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Fomento de los desplazamientos activos.
44	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Sensibilización de los efectos de las diferentes actividades físicas realizadas en el medio natural y su relación con la forma de vida, la salud y la calidad de vida.
45	Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Fomento de hábitos y actitudes de conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano.



**B. Relaciones curriculares**

**Criterio de evaluación: 1.1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.**

**Objetivos**

- 7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.9. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas.
- 1.11. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
- 1.19. Bloque 2. Condición física y motriz. Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas.
- 1.20. Bloque 2. Condición física y motriz. Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física.
- 1.21. Bloque 3. Juegos y deportes. Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas.
- 1.25. Bloque 3. Juegos y deportes. Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración-oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambio de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc.
- 1.28. Bloque 3. Juegos y deportes. Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores.
- 1.29. Bloque 3. Juegos y deportes. Las características de cada participante.
- 1.30. Bloque 3. Juegos y deportes. Los factores presentes en el entorno.
- 1.32. Bloque 3. Juegos y deportes. Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

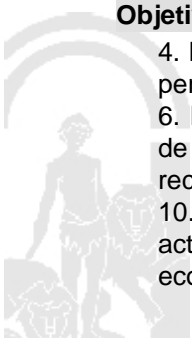
**Estándares**

- EF1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.
- EF2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
- EF3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.

**Criterio de evaluación: 1.2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.**

**Objetivos**

- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.



11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.34. Bloque 4. Expresión corporal. Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal.
- 1.35. Bloque 4. Expresión corporal. Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas.
- 1.36. Bloque 4. Expresión corporal. Diseño y realización de los montajes artístico-expresivos como por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc.

**Competencias clave**

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor
- CEC: Conciencia y expresiones culturales

**Estándares**

- EF1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.
- EF2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.
- EF3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.

**Criterio de evaluación: 1.3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos.**

**Objetivos**

- 7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.
- 8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.24. Bloque 3. Juegos y deportes. La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico-deportivas.
- 1.25. Bloque 3. Juegos y deportes. Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración-oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambio de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc.
- 1.26. Bloque 3. Juegos y deportes. La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones.
- 1.27. Bloque 3. Juegos y deportes. Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices.
- 1.28. Bloque 3. Juegos y deportes. Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores.
- 1.29. Bloque 3. Juegos y deportes. Las características de cada participante.
- 1.30. Bloque 3. Juegos y deportes. Los factores presentes en el entorno.

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



1.31. Bloque 3. Juegos y deportes. Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.

1.32. Bloque 3. Juegos y deportes. Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

1.33. Bloque 3. Juegos y deportes. Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador o espectadora.

### Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

### Estándares

EF1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.

EF2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.

EF3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.

EF4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.

EF5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

EF6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.

**Criterio de evaluación: 1.4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.**

### Objetivos

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.

2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.

3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.

4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.

5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

### Contenidos

#### Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.1. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva.

1.2. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.

1.3. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc.

1.4. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas.



- 1.5. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza.
- 1.6. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
- 1.7. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma.
- 1.10. Bloque 1. Salud y calidad de vida. El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas.
- 1.11. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
- 1.12. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana.
- 1.13. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc.
- 1.14. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
- 1.15. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso.
- 1.16. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Análisis crítico de la información e ideas en los deportes y en entornos apropiados.
- 1.18. Bloque 2. Condición física y motriz. La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender

**Estándares**

- EF1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.
- EF2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
- EF3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.
- EF4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.

**Criterio de evaluación: 1.5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.**

**Objetivos**

- 2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.
- 4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
- 8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.2. Bloque 1. Salud y calidad de vida. La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
- 1.6. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
- 1.9. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas.
- 1.10. Bloque 1. Salud y calidad de vida. El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute



y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas.

1.11. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.

1.12. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana.

1.17. Bloque 2. Condición física y motriz. Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud.

### Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

### Estándares

EF1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

EF2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

EF3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.

EF4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.

### Criterio de evaluación: 1.6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.

#### Objetivos

4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.

5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

#### Contenidos

##### Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.7. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma.

1.8. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz.

### Competencias clave

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

### Estándares

EF1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.

EF2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.

EF3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.

### Criterio de evaluación: 1.7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas.

#### Objetivos

4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.

#### Contenidos

##### Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.

1.9. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas.



1.31. Bloque 3. Juegos y deportes. Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.

1.33. Bloque 3. Juegos y deportes. Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador o espectadora.

**Competencias clave**

- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

**Estándares**

- EF1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.
- EF2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.
- EF3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.

**Criterio de evaluación: 1.8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.**

**Objetivos**

- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.
- 11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

- 1.13. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc.
- 1.16. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.
- 1.32. Bloque 3. Juegos y deportes. Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
- 1.33. Bloque 3. Juegos y deportes. Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador o espectadora.

**Competencias clave**

- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- CEC: Conciencia y expresiones culturales

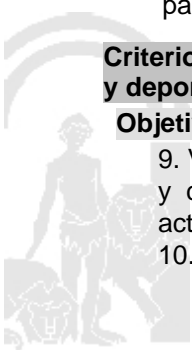
**Estándares**

- EF1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
- EF2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.
- EF3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.

