

I.E.S. LA MAROMA



JUNTA DE ANDALUCÍA  
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

# MINI-PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

**Curso 2018/2019**

**Departamento de E.F. y D.**

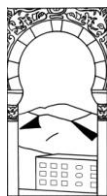
**D. Manuel Ruiz Cazorla**

**D<sup>a</sup>. Almudena Chica Martín**



## ÍNDICE

<b>I. OBJETIVOS DE LA MATERIA .....</b>	<b>3</b>
<b>II. CONTENIDOS LA MATERIA.....</b>	<b>5</b>
A. PRIMER CURSO .....	5
B. SEGUNDO CURSO .....	7
C. TERCER CURSO.....	10
D. CUARTO CURSO.....	13
LAS UNIDADES DIDÁCTICAS.....	16
<b>III. CRITERIOS DE EVALUACIÓN. ....</b>	<b>18</b>
<b>IV. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN. ....</b>	<b>33</b>
<b>V. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN. ....</b>	<b>34</b>
<b>VI. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS .....</b>	<b>35</b>



## I. OBJETIVOS DE LA MATERIA

La enseñanza de la Educación Física en Enseñanza Secundaria Obligatoria tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes 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 saludable, 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-creativa, 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.



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

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.



## II. CONTENIDOS LA MATERIA.

### A. PRIMER CURSO

#### Bloque 1. Salud y calidad de vida.

1. Características de las actividades físicas saludables.
2. La alimentación y la salud.
3. Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas.
4. Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural.
5. Técnicas básicas de respiración y relajación.
6. La estructura de una sesión de actividad física. El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física.
7. Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana. Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana.
8. Las normas en las sesiones de Educación Física. Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico.
9. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)

#### Bloque 2. Condición física y motriz.

1. Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices.
2. Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud.
3. Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices.
4. Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria.
5. Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.

#### Bloque 3. Juegos y deportes.

1. Juegos pre-deportivos.
2. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
3. Desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas. Equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc.



**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN**  
**FÍSICA**

4. Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración. Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc.
5. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición. Objetivos del juego de ataque y defensa.
6. Juegos alternativos, como por ejemplo: hockey escolar, ultimate, rugby escolar, etc. Juegos cooperativos.
7. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas.
8. Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora.
9. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.
10. La actividad física y la corporalidad en el contexto social. Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.

**Bloque 4. Expresión corporal.**

1. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
2. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
3. Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión. Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento.
4. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.

**Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.**

1. 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.
2. Técnicas de progresión en entornos no estables.
3. Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc.
4. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo. Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc.
5. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.



## B. SEGUNDO CURSO

### Bloque 1. Salud y calidad de vida.

1. Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana. Características de las actividades físicas saludables.
2. Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud.
3. El descanso y la salud.
4. Técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
5. Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.
6. Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
7. El calentamiento general y específico.
8. Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas.
9. Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva. La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva.
10. 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.

### Bloque 2. Condición física y motriz.

1. Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.
2. Indicadores de la intensidad de esfuerzo.
3. Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.
4. Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz.
5. Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable.
6. Relación de la condición física y motriz con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud.
7. Control de la intensidad de esfuerzo.
8. Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.

### Bloque 3. Juegos y deportes.



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

1. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
2. Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos.
3. Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición.
4. Las fases del juego en los deportes colectivos. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.
5. Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción.
6. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.
7. Situaciones reducidas de juego.
8. Juegos populares y tradicionales.
9. Juegos alternativos y pre-deportivos.
10. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.
11. Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo.
12. Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.

**Bloque 4. Expresión corporal.**

1. Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
2. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
3. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
4. El mimo y el juego dramático.
5. Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas.
6. Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva.
7. Bailes tradicionales de Andalucía.
8. Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.

**Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.**

1. 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.
2. Técnicas de progresión en entornos no estables.





DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

3. Técnicas básicas de orientación. Interpretación de la simbología, identificación mapa-terreno/terreno-mapa, orientación del mapa, recorridos guiados, etc. Juegos de pistas y orientación.
4. Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.
5. Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc.
6. El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana.
7. Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.



## C. TERCER CURSO

### Bloque 1. Salud y calidad de vida.

- 1.-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.-Características de las actividades físicas saludables.
- 3.-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.-La alimentación, la actividad física y la salud. Los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física. La recuperación tras el esfuerzo. Técnicas de recuperación.
- 5.-Ejecución de métodos y técnicas de relajación como medio para liberar tensiones.
- 6.-Actitud crítica con las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
- 7.-Fomento y práctica de la higiene personal y los hábitos de vida saludables.
- 8.-Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.
- 9.-Prácticas de los fundamentos de higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
- 10.-Elaboración y puesta en práctica de calentamientos aplicados a una actividad física específica.
- 11.-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.
- 12.-Actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física en el contexto social actual.
- 13.-El fomento de los desplazamientos activos.
- 14.-Protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.
- 15.-Norma P.A.S., soporte vital básico.
- 16.-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.

### Bloque 2. Condición física y motriz.

- 1.-Las capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas.
- 2.-Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

- 3.-Procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física y motriz. Pruebas para medir las capacidades físicas y las capacidades motrices.
- 4.-Práctica autónoma de métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices enfocados hacia la salud y la vida activa.
- 5.-La condición física y motriz y su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor.

**Bloque 3. Juegos y deportes.**

- 1.-Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas.
- 2.-Deportes de raqueta como por ejemplo: bádminton, pádel, tenis de mesa, palas, etc.
- 3.-Juegos populares y tradicionales.
- 4.-Juegos alternativos y predeportivos.
- 5.-Los golpeos.
- 6.-El interés y la motivación como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas.
- 7.-La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. Puestos específicos. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. Situaciones reales de juego.
- 8.-Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. Análisis de situaciones del mundo deportivo real.
- 9.-Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.
- 10.-Procedimientos básicos de evaluación de la propia ejecución con respecto a un modelo técnico-táctico.
- 11.-La actividad física y la corporalidad en el contexto social. Orígenes del deporte e historia de los Juegos Olímpicos.
- 12.-El deporte en Andalucía.

**Bloque 4. Expresión corporal.**

- 1.-Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
- 2.-El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal.
- 3.-Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
- 4.-Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
- 5.-Creación y puesta en práctica de secuencias de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
- 6.-Improvisación individual y colectiva como medio de comunicación espontánea.

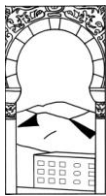


DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

- 7.-Participación creativa en montajes artístico-expresivos y ajustada a la intencionalidad de estos.
- 8.-El baile y la danza como manifestación artístico-expresiva.
- 9.-Ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectivos, como por ejemplo bailes de salón, danzas del mundo, bailes latinos, etc.
- 10.-Creación en colaboración y ejecución de composiciones coreográficas individuales y colectivas con apoyo de una estructura musical.
- 11.-Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.

**Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.**

- 1.-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.
- 2.-Técnicas de progresión en entornos no estables.
- 3.-Técnicas básicas de orientación.
- 4.-Elección de ruta, lectura continua, relocalización.
- 5.-Estudio de la oferta de actividades y aprovechamiento de las posibilidades que ofrece el entorno cercano para la realización de actividades físicas.
- 6.-Actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, con cuerdas, cabuyería, etc.
- 7.-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.
- 8.-Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.



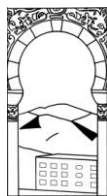
## D. CUARTO CURSO

### Bloque 1. Salud y calidad de vida.

- 1.-Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva.
- 2.-La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
- 3.-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.-La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas.
- 5.-La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza.
- 6.-Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
- 7.-Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma.
- 8.-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.-Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas.
- 10.-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.-Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. 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.
- 12.-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.
- 13.-Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
- 14.-Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso.
- 15.-Análisis crítico de la información e ideas en los deportes y en entornos apropiados.

### Bloque 2. Condición física y motriz.

- 1.-Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud.
- 2.-La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

- 3.-Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas.
- 4.-Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

**Bloque 3. Juegos y deportes.**

- 1.-Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas. Juegos populares y tradicionales.
- 2.-Juegos alternativos.
- 3.-La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico-deportivas.
- 4.-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 intercambiando de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc.
- 5.-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.
- 6.-Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices.
- 7.-Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores.
- 8.-Las características de cada participante.
- 9.-Los factores presentes en el entorno.
- 10.-Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.
- 11.-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.
- 12.-Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como de espectador o espectadora.