**Criterio de evaluación: 1.9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.**

**Objetivos**

- 9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.
- 10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o





actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

1.10. Bloque 1. Salud y calidad de vida. El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas.

1.16. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

**Competencias clave**

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

**Estándares**

EF1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.

EF2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.

EF3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.

**Criterio de evaluación: 1.10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes.**

**Objetivos**

8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

1.11. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.

1.12. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana.

1.24. Bloque 3. Juegos y deportes. La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico-deportivas.

1.29. Bloque 3. Juegos y deportes. Las características de cada participante.

1.30. Bloque 3. Juegos y deportes. Los factores presentes en el entorno.

1.39. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes.

1.41. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura.

**Competencias clave**

CCL: Competencia en comunicación lingüística

CSYC: Competencias sociales y cívicas

**Estándares**

EF1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.

EF2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.

EF3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.

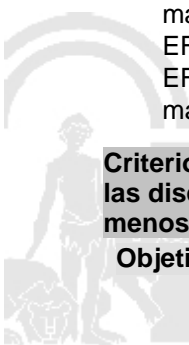
**Criterio de evaluación: 1.11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.**

**Objetivos**

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

1.13. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc.

1.32. Bloque 3. Juegos y deportes. Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

**Competencias clave**

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

**Estándares**

EF1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.

EF2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.

**Criterio de evaluación: 1.12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.**

**Objetivos**

12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

1.14. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.

1.15. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso.

1.16. Bloque 1. Salud y calidad de vida. Análisis crítico de la información e ideas en los deportes y en entornos apropiados.

**Competencias clave**

- CCL: Competencia en comunicación lingüística
- CD: Competencia digital
- CAA: Aprender a aprender

**Estándares**

EF1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.

EF2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.

EF3. Comunica y comparte información e ideas en los deportes y en entornos apropiados.

**Criterio de evaluación: 1.13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.**

**Objetivos**

9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.

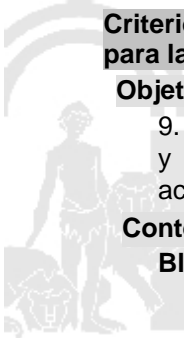
**Contenidos**

**Bloque 1. BLOQUES DE CONTENIDO.**

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09



- 1.22. Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos populares y tradicionales.
- 1.23. Bloque 3. Juegos y deportes. Juegos alternativos.
- 1.37. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo: escalada, vela, kayaks, etc.
- 1.38. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía.
- 1.39. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes.
- 1.40. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura.
- 1.41. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura.
- 1.42. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural.
- 1.43. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Fomento de los desplazamientos activos.
- 1.44. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Sensibilización de los efectos de las diferentes actividades físicas realizadas en el medio natural y su relación con la forma de vida, la salud y la calidad de vida.
- 1.45. Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural. Fomento de hábitos y actitudes de conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano.

**Competencias clave**

- CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- CAA: Aprender a aprender
- CSYC: Competencias sociales y cívicas
- SIEP: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

**Estándares**

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09

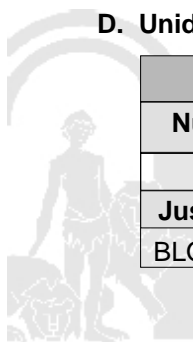


C. Ponderaciones de los criterios

Nº Criterio	Denominación	Ponderación %
EF1.1	Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.	10
EF1.2	Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.	10
EF1.3	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos.	20
EF1.4	Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.	10
EF1.5	Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.	20
EF1.6	Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.	4
EF1.7	Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas.	1
EF1.8	Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.	1
EF1.9	Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.	1
EF1.10	Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes.	1
EF1.11	Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.	20
EF1.12	Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.	1
EF1.13	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	1

D. Unidades didácticas: secuenciación y temporización

Unidades didácticas		
Número	Título	Temporización
1	CONDICIÓN FÍSICA	1º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 1		



Número	Título	Temporización
2	BÁDMINTON	1º Y 2º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
Número	Título	Temporización
3	VOLEIBOL	2º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
Número	Título	Temporización
4	FÚTBOL	2º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
Número	Título	Temporización
5	UNIHOKEY	3º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 3		
Número	Título	Temporización
6	ACROSPORT	3º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 4		
Número	Título	Temporización
7	KAYAC	3º TRIMESTRE
<b>Justificación</b>		
BLOQUE 5		

**E. Precisiones sobre los niveles competenciales**

Sin especificar

**F. Metodología**

De acuerdo con lo dispuesto en el Artículo 29.3 del Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, «las programaciones didácticas de todas las materias y, en su caso, ámbitos incluirán actividades en las que el alumnado deberá leer, escribir y expresarse de forma oral».

**G. Materiales y recursos didácticos**

BALONES, COLCHONETAS, RAQUETAS Y VOLANTES, STICKS

**H. Precisiones sobre la evaluación**

Sin especificar

Ref.Doc.: InfProDidPriSec

Cód.Centro: 11002651

Fecha Generación: 10/11/2020 05:49:09