**Bloque 4. Expresión corporal.**

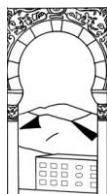
- 1.-Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal.
- 2.-Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas.
- 3.-Diseño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

**Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.**



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

- 1.-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.
- 2.-Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía.
- 3.-La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes.
- 4.-Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura. 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.
- 5.-Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural.
- 6.-Fomento de los desplazamientos activos.
- 7.-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.
- 8.-Fomento de hábitos y actitudes de conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

## LAS UNIDADES DIDÁCTICAS INTEGRADAS

PRIMERO ESO		
<u>UNIDADES DIDÁCTICAS</u>	<u>CONTEXTOS DE APRENDIZAJE</u>	
1. Salud y calidad de vida 2. Condición física y motriz 3. Juegos y deportes 4. Expresión corporal 5. Actividades físicas en el medio natural	1. Trabajo diario en clase: participación, interés y esfuerzo 2. Portafolio 3. Pruebas Teóricas 4. Pruebas Prácticas 5. Trabajo Individual 6. Trabajo Grupo	
ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS		
<b>PRIMER TRIMESTRE</b>	<b>SEGUNDO TRIMESTRE</b>	<b>TERCER TRIMESTRE</b>
Patinaje sobre hielo Salidas por el entorno	Sierra Nevada (Granada) Salidas por el entorno	Subida a Iznate Salidas por el entorno
SEGUNDO ESO		
<u>UNIDADES DIDÁCTICAS</u>	<u>CONTEXTOS DE APRENDIZAJE</u>	
1. Salud y calidad de vida 2. Condición física y motriz 3. Juegos y deportes 4. Expresión corporal 5. Actividades físicas en el medio natural	1. Trabajo diario en clase: participación, interés y esfuerzo 2. Portafolio 3. Pruebas Teóricas 4. Pruebas Prácticas 5. Trabajo Individual 6. Trabajo Grupo	
ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS		
<b>PRIMER TRIMESTRE</b>	<b>SEGUNDO TRIMESTRE</b>	<b>TERCER TRIMESTRE</b>
Entrenamiento en la Playa Salidas por el entorno	Alhama de Granada: visita y Ruta Senderismo Los Tajos Salidas por el entorno	Ruta Pilas de Algaida-Alcaucin Salidas por el entorno
TERCERO ESO		
<u>UNIDADES DIDÁCTICAS</u>	<u>CONTEXTOS DE APRENDIZAJE</u>	
1. Salud y calidad de vida 2. Condición física y motriz 3. Juegos y deportes 4. Expresión corporal 5. Actividades físicas en el medio natural	1. Trabajo diario en clase: participación, interés y esfuerzo 2. Portafolio 3. Pruebas Teóricas 4. Pruebas Prácticas 5. Trabajo Individual 6. Trabajo Grupo	
ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS		
<b>PRIMER TRIMESTRE</b>	<b>SEGUNDO TRIMESTRE</b>	<b>TERCER TRIMESTRE</b>
Aventura en Granada Salidas por el entorno	Molinillo Multiaventura Resinera Salidas por el entorno	Ruta Pico La Maroma Salidas por el entorno
CUARTO ESO		
<u>UNIDADES DIDÁCTICAS</u>	<u>CONTEXTOS DE APRENDIZAJE</u>	
1. Salud y calidad de vida 2. Condición física y motriz 3. Juegos y deportes 4. Expresión corporal 5. Actividades físicas en el medio natural	1. Trabajo diario en clase: participación, interés y esfuerzo 2. Portafolio 3. Pruebas Teóricas 4. Pruebas Prácticas 5. Trabajo Individual 6. Trabajo Grupo	





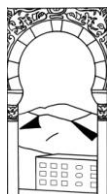
I.E.S. LA MAROMA



JUNTA DE ANDALUCÍA  
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS		
PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE
Ruta Periana-Ventas de Zafarraya Salidas por el entorno	Viaje Cantabria-Picos de Europa Salidas por el entorno	Aventura en la Playa Salidas por el entorno



### III. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

Se expresan a continuación los Criterios de Evaluación de la materia, por cursos, junto a sus estándares de aprendizaje y las competencias clave con las que están vinculados.

Las competencias clave en la ESO vienen definidas en el art.2.2 del RD 1105/2014 de 25 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la ESO:

1. COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA (CCL).
2. COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIAS BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA (CMCT).
3. COMPETENCIA DIGITAL (CD).
4. APRENDER A APRENDER (CAA).
5. COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS (CSC).
6. SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR (SIEP).
7. CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES (CEC)

Cada criterio de evaluación tiene asignado un valor o peso (%) de contribución en la nota final del curso. Como la evaluación se lleva a cabo tomando como referencia los Estándares de Aprendizaje, y cada uno de ellos contribuye a su respectivo criterio, la nota final vendrá definida por la media aritmética de los estándares y su aportación al criterio de evaluación concreto que a su vez sumará según el porcentaje asignado para la nota de final de curso en la materia de Educación Física.

El profesorado de la materia usa como herramienta el Cuaderno Digital Additio que permite realizar estas medidas y ponderaciones garantizando con ello un grado alto de objetividad, dado que las actividades evaluables se vinculan a los estándares de aprendizaje de cada criterio de evaluación.

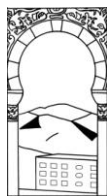
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA**CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE (1º ESO)**

<b>Criterios de Evaluación</b>	<b>Estándares de aprendizaje evaluables</b>	<b>Competencias</b>
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. (10%)	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>1.4. 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.</p> <p>1.5. 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.</p>	CMCT, CAA, CSC, SIEP
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. (10%)	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. (10%)	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>3.2. 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.</p> <p>3.3. 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.</p>	CMCT, CAA, CSC, SIEP
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	<p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los</p>	CMCT, CAA.



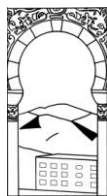
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

relacionándolos con la salud. (5%)	<i>diferentes factores de la condición física.</i> 4.5. <i>Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</i> 4.6. <i>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.</i>	
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. (7%)	5.1. <i>Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</i> 5.2. <i>Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</i> 5.3. <i>Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</i>	CMCT, CAA.
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. (10%)	6.1. <i>Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</i> 6.2. <i>Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</i> 6.3. <i>Pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</i>	CMCT, CAA, CSC.
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. (8%)	7.1. <i>Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</i> 7.2. <i>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.</i> 7.3. <i>Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</i>	CAA, CSC, SIEP.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno,	8.1 <i>Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</i> 8.2 <i>Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas</i>	CMCT, CAA, CSC.



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. (5%)		
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. (5%)	9.1. <i>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.</i> 9.3. <i>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.</i>	CCL, CSC.
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. (5%)	10.1. <i>Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</i> 10.2. <i>Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</i>	CCL, CD, CAA.
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. (5%)	11.1 <i>Participa en actividades físicas en el medio urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.</i> 11.2 <i>Participa en 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</i>	CMCT, CAA, CSC, SIEP.
12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. (5%)	12.1 <i>Recopila y practica juegos populares y tradicionales de Andalucía</i>	CCL, CD, CAA, CSC, CEC.
13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva. (5%)	13.1 <i>Redacta y analiza una autobiografía de actividad física y deportiva.</i>	CCL, CD, CAA.
14. Desarrollar y consolidar hábitos de trabajo, estudio, disciplina y respeto a las normas, así como asistir regularmente a clase como medio para lograr un desarrollo personal y un aprendizaje eficaz. (10%)	14.1 <i>Organiza, planifica y presenta adecuadamente los trabajos de clase.</i> 14.2 <i>Respeto las normas de clase y del centro.</i> 14.3 <i>Asiste regularmente a clase o en su caso realizar las tareas alternativas encomendadas por el profesorado, mostrando una actitud de interés, esfuerzo y superación.</i>	CAA, CSC.

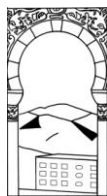
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA**CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE (2º ESO)**

<b>Criterios de Evaluación</b>	<b>Estándares de aprendizaje evaluables</b>	<b>Competencias</b>
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%)	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>1.4. 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.</p> <p>1.5. 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.</p>	CMCT, CAA, CSC, SIEP.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. (10%)	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.
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. (10%)	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>3.2. 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.</p> <p>3.3. 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.</p>	CMCT, CAA, CSC, SIEP.
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%)	<p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar</p>	CMCT, CAA.



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

	<p><i>los factores de la condición física.</i></p> <p>4.6. <i>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.</i></p>	
<p>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. (10%)</p>	<p>5.1. <i>Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</i></p> <p>5.2. <i>Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</i></p> <p>5.3. <i>Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</i></p>	CMCT, CAA.
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. (10%)</p>	<p>6.1. <i>Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</i></p> <p>6.2. <i>Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</i></p> <p>6.3. <i>Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</i></p>	CMCT, CAA, CSC.
<p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, auto-regulación, 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. (6%)</p>	<p>7.1. <i>Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</i></p> <p>7.2. <i>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.</i></p> <p>7.3. <i>Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</i></p>	CAA, CSC, SIEP.
<p>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. (5%)</p>	<p>8.1 <i>Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</i></p> <p>8.2 <i>Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas</i></p>	CMCT, CAA, CSC.
<p>9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos</p>	<p>9.1. <i>Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un</i></p>	CCL, CSC

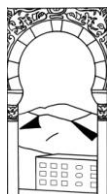
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

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.. (5%)	<p><i>elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</i></p> <p><i>9.3. 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.</i></p>	
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. (7%)	10.1. <i>Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</i>	CCL, CD, CAA.
11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios. (7%)	11.1 <i>Elabora trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios</i>	CCL, CD, CAA, CSC, CEC.
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. (5%)	<p>12.1 <i>Participar en actividades físicas en el medio <b>natural</b>, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre</i></p> <p>12.21 <i>Participar en actividades físicas en el medio <b>urbano</b>, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre</i></p>	CMCT, CAA, CSC, SIEP.
13. Desarrollar y consolidar hábitos de trabajo, estudio, disciplina y respeto a las normas, así como asistir regularmente a clase como medio para lograr un desarrollo personal y un aprendizaje eficaz. (5%)	<p>13.1 <i>Organizar, planificar y presentar adecuadamente los trabajos de clase.</i></p> <p>13.2 <i>Respetar las normas de clase y del centro.</i></p> <p>13.3 <i>Asistir regularmente a clase o en su caso realizar las tareas alternativas encomendadas por el profesorado, mostrando una actitud de interés, esfuerzo y superación.</i></p>	CAA, CSC.



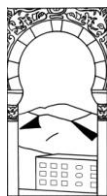
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA**CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE (3º ESO)**

<b>Criterios de Evaluación</b>	<b>Estándares de aprendizaje evaluables</b>	<b>Competencias</b>
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%)	<p>1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.</p> <p>1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.</p> <p>1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.</p> <p>1.4. 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.</p> <p>1.5. 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.</p>	CMCT, CAA, CSC, SIEP.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. (10%)	<p>2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.</p> <p>2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.</p> <p>2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.</p>	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.
3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. (10%)	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>3.2. 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.</p> <p>3.3. 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.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>	CMCT, CAA, CSC, SIEP.
4. Reconocer los factores que	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las	CMCT, CAA.



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

<p>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%)</p>	<p><i>coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</i></p> <p><i>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</i></p> <p><i>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</i></p> <p><i>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</i></p> <p><i>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</i></p> <p><i>4.6. 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.</i></p>	
<p>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. (10%)</p>	<p><i>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</i></p> <p><i>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</i></p> <p><i>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</i></p> <p><i>5.4. 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.</i></p>	<p>CMCT, CAA.</p>
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. (10%)</p>	<p><i>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</i></p> <p><i>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</i></p> <p><i>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</i></p>	<p>CMCT, CAA, CSC.</p>
<p>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</p>	<p><i>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</i></p> <p><i>7.2. 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.</i></p> <p><i>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</i></p>	<p>CAA, CSC, SIEP.</p>



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. (7%)		
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. (7%)	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas</p> <p>8.3. 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.</p>	CMCT, CAA, CSC.
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. (5%)	<p>9.1. 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.</p> <p>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.</p> <p>9.3. 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.</p>	CCL, CSC.
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. (7%)	<p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p> <p>10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>	CCL, CD, CAA.
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. (9%)	<p>11.1 Participar en actividades físicas en el medio <b>natural</b> , como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre</p> <p>11.2 Participar en actividades físicas en el medio <b>urbano</b>, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre</p>	CMCT, CAA, CSC, SIEP.
12. Desarrollar y consolidar hábitos de trabajo, estudio, disciplina y respeto a las normas, así como asistir	<p>12.1 Organizar, planificar y presentar adecuadamente los trabajos de clase.</p> <p>12.2 Respetar las normas de clase y del centro.</p> <p>12.3 Asistir regularmente a clase o en su caso realizar las tareas</p>	CAA, CSC.



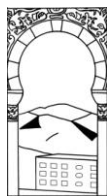
I.E.S. LA MAROMA



JUNTA DE ANDALUCÍA  
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

regularmente a clase como medio para lograr un desarrollo personal y un aprendizaje eficaz. (5%)	<i>alternativas encomendadas por el profesorado, mostrando una actitud de interés, esfuerzo y superación.</i>	
--	---	--

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA**CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE (4º ESO)**

<b>Criterios de Evaluación</b>	<b>Estándares de aprendizaje evaluables</b>	<b>Competencias</b>
1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión. (10%)	<p>1.1. 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.</p> <p>1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.</p> <p>1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.</p>	CMCT, CAA, CSC, SIEP.
2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. (10%)	<p>2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.</p> <p>2.2. 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.</p> <p>2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.</p>	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos. (10%)	<p>3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.</p> <p>3.2. 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.</p> <p>3.3. 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.</p> <p>3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.</p> <p>3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.</p> <p>3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.</p>	CMCT, CAA, CSC, SIEP.
4. Argumentar la relación	4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben	CMCT, CAA.



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. (7%)	<p><i>reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.</i></p> <p><i>4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.</i></p> <p><i>4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.</i></p> <p><i>4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.</i></p>	
5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud. (10%)	<p><i>5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</i></p> <p><i>5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.</i></p> <p><i>5.3. 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.</i></p> <p><i>5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.</i></p>	CMCT, CAA.
6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. (10%)	<p><i>6.1. 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.</i></p> <p><i>6.2. 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.</i></p> <p><i>6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.</i></p>	CMCT, CAA, CSC.
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 implicados. (8%)	<p><i>7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.</i></p> <p><i>7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.</i></p> <p><i>7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.</i></p>	CAA, CSC, SIEP.
8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia,	<p><i>8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.</i></p> <p><i>8.2. 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</i></p>	CAA, CSC, CEC.



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

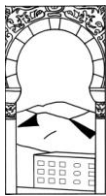
la discriminación o la competitividad mal entendida. (5%)	<i>los demás.</i> 8.3. <i>Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.</i>	
9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno. (5%)	9.1. <i>Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.</i> 9.2. <i>Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.</i> 9.3. <i>Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.</i>	CMCT, CAA, CSC.
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 seguridad de los participantes. (5%)	10.1. <i>Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.</i> 10.2. <i>Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.</i> 10.3. <i>Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.</i>	CCL, CSC.
11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas. (5%)	11.1. <i>Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.</i> 11.2. <i>Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.</i>	CCL, CAA, CSC, SIEP.
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. (5%)	12.1. <i>Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.</i> 12.2. <i>Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.</i> 12.3. <i>Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.</i>	CCL, CD, CAA.
13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la	13.1 <i>Participar en actividades físicas en el medio <b>natural</b> , como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre</i>	CMCT, CAA, CSC, SIEP.



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. (5%)	<i>13.2 Participar en actividades físicas en el medio <b>urbano</b>, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre</i>	
14. Desarrollar y consolidar hábitos de trabajo, estudio, disciplina y respeto a las normas, así como asistir regularmente a clase como medio para lograr un desarrollo personal y un aprendizaje eficaz. (5%)	<i>14.1 Organizar, planificar y presentar adecuadamente los trabajos de clase. 14.2 Respetar las normas de clase y del centro. 14.3 Asistir regularmente a clase o en su caso realizar las tareas alternativas encomendadas por el profesorado, mostrando una actitud de interés, esfuerzo y superación.</i>	CAA, CSC.

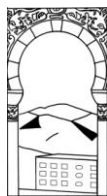




#### IV. CONTEXTOS DE APRENDIZAJE: INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Las estrategias de evaluación que usaremos serán de experimentación (actividades diseñadas para la evaluación) y de observación (donde anotaremos información acerca del aprendizaje del alumnado durante la realización de actividades de enseñanza y aprendizaje). En línea con lo establecido en el apartado c) del Proyecto Educativo, los instrumentos que usaremos para la evaluación de los proyectos, tareas, actividades y ejercicios, son:

1. **Trabajo Diario en Clase:** que recogerá la implicación del alumnado en la materia de Educación Física, la disposición mediante la participación el interés y el esfuerzo.
2. **El Portfolio:** a través de fichas de trabajo para cada unidad didáctica, con la teoría de cada unidad y el uso de las técnicas de estudio: mapas conceptuales, fichas, resúmenes, esquemas, ejercicios prácticos, actividades del libro y demás productos elaborados por el alumno o la alumna...
3. **Pruebas Teóricas:** Cuestionarios, exámenes o pruebas escritas, tipo test, de completar, relacionar, etc.
4. **Pruebas Prácticas:** por ejemplo, las pruebas prácticas vinculadas a los contenidos de Ed. Física, los test motores, salidas al medio natural y urbano, visitas a instalaciones deportivas, etc.
5. **Trabajo Individual:** sobre los contenidos de las unidades didácticas, por ejemplo, el diseño y dirección de un calentamiento.
6. **Trabajo Grupal:** sobre los contenidos de las unidades didácticas, por ejemplo, la creación de una coreografía de expresión corporal que habrá de exponer ante toda la clase.



## V. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Los criterios de calificación para el presente curso escolar son los siguientes:

- La nota final estará determinada por la suma de los criterios de evaluación según el valor ponderado asignado a cada uno de ellos. Estos criterios de evaluación recogen la nota que el alumno haya ido sumando en los estándares de aprendizaje respectivos.
- Señalar que todos los indicadores deben superarse con una nota mínima de un 50% (5).
- La nota resultante de cada criterio de evaluación vendrá determinada por la media aritmética o ponderada (en su caso) de los estándares de aprendizaje comprendidos en el mismo.
- Para determinar la nota de los estándares de aprendizaje se tienen en cuenta las tareas, actividades y ejercicios realizados por el alumnado.

### ASPECTOS QUE INFLUYEN EN LA NOTA DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

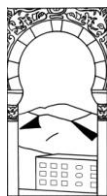
El **alumnado que por cualquier razón no pueda realizar las tareas o actividades prácticas de las clases de EF** deberá realizar en dichas sesiones una tarea o actividad teórica relacionada con la sesión. En este sentido se tendrá en cuenta lo siguiente:

- Si un alumno o alumna no realiza las tareas o actividades de clase por alguna razón deberá realizar tareas de recuperación lo antes posible para no verse afectado en los resultados del trimestre. Si no le diese tiempo, realizaría dicho trabajo en el siguiente trimestre, o quedaría pendiente para la convocatoria de septiembre, a fin de superar los criterios de evaluación correspondientes.
- Igualmente, si algún alumno falta el 50% de las clases prácticas, no podrá aprobar la evaluación, salvo que las ausencias sean justificadas y haya realizado las tareas propuestas por el profesor o profesora de la materia.
- No obstante lo anterior, en el caso de que las ausencias justificadas puedan mermar la nota de la evaluación, el profesorado podrá llegar al acuerdo con el alumno o alumna afectada para que realice una tarea o proyecto que supla las ausencias y pueda alcanzar la nota deseada.

**La nota del trimestre** será la media ponderada de las notas obtenidas en cada uno de los criterios de evaluación valorados hasta la fecha.

### CONTEXTOS DE APRENDIZAJE

Portafolio  
Pruebas Teóricas  
Trabajos Individuales  
Trabajo Cooperativo  
Pruebas Prácticas



## VI. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS

*Las competencias básicas vienen definidas en el art.2.2 del RD 1105/2014 de 25 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la ESO:*

1. COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA.
2. COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIAS BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA.
3. COMPETENCIA DIGITAL
4. APRENDER A APRENDER
5. COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS.
6. SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR
7. CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES

Y aquellas que todas las personas precisan para su realización y desarrollo personal, así como para la ciudadanía activa, la inclusión social y el empleo.

La materia de Educación Física contribuye al desarrollo de todas las competencias clave. 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.



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA

**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.